 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Fluminense Campus Avançado Maricá	Ministério da Educação Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense Campus Avançado Maricá
	<b>Plano de Ensino da Disciplina</b> <b>Educação Física</b>

Descrição	
<b>Curso:</b> Técnico em Meio Ambiente Integrado ao Ensino Médio	<b>Ano/letivo:</b> 2022
<b>Professora Responsável:</b> Regiane de Souza Costa	<b>SIAPE:</b> 1936645
<b>Período/Série:</b> 2º Ano	<b>Turno:</b> (X) Matutino (X) Vespertino ( ) Noturno
<b>Carga horária total:</b> 80h/aulas	<b>Carga horária semanal:</b> 2h/aulas
	<b>Carga horária semestral:</b> 40h/aulas (1º sem.); 40h/aulas (2º sem.)

I Pré-requisitos
Ter sido aprovado/a no Processo Seletivo de 2022, ter sido estudante da Instituição em ano letivo anterior ou estar cursando dependência nesta série.

II Ementa
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Corporeidade e Cultura: o corpo no mundo dos símbolos e como produção da cultura.</li> <li>- Linguagens, códigos e suas tecnologias em consonância com as competências da Educação Física Escolar, com ênfase no estudo das práticas corporais: a linguagem corporal como integradora social, formadora de identidade e instrumento de manifestação da vida.</li> <li>- Corporeidade e direito à diferença.</li> <li>- Corporeidade, mídia, estética e padrões corporais.</li> <li>- Cultura Corporal, atravessamentos cotidianos e práticas corporais: esportes de arremesso, esportes de rebatida e variações artísticas (Dança, Ginástica, Teatro, Circo, Capoeira).</li> <li>- <i>Performance</i> corporal e identidades juvenis - o corpo no mundo dos símbolos e como produção da cultura.</li> <li>- Qualidade de Vida, Saúde e Corporeidade: conscientização e múltiplas facetas integradoras da qualidade de vida; exercício físico; noções de saúde; práticas corporais, lazer e autonomia.</li> <li>- Qualidade de Vida e o lugar do corpo na escola e na sociedade.</li> <li>- Qualidade de Vida e Nutrição.</li> <li>- Qualidade de Vida, Corporeidade e a sua relação com o Curso Técnico em Edificações: diálogos necessários entre os campos Infraestrutura, Construção Civil, Arquitetura e as demandas humanísticas, ambientais, climáticas, sociais, políticas e econômicas.</li> </ul>

III Programa Analítico
------------------------

### **EIXO 1 – Contextualização (O que pode um corpo?)**

- O Corpo, a Corporeidade e a fluidez da experiência humana nas relações sociais, políticas, culturais, econômicas e ambientais.
- Sentidos Corporais e Manifestações Humanas - Corpo como instrumento de comunicação.
- Expressão Corporal, Esquema Corporal e Consciência Corporal.
- Manifestações corporais e jeitos de ser/estar no mundo.

### **EIXO 2 – Cultura Corporal e Arranjos Corporais**

- Jogos e Esportes de Arremesso:
  - a) Handebol e Basquetebol - fundamentos comuns, objetivos dos jogos e diferenças entre os jogos e regras básicas.
  - b) Rugby e Futebol Americano - possibilidades de movimentos conjugados com as características básicas dos jogos de arremesso e dos jogos de demandas de membros inferiores como ações principais do jogo (Futebol e suas variações - conteúdo do 1º ano).
  - c) Coferbol, Handebol de Areia, Handebol e Basquete de Cadeiras de Rodas - reinvenções contemporâneas a partir de demandas culturais e corporais, numa perspectiva do conhecimento espiralado, complexo e problematizado.
- Jogos e Esportes de Rebatida:
  - a) identificação dos jogos e esportes de rebatida no patrimônio esportivo da humanidade - Voleibol, Vôlei de Areia, Badminton, Peteca, Frescobol, Tênis, Tênis de Mesa, Taco.
  - b) breve histórico dos jogos e esportes de rebatida - diferenças e semelhanças.
  - c) recriação dos jogos, dos seus instrumentos no cotidiano escolar e de outros jogos a partir da criatividade, da cooperação, das limitações e potencialidades do grupo.
- Variações Artísticas: Danças, Ginásticas, Circo, Teatro e Capoeira:
  - a) a arte, a estética, a sensibilidade e o corpo nas manifestações artísticas - o belo, o atleta sensível e os padrões corporais;
  - b) o Circo como arte, como cultura, como movimento, como disputa, como a contra-lógica mercadológica do corpo, da vida e do trabalho;
  - c) as Danças, o regionalismo brasileiro e a cultura popular;
  - d) a Capoeira como dança, arte, luta, disputa, memória e resistência;
  - e) as ginásticas, a reinvenção dos limites corporais através do condicionamento físico-psíquico, a corporeidade e a vida de um ginasta, o individual e o coletivo nas possibilidades corporais das Ginásticas; caracterização da Ginástica Artística, da Ginástica Rítmica e da Ginástica Acrobática.

