|  |
| --- |
| **EDUCAÇÃO FÍSICA** |
| Série | 2ª SÉRIE |
| Área de Conhecimento | Linguagens Códigos |
| Carga Horária | 37 |
| OBJETIVO: Contribuir para o desenvolvimento das aptidões desportivas e habilidades físicas, despertando ao mesmo tempo o gosto pela prática das modalidades programadas, utilizando assim, suas tendências na formação integral e vida prática esportiva, e desta forma desenvolver a prática esportiva no ensino médio integrado dentro de um caráter pedagógico e não técnico, pois se tratará de atividades com uma massa estudantil heterogênea. Despertar o espírito comunitário, Criatividade e o senso moral e cívico. |
| EMENTAS |
| Participar da prática das atividades desportivas, aperfeiçoando seus conhecimentos;Aperfeiçoar as qualidades físicas, com acompanhamento do desenvolvimento corporal utilizando os exercícios específicos; Hábitos higiênicos; Criatividade e o senso moral e cívico; Proporcionar atividades que desenvolvam o espírito de liderança e o companheirismo. |
| COMPETÊNCIAS | HABILIDADES | BASES TECNOLÓGICAS |
| * Compreender os usos do corpo na sociedade contemporânea, reconhecendo as relações entre lazer e mundo do trabalho.
* Ter noções básicas dos fundamentos de cada modalidade programada e conhecer suas regulamentações, dentro da realidade atual da escola
 | * Reconhecer as manifestações corporais de movimento como originárias de necessidades cotidianas de um grupo social.
* Reconhecer a necessidade de transformação de hábitos corporais em função das necessidades cinestésicas.
* Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos.
* Proporcionar atividades que desenvolvam o espírito de liderança e o companheirismo.
 | **1º trimestre**Participar da prática das atividades desportivas, aperfeiçoando seus conhecimentos;Aperfeiçoar as qualidades físicas, com acompanhamento do desenvolvimento corporal utilizando os exercícios de: resistência, velocidade, agilidade, força, coordenação, flexibilidade e equilíbrio;**2º trimestre**Ter noções básicas dos fundamentos de cada modalidade programada e conhecer suas regulamentações, dentro da realidade atual da escola (instalações e material disponível);Favorecer ao aluno a consolidação dos hábitos higiênicos e postural;**3º trimestre**Despertar o espírito comunitário, a criatividade e o senso moral e cívico;Proporcionar atividades que desenvolvam o espírito de liderança e o companheirismo. |
| **BIBLIOGRAFIA**1. Metodologia do ensino de educação física**.** Coletivo de Autores. São Paulo, Cortez, 1992.2. Educação pelo esporte: educação para o desenvolvimento pelo esporte. São Paulo: Saraiva, Instituto Ayrton Senna, 2004. |