Plano de desenvolvimento

1º bimestre

Distribuição dos objetos de conhecimento, habilidades e sugestões de práticas pedagógicas

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Unidades  temáticas | Habilidades | Objetos de  conhecimento | Práticas  didático-pedagógicas |
| Danças | **(EF67EF11)** Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).  **(EF67EF12)** Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas.  **(EF67EF13)** Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais. | Danças urbanas | **O grafite no *hip-hop***  Conhecer e valorizar o grafite como manifestação do *hip-hop.* Experimentar e fruir movimentos, gestos e ritmos a partir do grafite. Diferenciar as danças urbanas de outras práticas. |
| Ginásticas | **(EF67EF08)** Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática.  **(EF67EF09)** Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde.  **(EF67EF10)** Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar. | Ginástica de  condicionamento  físico | **Exercícios de resistência e flexibilidade**  Reconhecer e compreender princípios gerais do condicionamento físico e suas relações com as capacidades físicas flexibilidade e resistência. Experimentar, fruir e compreender os significados das capacidades físicas flexibilidade e resistência por meio de práticas de exercícios de condicionamento físico. Experimentar, reconhecer e interpretar as sensações corporais relacionadas à prática de exercícios físicos de flexibilidade e resistência. Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que contribuam para o respeito às diferenças de corpos e *performances* físicas, bem como o acesso e a participação de todos em atividades ligadas ao condicionamento físico e à promoção da saúde. |

(continua)

(continuação)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Esportes | **(EF67EF03)** Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e  técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.  **(EF67EF04)** Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e  técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.  **(EF67EF05)** Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.  **(EF67EF06)** Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).  **(EF67EF07)** Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola. | Esportes de marca | **Atletismo**  Compreender os elementos da lógica interna do atletismo, que integra a categoria de esporte de marca. Vivenciar movimentos de provas de salto do atletismo: saltos em distância, triplo e em altura. Criar possibilidades para realização, de forma adaptada, do atletismo no ambiente escolar. |

Projeto integrador

Saúde para todos

|  |  |
| --- | --- |
| Componentes curriculares | Educação Física, Arte e Língua Portuguesa |
| Produto final | Elaboração coletiva do projeto “Saúde para todos”. Campanha publicitária de conscientização da importância do treinamento da capacidade física flexibilidade |
| Duração | 13 aulas |

Introdução

O projeto integrador compreende o planejamento e a aplicação de um trabalho envolvendo os conhecimentos teóricos e práticos de Educação Física, Arte e Língua Portuguesa, que abordarão os respectivos objetos de conhecimento: capacidade física flexibilidade; artes visuais (materialidade e processo de criação) e tecnologia, bem como planejamento, produção e edição de peças publicitárias de campanhas sociais e os efeitos de sentido.

A saúde do corpo é muito importante em todas as fases da vida. Nota-se, cada vez mais, a relevância da prática regular de exercícios físicos como meio de promoção da saúde. Dessa forma, torna-se imprescindível abordar o tema no ambiente escolar, divulgando a importância e os benefícios de uma vida saudável e ativa.

O projeto integrador “Saúde para todos”, destinado aos alunos do 7o ano do Ensino Fundamental, compreende conscientizar, promover e incentivar a prática diária de exercícios de alongamento, expondo a sua importância e os benefícios à saúde por meio de uma campanha publicitária, intervenções práticas, cartazes e panfletos. É destinado a todos os alunos da escola e à comunidade escolar (responsáveis, vizinhos, parentes, amigos e moradores do bairro), respeitando os objetos de conhecimento e as habilidades dos componentes curriculares, de acordo com o proposto na Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Justificativa

O mundo contemporâneo trouxe muitos avanços e melhorias para o dia a dia da população, entretanto aumentou consideravelmente o número de pessoas sedentárias, fato que gera cada vez mais inúmeros problemas de saúde. Dessa forma, tornou-se importante realizar a conscientização e a promoção de oportunidades para que todos tenham uma vida mais ativa e saudável.