### **EIXO 3 – Educação Física e Qualidade de Vida**

- Contribuição da Educação Física na construção do estilo de vida ativo, autônomo e crítico.

- Noção de Saúde e Qualidade de Vida, considerando o homem multifacetado, sob perspectiva da Corporeidade na composição das relações com o mundo.
- Diálogo do Curso Técnico com a perspectiva de qualidade de vida: construindo relações, problematizando a realidade e refletindo sobre a sua formação profissional.
- Nutrição - Definições e correlações: alimentação e nutrição entre ambiguidades e emergências - a fome, a obesidade, a estética, a ética, a mídia, o dever do Estado e Segurança Alimentar Nutricional; caracterização dos nutrientes (macro e micronutrientes); metabolismo, componentes genéticos, somatotipo e avaliação física; Pirâmide Alimentar e necessidades diárias; demandas energéticas e atividade física.
- Práticas Corporais Alternativas e Qualidade de Vida: o Yoga, a Reeducação Postural Geral, atividades orientais e em contato/equilíbrio com a natureza.

#### IV Referências

##### 4.1 Referências Básicas:

CAPARRÓZ, Francisco E. **Entre a Educação Física na escola e a Educação Física da escola: a Educação Física como componente curricular**. Vitória: CEFD-UFES, 1997.

DARIDO, S. C. ; SOUZA JR, O. DE . **Para Ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola**. 1. ed. Campinas: Papyrus, 2007.

DARIDO, S. C. **Educação Física e temas Transversais** – possibilidades de aplicação, São Paulo: Mackenzie, 2006.

FREITAS, Giovanina Gomes de. **O esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Ijuí: Ed. UNIJUÍ, 1999.

KUNZ, Elenor. **Didática da Educação Física 1**. 4. ed. Ijuí: Unijuí, 2009.

LE BRETON, David. **A sociologia do corpo**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

MOREIRA, Wagner (Org.). Reflexões sobre corporeidade no contexto da educação integral. In: **Educação em Revista**, Belo Horizonte , v. 32, n. 1, p. 185-209, Mar. 2016. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010246982016000100185&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010246982016000100185&lng=en&nrm=iso)>.

Acesso em 02 de ago. 2018.

NAHAS, Markus V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 5 ed. Londrina: Midiograf, 2010.

##### 4.2 Referências Complementares/Apoio:

###### Filmes:

- Super Size Me - Dieta do Palhaço.
- Nunca me sonharam.
- Invictus.
- Homens brancos não sabem enterrar.

- Ela dança eu danço (1, 2, 3 e 4).
- Billy Elliot.
- O último dançarino de Mao.
- Besouro.
- O Palhaço.

**Sites:**

- Confederação Brasileira de Rugby <<https://ww2.brasilrugby.com.br/>>
- Confederação Brasileira de Basquetebol <<http://www.cbb.com.br/>>
- Confederação Brasileira de Handebol <<http://www.brasilhandebol.com.br/index.asp>>
- Comitê Paralímpico Brasileiro <<http://www.cpb.org.br/>>
- Confederação Brasileira de Vôlei <<http://2016.cbv.com.br/>>
- Confederação Brasileira de Badminton <<http://www.badminton.org.br/>>
- Confederação Brasileira de Tênis <<http://www.cbt-tenis.com.br/>>
- Organização Mundial da Saúde <<http://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>>

**Referências Audiovisuais:** visualização e análises de vídeos no *Youtube*, a partir da proposta das aulas.

**Apostila** de Educação Física para o 1º ano - IFFluminense, *Campus Avançado Maricá* (recriação anual).

**4.3 Referências Complementares/Epistemologia da Educação Física:**

ALVES, Nilda e GARCIA, Regina Leite(orgs). **O sentido da escola**. Rio de Janeiro: DP&A, 1999.

