

**DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO DE ENSINO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL**

Departamento de Ensino	Turma: Administração	
Série: 1º ano		
Disciplina: <b>Educação Física</b>	CHT: 80hrs	CHS: 2hrs
Professor(a): Jussara da Silva Ribeiro	Semestre: 1 e 2	Ano: 2018

PLANO DE CURSO

**OBJETIVO**

- Conhecer o conceito de corpo e cultura corporal do movimento, reconhecendo como estão relacionados ao cotidiano dos educandos. - Compreender o corpo em suas dimensões biológica, cultural, histórica e social.
- Conhecer as noções de primeiros socorros, hábitos posturais e nutrição, e sua relevância para os educandos.
- Compreender os Jogos Populares Tradicionais como conteúdo da cultura corporal do movimento produzido ao longo da história do povo e para o povo.
- Conhecer o histórico, características e aspectos técnicos do Atletismo, Handebol e Futsal assim como vivenciar essas práticas como conteúdos da cultura corporal do movimento. Conhecer a técnica e tática das modalidades.
- Utilizar a linguagem dos jogos e ritmos, para produzir significados na prática social, assim como, analisar e discutir as práticas corporais socialmente estabelecidas.
- Identificar os impactos dos distúrbios alimentares sobre a saúde física e mental.
- Conhecer o conceito de lazer e sua contextualização histórica e social, compreendendo a relação existente entre lazer, trabalho e tempo livre.

**CONTEÚDO**

- Conceito de corpo, concepções sobre o corpo ao longo da história da humanidade.
- Noções de Primeiros Socorros;
- Educação Alimentar e Nutrição;
- Ergonomia, desvios posturais;
- Jogos populares tradicionais como espaço de construção de significados e valores culturais;
- Atletismo, Handebol e futsal: histórico das modalidades, evolução, características e aspectos técnicos.
- Anatomia, noções básicas;
- Corpo anatômico e corpo cultural;
- Corpo e suas diversidades: gênero, etnia, classe social e crença religiosa;

- Jogos: origem e forma atual dos jogos. Jogos Populares.
- Jogos esportivizados, cooperativos e lúdicos, valores explícitos e implícitos associados aos jogos;
- Distúrbios alimentares relacionados aos padrões de beleza socialmente impostos e o impacto sobre a saúde.
- Lazer: origem, contextualização histórica e conceitos.
- Ritmo: fatores de movimento, espaços, planos e improvisação.
- Esportes de raquetes: histórico das modalidades, fundamentos e aspectos técnicos.

#### PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

- Aula Expositiva
- Filme
- Leitura e discussão de texto
- Debates
- Aulas práticas
- Dinâmicas de grupo
- Seminários

#### RECURSOS DIDÁTICOS

- Data-show
- Material esportivo
- Notebook
- Revistas
- Textos

#### AVALIAÇÃO

- Criação de murais e cartazes
- Pesquisa local
- Participação nas aulas e debates.

- Seminários
- Prova escrita

## REFERÊNCIAS

- FREIRE, João Batista (Org.). **Educação Física: como planejar as aulas na educação básica.** São Paulo: Avercamp, 2007.
- SOARES, Carmen, Lucia et AL. **Metodologia do ensino de educação física.** São Paulo: Cortez, 1992.
- FREIRE, João Batista e SCAGLIA, Alcides José. **Educação como prática corporal.** São Paulo: Scipione, 2009.
- MARANHÃO, Secretaria de Estado da Educação. **Referenciais Curriculares: ensino médio.** São Luís, MA, 2006.
- BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.** Lei nº 9.394/96 – 20/12/1996.
- BETTI, M. Ensino de primeiro e segundo graus: educação física para quê? Revista Brasileira de Ciências do Esporte. v.13, n. 2, 1992. p. 282-287.
- DARIDO, S, & RANGEL, I. C. A. Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- \_\_\_\_\_, L. Política educacional e Educação Física: polêmicas de nosso tempo. Campinas: Autores Associados, 1998.

Barra do Corda, 20 de fevereiro de 2018.

---

Professora

---

Coordenador do Curso

---

Chefe de Departamento de Educação Profissional

**DIRETORIA DE DESENVOLVIMENTO DE ENSINO**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL**

Departamento de Ensino	Turma:	
Série/Módulo: V		
Disciplina: <b>Educação Física</b>	CHT: 40hrs	CHS: 2hrs
Professor(a): Jussara da Silva Ribeiro	Semestre: 1	Ano: 2018

PLANO DE CURSO

**OBJETIVO**

- Vivenciar a ginástica utilizando técnicas que ressignifiquem o corpo e seus movimentos, correlacionando-os ao contexto cultural e artístico;
- Vivenciar o esporte (Basquete e Handebol), considerando sua construção histórica e seus fundamentos e regras, reconhecendo as características que revelam sua ligação com o modo de produção capitalista e estabelecendo uma postura crítica ao esporte de rendimento;
- Vivenciar competições esportivas compreendendo os valores relacionados à competição e cooperação.

**CONTEÚDO**

- Formas técnicas de diversas ginásticas de competição (artística, ginástica rítmica, ginásticas suaves, ginástica aeróbica entre outras); Ginástica de demonstração, como possibilidade de integração social e criação de projetos individuais e coletivos.
- Histórico, fundamentos técnicos e táticos e regras oficiais do basquetebol e handebol.
- Realização de eventos esportivos. Construção dos jogos internos.
- Jogos Internos 2018 ( tema 2018- Paz no Esporte e o Esporte para a Paz )

**PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

- Aula Expositiva

- Leitura e discussão de texto
- Debates
- Aulas práticas
- Dinâmicas de grupo
- Jogos Internos 2018

#### RECURSOS DIDÁTICOS

- Data-show
- Material esportivo
- Notebook
- Revistas
- Textos

#### AVALIAÇÃO

- Criação de murais e cartazes
- Participação nas aulas, debates e Jogos Internos
- Seminários
- Prova escrita

#### REFERÊNCIAS

- FREIRE, João Batista (Org.). **Educação Física: como planejar as aulas na educação básica.** São Paulo: Avercamp, 2007.
- SOARES, Carmen, Lucia et AL. **Metodologia do ensino de educação física.** São Paulo: Cortez, 1992.
- FREIRE, João Batista e SCAGLIA, Alcides José. **Educação como prática corporal.** São Paulo: Scipione, 2009.
- MARANHÃO, Secretaria de Estado da Educação. **Referenciais Curriculares: ensino médio.**

São Luís, MA, 2006.

-BRASIL. Ministério da Educação e Desporto. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.** Lei nº 9.394/96 – 20/12/1996.

-BETTI, M. Ensino de primeiro e segundo graus: educação física para quê? Revista Brasileira de Ciências do Esporte. v.13, n. 2, 1992. p. 282-287.

- DARIDO, S, & RANGEL, I. C. A. Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

- \_\_\_\_\_, L. Política educacional e Educação Física: polêmicas de nosso tempo. Campinas: Autores Associados, 1998.

Barra do Corda, 09 de março de 2017.

---

Professora

---

Coordenador do Curso

---

Chefe de Departamento de Educação Profissional