Globalmente, 23% dos adultos e 81% dos adolescentes (de 11 a 17 anos) não atendem às recomendações globais da Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre atividade física para a saúde. Diante da problemática mundial, a OMS lançou o plano de ação global sobre atividade física 2018-2030 para que as pessoas tenham acesso a diversificadas oportunidades para melhorar a saúde comunitária e contribuir para o desenvolvimento social, cultural e econômico de todas as nações.

Diante da emergente necessidade de tornar nossos jovens mais ativos, o projeto visa implementar no dia a dia dos alunos e da comunidade escolar a prática diária de exercícios de alongamento com o objetivo de melhorar a capacidade física flexibilidade, promover a saúde, aumentar a qualidade de vida, conscientizar e auxiliar na melhora da postura, prevenir e diminuir os riscos de lesões, bem como promover o relaxamento, bem-estar e a diminuição do estresse.

É imprescindível abordar a temática no ambiente escolar para que os alunos possam aprender exercícios físicos de alongamento de forma conduzida e orientada por você, para que os implementem no seu dia a dia e os divulguem para toda a comunidade, destacando os benefícios que trazem para a saúde.

Nesse sentido, mostra-se de grande relevância a realização do projeto integrador, que reunirá os componentes curriculares Educação Física, Arte e Língua Portuguesa para a elaboração de uma campanha publicitária sobre a proposta da prática de 10 minutos de exercícios de alongamento diários, seus benefícios e sua importância para a promoção da saúde, por meio de intervenções práticas, cartazes e panfletos, atingindo todos os alunos da escola e a comunidade escolar.

Objetivos

Objetivos gerais

O objetivo deste projeto é produzir uma campanha publicitária, visando conscientizar e divulgar a importância e os benefícios do treinamento da capacidade física flexibilidade como meio de promoção da saúde pela proposta da prática diária de uma sequência de exercícios de alongamento. O projeto será divulgado por meio de intervenções práticas e cartazes publicitários para os alunos da escola e panfletos para a comunidade escolar.

O projeto será desenvolvido pelos componentes curriculares Educação Física, que abordará a capacidade física flexibilidade; Arte, que contemplará as Artes Visuais (materialidades e processo de criação) e tecnologia; e, por fim, Língua Portuguesa, que produzirá a campanha publicitária por meio de cartazes e panfletos.

Visa-se, ainda, consolidar e ampliar as aprendizagens realizadas em sala de aula e desenvolver as competências gerais disciplinadas pela BNCC, mais especificamente:

* Utilizar diferentes linguagens – verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e digital –, bem como conhecimentos das linguagens artística, matemática e científica, para se expressar e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo.
* Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva.
* Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.
* Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

Objetivos específicos

Favorecer o desenvolvimento das seguintes habilidades do componente curricular Educação Física:

* **(EF67EF08)** Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática.
* **(EF67EF09)** Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde.
* **(EF67EF10)** Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.

Favorecer o desenvolvimento das seguintes habilidades do componente curricular Arte:

* **(EF69AR05)** Experimentar e analisar diferentes formas de expressão artística (desenho, pintura, colagem, quadrinhos, dobradura, escultura, modelagem, instalação, vídeo, fotografia, *performance* etc.).
* **(EF69AR06)** Desenvolver processos de criação em artes visuais, com base em temas ou interesses artísticos, de modo individual, coletivo e colaborativo, fazendo uso de materiais, instrumentos e recursos convencionais, alternativos e digitais.
* **(EF69AR07)** Dialogar com princípios conceituais, proposições temáticas, repertórios imagéticos e processos de criação nas suas produções visuais.
* **(EF69AR35)** Identificar e manipular diferentes tecnologias e recursos digitais para acessar, apreciar, produzir, registrar e compartilhar práticas e repertórios artísticos, de modo reflexivo, ético e responsável.