BRACHT, V. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. **Cadernos CEDES**, n. 48, 1999.

BRASIL. Ministério da Educação. **Lei nº 10793 de 1º de dezembro de 2003**. Altera a redação do art. 26, § 3º, e do art. 92 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que "estabelece as diretrizes e bases da educação nacional", e dá outras providências.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos Pedagógicos. **ENEM**: documento básico. Brasília: MEC/INEP, 1999.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos Pedagógicos. **Matrizes de Referência para o Novo ENEM**. Brasília, 2009. Disponível em: <[www.inep.gov.br](http://www.inep.gov.br)>. Acesso em: 10 abr. 2009.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros curriculares nacionais para o ensino médio**. Brasília: MEC/SEMTEC, 1997. Versão preliminar.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Média e Tecnológica. **Parâmetros curriculares nacionais: ensino médio**. Brasília: MEC/SEMTEC, 1999. 4v

\_\_\_\_\_. Conselho Nacional de **Educação (CNE)**. **Parecer n. 15, de 1 de junho de 1998**. Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio. Brasília, DF, 1998b.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Orientações curriculares do ensino médio**. Brasília, DF, 2004. .  
Conselho Nacional de Educação (CNE). Resolução n. 1, de 3 de março de 2005. Atualiza as Diretrizes

Curriculares Nacionais Definidas pelo Conselho Nacional de Educação para o Ensino Médio e para a Educação Profissional Técnica de nível médio às disposições do Decreto n. 5.154/2004. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 11 mar. 2005.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. 2 ed. São Paulo: Cortez, 2012.

CANAU, V. M. **Didática, currículo e saberes escolares**. Rio de Janeiro: DP&A.

COSTA, C. **Questões de arte: a natureza do belo, da percepção e do prazer estético**. São Paulo: Moderna, 1999.

DARIDO, S. C. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. 1. ed. Rio de Janeiro: Guanabara - Koogan, 2005.

DAÓLIO, J. **Educação Física e o conceito de cultura**. Campinas: Autores Associados, 2004.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro**. São paulo: Scipione, 1989.

GALEANO, E. **Futebol ao sol e a sombra**. Porto Alegre: L&PM, 2004.

GALLO, S. Transversalidade e educação: pensando uma educação não-disciplinar. In: ALVES, N; GARCIA, R. L. **O sentido da escola**. 5. ed. Petrópolis: DP et Alii, 2008, p. 15-35.

HYAMS, J. **O Zen nas Artes Marciais**. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 1979.

KUNZ, E. **Didática da Educação Física**. 3 ed. Ijuí: Unijuí, 2005.

\_\_\_\_\_. **Transformação Didático-pedagógica do Esporte**. 3. ed. Ijuí: Unijuí, 2000.

MARCELLINO, N. C. (org ). **Repertório de atividades de recreação e lazer**. Campinas/SP: Editora Papirus, 2002.

MEDINA, João P. S. **A Educação Física cuida do corpo e “mente”: Bases para renovação e transformação da Educação Física**. Campinas, SP: Papirus, 1986.

MORIN, E. **A Cabeça Bem-Feita**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil Ltda, 2003.

\_\_\_\_\_. **Os sete saberes necessários à Educação do Futuro**. 4. ed. Tradução de Catarina E. F. da Silva e Jeanne Sawaya. São Paulo: Cortez, 2002.

NAHAS, Markus V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 5ª ed. Londrina: Midiograf, 2010.

PEDROSO, L. A. **Indústria Cultural: algumas determinações políticas, culturais e sociais na educação**. In. Caderno Cedes. ano XXI, nº 54, agosto/2001, p. 54-68.

RAMOS, J. J. **Os exercícios físicos na história e na arte: do homem primitivo aos nossos dias**. São Paulo: Ibrasa, 1982.

SARAIVA, M. C. **Dança e gênero na escola: formas de ser e viver medidas pela educação estética**. Lisboa: FMH/UTL, 2003. Tese (Doutorado).

SBORQUIA, S. P.; GALLARDO, J. S. As danças na mídia e as danças na escola. In.: **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v.23, n.2, p.105-118, jan.2002.