Favorecer o desenvolvimento das seguintes habilidades do componente curricular Língua Portuguesa:

* **(EF67LP03)** Comparar informações sobre um mesmo fato divulgadas em diferentes veículos e mídias, analisando e avaliando a confiabilidade.
* **(EF67LP21)** Divulgar resultados de pesquisas por meio de apresentações orais, painéis, artigos de divulgação científica, verbetes de enciclopédia, *podcasts* científicos etc.
* **(EF67LP13)** Produzir, revisar e editar textos publicitários, levando em conta o contexto de produção dado, explorando recursos multissemióticos, relacionando elementos verbais e visuais, utilizando adequadamente estratégias discursivas de persuasão e/ou convencimento e criando título ou *slogan* que façam o leitor motivar-se a interagir com o texto produzido e se sinta atraído pelo serviço, ideia ou produto em questão.
* **(EF69LP04)** Identificar e analisar os efeitos de sentido que fortalecem a persuasão nos textos publicitários, relacionando as estratégias de persuasão e apelo ao consumo com os recursos   
  linguístico-discursivos utilizados, como imagens, tempo verbal, jogos de palavras, figuras de linguagem etc., com vistas a fomentar práticas de consumo conscientes.
* **(EF69LP09)** Planejar uma campanha publicitária sobre questões/problemas, temas, causas significativas para a escola e/ou comunidade, a partir de um levantamento de material sobre o tema ou evento, da definição do público-alvo, do texto ou peça a ser produzido – cartaz, *banner*, folheto, panfleto, anúncio impresso e para internet, *spot*, propaganda de rádio, TV etc. –, da ferramenta de edição de texto, áudio ou vídeo que será utilizada, do recorte e enfoque a ser dado, das estratégias de persuasão que serão utilizadas etc.

Programação

**Duração do projeto:** 13 aulas (aproximadamente 45-50 minutos cada uma).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ETAPAS DO PROJETO | AULAS | CONTEÚDOS PROPOSTOS |
| 1a | (-) | Reunião entre os professores dos componentes curriculares Educação Física, Arte e Língua Portuguesa para planejamento do projeto “Saúde para todos”. |
| 2a | 4 aulas  Educação Física | Experimentar e fruir a capacidade física flexibilidade.  Apresentar aos alunos o projeto “Saúde para todos”.  Solicitar aos alunos que realizem a pesquisa sobre flexibilidade.  Promover a discussão sobre a flexibilidade.  Elaborar uma sequência de exercícios de alongamento para os alunos de toda a escola e para a comunidade escolar. |
| 3 aulas  Arte | Produzir fotografias para um cartaz publicitário sobre flexibilidade.  Elaborar imagens para um panfleto publicitário sobre flexibilidade. |
| 4 aulas  Língua Portuguesa | Análise da pesquisa realizada sobre a capacidade física flexibilidade.  Planejamento e produção de campanha publicitária sobre flexibilidade por meio de cartazes, destinada aos alunos.  Planejamento e produção de campanha publicitária sobre flexibilidade por meio de panfletos, destinada à comunidade escolar. |
| 3a | 1 aula  Educação Física | Apresentação e intervenção prática do projeto “Saúde para todos” para as demais séries da escola. |
| 4a | 1 aula  Educação Física | Discussão/avaliação do projeto “Saúde para todos”. |

Recursos didáticos

Espaço físico

* Todas as etapas: quadra e sala de aula (e/ou demais espaços destinados às aulas)

Materiais

* 2a etapa: colchonete, papel, cartolina, tesoura com pontas arredondadas, cola, caneta, lápis, borracha, qualquer meio de registro de imagens (câmera fotográfica, câmera de celular e câmera de *tablet*), qualquer meio de acesso à internet (computador, celular, *tablet*) e impressora

Desenvolvimento do projeto

1a etapa – Reunião entre os professores

A primeira etapa do projeto consiste na reunião dos professores de Educação Física, Arte e Língua Portuguesa, momento em que será realizada a análise do projeto; dos objetivos; das habilidades a serem desenvolvidas e da contribuição específica de cada componente curricular. Aliás, será a ocasião de planejar sua execução e de realizar os ajustes necessários à prática da proposta.

2a etapa – Apresentação do projeto “Saúde para todos” e conhecimentos conceituais sobre a temática

Nas aulas de Educação Física, os alunos deverão compreender, experimentar e fruir o significado da capacidade física flexibilidade, pela prática de exercícios físicos de alongamento a serem propostos por você.