SOARES, C. L. **Imagens da Educação no Corpo**. Campinas: Ed. Autores Associados, 1998.

\_\_\_\_\_. (org.). **Corpo e história**. 2 ed. Campinas: Autores Associados, Coleção educação contemporânea, 2004.

VAZ, A. F. Corpo, educação e indústria cultural na sociedade contemporânea: notas para reflexão. **Proposições**, v.14, nº 2, p. 61-75, maio/ago. de 2003.

### **V Objetivos Gerais da Disciplina**

- Aprofundar a relação homem-natureza e as possibilidades de constituição das perspectivas de corpo no contexto dos modos de produção político-econômicos e enredos sócio-culturais.
- Refletir sobre a integralidade humana e as múltiplas dimensões formativas na constituição da corporeidade.
- Problematizar o conceito de Cultura Corporal como objeto de estudo da Educação Física Escolar, ampliando as suas referências iniciais, sugeridas pelo Coletivo de Autores, a partir da correlação com os novos arranjos corporais na contemporaneidade.
- Interpretar o esporte enquanto patrimônio cultural da humanidade e suas modificações, na sociedade contemporânea, em decorrência das transformações sociopolíticas, econômicas e culturais.
- Correlacionar as manifestações corporais dos jogos e dos esportes de arremesso e rebatida, agrupando-os por características comuns e divergentes, através da perspectiva do pensamento complexo e do mapa conceitual.
- Vivenciar as manifestações corporais dos jogos e dos esportes de arremesso e rebatida que se constituíram ao longo do desenvolvimento da humanidade, reinventando as possibilidades do ser/pensar/agir através da produção coletiva e da elaboração individual dos movimentos.
- Conhecer as transformações pelas quais passou a sociedade em relação aos hábitos de vida – diminuição das atividades corporais em função do surgimento de novas tecnologias, demandas do mercado de trabalho e das possibilidades alimentares.
- Refletir sobre as informações específicas da Cultura Corporal, sendo capaz de discerni-la e reinterpretá-las em bases científicas e humanísticas, adotando uma postura autônoma na seleção de atividades e procedimentos para a manutenção ou aquisição da saúde e qualidade de vida, e para a prática do Lazer.
- Circular os saberes da Educação Física, a partir dos eixos temáticos, dialogando com outras áreas de conhecimento, visando apropriar-se dos conhecimentos apoiada na perspectiva do pensamento complexo.

## **1° SEMESTRE**

### **I Competências e Habilidades**


- Compreender as diferentes manifestações da Cultura Corporal, reconhecendo e valorizando as diferenças de desempenho, linguagem e expressão, considerando, portanto, a cultura como pilar sustentador das ocorrências do pensar-agir-sentir.
- Reiterar a Corporeidade enquanto parceira teórica nos estudos da Educação Física Escolar, suas

referências e possibilidades de interpretação do mundo, da cultura e da pluralidade, através da provocação "O que pode um corpo?"

- Caracterizar as variações artísticas (Danças, Ginásticas, Circo, Teatro e Capoeira) como componentes da Cultura Corporal e suas conjugações com a noção de Corporeidade.
- Relacionar Corporeidade e Qualidade de Vida na construção das necessidades humanas, numa perspectiva da integralidade da existência humana e a sua relação com o meio.
- Ampliar as noções sobre as práticas corporais alternativas no movimento de pensar as necessidades humanas contemporâneas, conhecendo a Reeducação Postural Global, o Yoga e as práticas orientais, a Ginástica Laboral, as modalidades disponibilizadas em projetos municipais, nas academias e praças públicas.
- Conhecer as facetas que atravessam o conceito ampliado de Qualidade de Vida e seus componentes estruturantes;
- Reconhecer e valorizar atitudes que evidenciem a diversidade cultural e social, bem como as particularidades motora e cognitiva de cada indivíduo da turma.
- Predispor-se a participar de atividades em grupos e individuais (vivenciar) , cooperando e interagindo, em prol do objetivo a que o grupo se propôs.

## II Organização dos Encontros e Conteúdos

Encontros (20 encontros/dias - 40h/aulas)	Conteúdos
1 2h/aulas	Semana de Recepção dos Estudantes - Programação construída pela Comissão de Recepção dos Estudantes e Equipe Pedagógica.
1 2h/aulas	<b>Eixo 1</b> O que pode um corpo? - saberes, noções e impressões sobre Corporeidade.
1 2h/aulas	<b>Eixo 1</b> Qual o lugar do corpo na escola? - Corporeidade, Corpo Integral, Escola e Sociedade.
4 8h/aulas	<b>Eixo 2</b> "Intervenções da Cultura Corporal" - Variações Artísticas - problematização da Corporeidade, da Cultura Corporal e da Cultura na compreensão do corpo integral como instrumento de comunicação diversificada e da existência.
	<b>Eixo 3</b>

 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Fluminense Campus Avançado Maricá	Ministério da Educação Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense Campus Avançado Maricá
	<p align="center"><b>Plano de Ensino da Disciplina</b></p> <p align="center"><b>Educação Física</b></p>

<p align="center"><b>2</b></p> <p align="center">4h/aulas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Introdução à Qualidade de Vida: mapa conceitual/mental para complexificar o conceito de Qualidade de Vida - multifacetado.</li> <li>- Qualidade de Vida: noções e conceitos, componentes constitutivos e relação entre alimentação/nutrição e atividade física.</li> </ul>
<p align="center"><b>4</b></p> <p align="center">8h/aulas</p>	<p><b>Eixo 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Nutrição I: macro e micronutrientes básicos e sua classificação científica - carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais e água; Pirâmide Alimentar; e Segurança Alimentar Nutricional.</li> <li>- Nutrição II: dieta e especificidades individuais e culturais, fome, obesidade, estética, mídia e distúrbios alimentares.</li> <li>- Nutrição III: nutrição desportiva básica.</li> </ul>
<p align="center"><b>4</b></p> <p align="center">8h/aulas</p>	<p><b>Eixo 1 e 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Corporeidade, Alimentação e Desdobramentos: metabolismo, componentes genéticos, somatotipo e avaliação física.</li> <li>- Práticas Corporais Alternativas e Qualidade de Vida: Se-Movimentar, vivência e consciência corporais.</li> </ul>
<p align="center"><b>1</b></p> <p align="center">2h/aulas</p>	<p>Semana de Avaliação, conforme programação da Equipe Pedagógica.</p>
<p align="center"><b>2</b></p> <p align="center">4h/aulas</p>	<p>Revisão de conteúdos, 2ª chamada de avaliações e/ou recuperação paralela de conteúdos - tais encontros poderão acontecer ao longo do semestre.</p>

### III Encaminhamentos Metodológicos

A partir das Abordagens Pedagógicas da Educação Física – Cultural, Crítico-Superadora e Crítico-Emancipatória –, e dos Métodos Descoberta Orientada e Resolução de Problemas, serão usadas as seguintes estratégias no decorrer do semestre:

- Aulas expositivas, com apoio do projetor, computador e quadro branco, material impresso (textos acadêmicos, reportagens, textos poéticos ou filosóficos) e material visual (vídeos, imagens, filmes).
- Mapas conceituais (mentais) para introdução e/ou revisão dos conteúdos.
- Rodas de discussão para apresentação da atividade prática, bem como a sua explicação, argumentação e conclusão.
- Seminários - "Intervenções da Cultura Corporal" - salientando as múltiplas linguagens no trato com o conhecimento do conteúdo - O que pode um corpo? - levantamento e apresentação de possibilidades interpretativas - mídias, artes, dramatização, etc. Cada turma/grupo escolhe o seu tema, produz um material



**Plano de Ensino da Disciplina**  
**Educação Física**

teórico (tabela descritiva da proposta), planeja, organiza e realiza uma intervenção para a turma.

- Atividades em grupos - análise de textos, imagens, discussões e explanação à turma.
- Construções Coletivas - lanches temáticos nutricionais para levantamento nutricional.
- Construção de Pirâmide Nutricional e materiais informativos sobre Segurança Alimentar Nutricional para sensibilização da comunidade escolar.
- Atividades em duplas e trios para avaliação postural.
- Ambiente Externo:
  - a) avaliação dos espaços e materiais disponíveis no *campus* - andança para exploração dos locais e conhecimento dos materiais existentes e levantamento de possíveis materiais alternativos.
  - b) Corporeidade e Expressão Corporal - jogos de conhecimento, expressão e exploração corporal individual e coletiva, bem como jogos teatrais.
  - c) Vivências artísticas da Cultura Corporal - Danças, Ginásticas, Circo e Capoeira.
  - d) Vivências - no *campus* e fora dele (visita técnica) para conhecer práticas corporais alternativas: Reeducação Postural Global, Yoga, práticas orientais, Ginástica Laboral, trilhas e caminhadas, modalidades disponibilizadas em projetos municipais, academias e praças públicas.

**OBS.:** ao longo das aulas os/as estudantes serão convidados a repensar a lógica de aulas práticas e teóricas no campo da Educação Física Escolar para além da associação, respectivamente, com aulas fora de sala e aulas dentro de sala. A proposta pedagógica provocará a pensar em outros arranjos, onde a teoria e prática dialogarão constantemente, borrando as suas demarcações institucionalizadas ao longo das experiências no Ensino Fundamental. Dessa maneira, os conteúdos foram organizados previamente como convites para a construção teórica e para a vivência (a experiência corporal), independente do espaço onde aconteçam, provocando a pensar-agir-sentir teoricamente durante a experimentação corporal e vice-versa.

#### **IV Recursos Didáticos**

- Apostila e outros materiais impressos (reportagens, textos poéticos ou filosóficos) e material audiovisual (vídeos, imagens, músicas, filmes).
- Notebook e projetor.
- Materiais específicos da Educação Física - abordagem "prática" em ambiente externo.
- Visitas técnicas - a definir.

#### **V Processo Avaliativo**

- As considerações a respeito do processo avaliativo serão desenvolvidas após a construção coletiva entre os sujeitos envolvidos, tendo como base sustentadora os encaminhamentos didático-pedagógicos desta unidade de ensino (Regulamentação Didático-Pedagógica Institucional, Projeto Político-Pedagógico do Curso, Orientações do Núcleo Estruturante do Curso e Orientações da Equipe Pedagógica no que tange à adaptações curriculares) e das leis educacionais em vigor.
- No decorrer do semestre letivo e das proposições pedagógicas ao longo do processo de ensino-aprendizagem, este documento dialogará com as pistas cotidianas, podendo, adaptar seus instrumentos avaliativos.
- A previsão dos instrumentos avaliativos para o 1º semestre contará com Seminário em Grupo ("Intervenções da Cultura Corporal": produção de um material teórico - tabela descritiva da proposta, planejamento, organização e realização de uma intervenção para a turma); trabalhos de pesquisa e apresentação individual e/ou avaliações teóricas (individual e/ou duplas ou trios); produção de materiais para sensibilização da comunidade escolar sobre Nutrição e Segurança Alimentar Nutricional; e composição coletiva de proposição de atividades práticas (vivência).

## 2º SEMESTRE

### I Competências e Habilidades

- Conhecer a Cultura Corporal a partir dos Jogos e Esportes de Arremesso (Handebol, Basquetebol, Rugby, Futebol Americano, Coferbol, Handebol de Areia, Handebol e Basquete de Cadeiras de Rodas) e suas possibilidades interpretativas (história, técnicas, movimentos, valências físicas, materiais, espaços, contextos culturais, geopolíticos, midiáticos, econômicos e estéticos, atletas, regras básicas).
- Caracterizar os Jogos e Esportes de Arremesso quanto aos seus fundamentos comuns, objetivos dos jogos, diferenças entre os jogos, regras básicas, possibilidades de movimentos conjugados com as características básicas dos jogos de arremesso e suas reinvenções contemporâneas, a partir de demandas culturais e corporais.
- Conhecer a Cultura Corporal a partir dos Jogos e Esportes de Rebatida (Voleibol, Vôlei de Areia, Badminton, Peteca, Frescobol, Tênis, Tênis de Mesa, Taco) e suas possibilidades interpretativas (história, técnicas, movimentos, valências físicas, materiais, espaços, contextos culturais, geopolíticos, midiáticos, econômicos e estéticos, atletas, regras básicas).
- Caracterizar os Jogos e Esportes de Rebatida quanto aos seus fundamentos comuns, objetivos dos jogos, diferenças entre os jogos, regras básicas, possibilidades de movimentos conjugados com as características básicas dos jogos de arremesso e suas reinvenções contemporâneas, a partir de demandas culturais e corporais.
- Demonstrar autonomia na elaboração de atividades corporais, assim como capacidade para discutir,

cooperar e modificar regras, reunindo elementos de várias manifestações de movimento ou jogos culturais, e estabelecendo uma melhor (no sentido de ser mais favorável a todos os participantes) utilização dos conhecimentos adquiridos sobre a Cultura Corporal - Jogos e Esportes de Arremesso e de Rebatida.


- Interpretar e recriar as possibilidades de movimentos enquanto práticas corporais alternativas, construídas a partir da dinamicidade, demandas juvenis e entendimentos sobre lazer, corpo e ser/estar no mundo.

- Reconhecer e valorizar atitudes que evidenciem a diversidade cultural e social, bem como as particularidades motora e cognitiva de cada indivíduo da turma.

- Predispor-se a participar de atividades em grupos e individuais (vivenciar), cooperando e interagindo, em prol do objetivo a que o grupo se propôs.

## II Organização dos Encontros e Conteúdos

Encontros (20 encontros/dia - 40h/aulas)	Conteúdos
7 14h/aulas	<p><b>Eixo 2</b></p> <p>Cultura Corporal - Jogos e Esportes de Arremesso: caracterização inicial, movimentos e técnicas; regras básicas; valências físicas; corporeidades; e contextos econômicos, políticos, midiáticos, estéticos, sociais, culturais, ambientais.</p> <p>a) Handebol e Basquetebol - fundamentos comuns, objetivos dos jogos e diferenças entre os jogos e regras básicas.</p> <p>b) Rugby e Futebol Americano - possibilidades de movimentos conjugados com as características básicas dos jogos de arremesso.</p> <p>c) Coferbol, Handebol de Areia, Handebol e Basquete de Cadeiras de Rodas - reinvenções contemporâneas a partir de demandas culturais e corporais.</p>
7 14h/aulas	<p><b>Eixo 2</b></p> <p>Cultura Corporal - Jogos e Esportes de Rebatida: caracterização inicial, movimentos e técnicas; regras básicas; valências físicas; corporeidades; e contextos econômicos, políticos, midiáticos, estéticos, sociais, culturais, ambientais.</p> <p>a) Voleibol e Vôlei de Areia - fundamentos comuns, objetivos dos jogos e diferenças entre os jogos e regras básicas.</p> <p>b) Badminton, Frescobol, Tênis de Campo e Tênis de Mesa - fundamentos comuns, objetivos dos jogos e diferenças entre os jogos e regras básicas.</p> <p>c) Peteca e Taco - construções culturais e modos de jogar/brincar.</p>
	<b>Eixo 1 e 3</b>

 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Fluminense Campus Avançado Maricá	Ministério da Educação Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense Campus Avançado Maricá
	<b>Plano de Ensino da Disciplina</b> <b>Educação Física</b>

<b>4</b> 8h/aulas	Práticas Corporais Alternativas: atividades, esportes, jogos e/ou outra denominação para manifestação corporal, enquanto Se-movimentar, que dialoguem com as demandas juvenis e suas especificidades, cotidiano, lazer e desejos de ser/estar no mundo. Ex.: - Atividades com rodas (Skate, patins, variações com uso de bicicletas); - Slack Line; - Lutas; - Games; etc. (no sentido de conhecer/ampliar os componentes que serão trazidos pelos estudantes).
<b>1</b> 2h/aulas	Semana de Avaliação, conforme programação da Equipe Pedagógica.
<b>2</b> 4h/aulas	Revisão de conteúdos, 2ª chamada de avaliações e/ou recuperação paralela de conteúdos - tais encontros poderão acontecer ao longo do semestre.

### III Encaminhamentos Metodológicos

A partir das Abordagens Pedagógicas da Educação Física – Cultural, Jogos Cooperativos, Crítico-Superadora e Crítico-Emancipatória –, e dos Métodos Descoberta Orientada e Resolução de Problemas, serão usadas as seguintes estratégias no decorrer do semestre:

- Aulas expositivas, com apoio do projetor, computador e quadro branco, material impresso (textos acadêmicos, reportagens, textos poéticos ou filosóficos) e material visual (vídeos, imagens, filmes).
- Mapas conceituais (mentais) para introdução e/ou revisão dos conteúdos;
- Rodas de discussão para apresentação da atividade prática, bem como a sua explicação, argumentação e conclusão;
- Levantamento e organização de espaços coletivos de vivência corporal (dentro e fora da escola).
- Atividades em grupos - análise de textos, imagens, discussões e explanação à turma.
- Ambiente Externo:
  - a) avaliação dos espaços e materiais disponíveis no *campus* - andança para exploração dos locais e conhecimento dos materiais existentes e levantamento de possíveis materiais alternativos.
  - b) (re)construção dos jogos e esportes de arremesso e rebatidas, a partir dos saberes discentes, em apropriação, sob mediação docente, visando a vivência individual e coletiva dos elementos da Cultura Corporal.
  - c) Recriação de jogos e brincadeiras considerando os encaminhamentos culturais de jogos populares que variam dos jogos e esportes de arremesso e rebatida.

**Plano de Ensino da Disciplina**  
**Educação Física**

d) Vivência corporal - com adaptação de espaço, regras e materiais, visando experimentar as técnicas e movimentos dos jogos e esportes de arremesso e rebatida.

e) Gincanas coletivas e/ou torneios internos - construção de espaços-tempos de fixação e recriação de conteúdos aprendidos adequando às atividades às limitações e potencialidades dos participantes.

f) Práticas corporais considerando a relação entre o movimento e a qualidade de vida.


**OBS.:** ao longo das aulas os estudantes serão convidados a repensar a lógica de aulas práticas e teóricas no campo da Educação Física Escolar para além da associação, respectivamente, com aulas fora de sala e aulas dentro de sala. A proposta pedagógica consistirá em convidar a pensar em outros arranjos, onde a teoria e prática dialogarão constantemente, borrando as suas demarcações institucionalizadas ao longo das experiências no Ensino Fundamental. Dessa maneira, os conteúdos foram organizados previamente como convites para a construção teórica e para a vivência (a experiência corporal), independente do espaço onde aconteçam, provocando a pensar-agir-sentir teoricamente no campo da experimentação corporal e vice-versa.

#### **IV Recursos Didáticos**

- Apostila e outros materiais impressos (reportagens, textos poéticos ou filosóficos) e material audiovisual (vídeos, imagens, músicas, filmes).
- Notebook e projetor.
- Materiais específicos da Educação Física - abordagem "prática" em ambiente externo.
- Visitas técnicas - a definir.

#### **V Processo Avaliativo**

- As considerações a respeito do processo avaliativo serão desenvolvidas após a construção coletiva entre os sujeitos envolvidos, tendo como base sustentadora os encaminhamentos didático-pedagógicos desta unidade de ensino (Regulamentação Didático-Pedagógica Institucional, Projeto Político-Pedagógico do Curso, Orientações do Núcleo Estruturante do Curso e Orientações da Equipe Pedagógica no que tange à adaptações curriculares) e das leis educacionais em vigor.
- No decorrer do semestre letivo e das proposições pedagógicas ao longo do processo de ensino-aprendizagem, este documento dialogará com as pistas cotidianas, podendo, adaptar seus instrumentos avaliativos.
- A previsão dos instrumentos avaliativos para o 2º semestre contará com a organização de eventos esportivo-culturais internos (Jogos e Esportes de Arremesso e Jogos e Esportes de Rebatida), envolvendo

 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Fluminense Campus Avançado Maricá	Ministério da Educação Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense Campus Avançado Maricá
	<p align="center"><b>Plano de Ensino da Disciplina</b></p> <p align="center"><b>Educação Física</b></p>

as comissões organizadoras - grupos e turmas - que se envolverão com os componentes desde o planejamento à realização do evento; trabalhos de pesquisa e apresentação individual e/ou avaliações teóricas individuais; relatórios de visitas técnicas; e composição coletiva de proposição de atividades práticas (vivência).

**OBSERVAÇÕES:**

Este planejamento é flexível aos percursos educativos de 2022. A projeção dos encontros (hora/aula) poderão sofrer alteração em função dos dias de aula e seus sábados letivos correspondentes.

**REFERÊNCIAS – para os discentes**

Considerando a limitada oferta de livros para os estudantes do Ensino Médio, num primeiro momento, não serão indicadas as referências para consulta, pesquisa ou aprofundamento de saberes nesta área de conhecimento. A ideia inicial é conduzir uma apostila, textos complementares e indicação de vídeos do *YouTube*, a partir de referências textuais e imagéticas.

**ASSINATURA**

<b>Professora:</b> Regiane de Souza Costa	<b>Coordenação de Curso</b>