Posteriormente, apresente o projeto “Saúde para todos” aos alunos e saliente a relevância do tema, uma vez que o treinamento da capacidade física flexibilidade é muito importante para a saúde em todas as fases da vida. Você deverá solicitar aos alunos que realizem uma pesquisa em livros, artigos e na internet, abordando as questões: “O que é a flexibilidade?”, “Qual é a importância dessa capacidade física no nosso dia a dia?”, “Qual é a importância dessa capacidade física no decorrer da vida?”, “O que é uma pessoa saudável?, “O que devemos fazer para sermos saudáveis?”, “Qual é a relação da flexibilidade com a saúde?”, “Quais benefícios a flexibilidade traz paraa saúde?”, “Quais exercícios físicos podemos fazer para melhorar a flexibilidade?”.

Na sequência, promova uma análise e discussão com toda a turma acerca da pesquisa realizada, deixando os alunos expressarem suas opiniões e seus pensamentos. Por fim, esclareça os principais objetivos do projeto: promover a saúde, melhorar a qualidade de vida, conscientizar e auxiliar na melhora da postura, prevenir e diminuir os riscos de lesões, bem como promover o relaxamento e bem-estar dos alunos durante as aulas e de toda a comunidade escolar com exercícios de alongamento diários.

A seguir, você deverá solicitar aos alunos que formem grupos de quatro a cinco integrantes para elaborarem as duas vertentes do projeto, contemplando a importância e os benefícios do treinamento da flexibilidade como meio de promoção da saúde, e a proposta de uma sequência de exercícios de alongamento para os alunos de toda a escola e para a comunidade escolar, conforme descrito.

**1a vertente: “Saúde para todos” – Alunos**

Com seu auxílio, os alunos deverão elaborar uma sequência detalhada de exercícios de alongamento que será divulgada por meio de intervenções práticas nas salas de aula de toda a escola e de campanha publicitária com a produção de cartazes que serão fixados nas salas de aula.

**2a vertente: “Saúde para todos” – Comunidade escolar**

Com seu auxílio, os alunos deverão criar uma sequência detalhada de exercícios de alongamento que será proposta a toda a comunidade escolar por meio de uma campanha publicitária baseada na elaboração e divulgação de panfletos.

As sequências de exercícios de alongamento a serem elaboradas deverão contemplar:

* exercícios de alongamento que possam ser realizados pelos alunos dentro da sala de aula, em seus respectivos lugares;
* exercícios de alongamento que possam ser realizados pela comunidade escolar em qualquer lugar: em casa, na rua, em parques e no trabalho;
* os principais grupos musculares de pescoço, tórax, abdômen, região posterior do tronco, membros superiores e inferiores;
* o tempo ideal de cada exercício, que é de 30 a 60 segundos em cada posição.

Você deverá informar e ressaltar aos alunos os cuidados para a realização dos exercícios de alongamento, entre eles:

* a atenção para a postura correta e relaxada na realização dos exercícios;
* a inspiração e a expiração contínua durante toda a realização dos movimentos;
* reconhecer o fator limitante da amplitude do movimento, que é a dor.

Nas aulas de Arte, os alunos, com a ajuda do professor, planejarão que imagens utilizarão na campanha publicitária sobre flexibilidade. O professor poderá desenvolver em suas aulas as seguintes habilidades: experimentar e analisar diferentes formas de expressão artística; dialogar com princípios conceituais, proposições temáticas, repertórios imagéticos e processos de criação nas suas produções visuais; desenvolver processos de criação em artes visuais, bem como identificar e manipular diferentes tecnologias e recursos digitais para acessar, apreciar, produzir, registrar e compartilhar práticas e repertórios artísticos, de modo reflexivo, ético e responsável.

Por fim, os alunos, com o auxílio do professor, deverão elaborar as imagens do projeto seguindo as vertentes a seguir.

**1a vertente: “Saúde para todos” – Alunos**

Elaborar as imagens para um cartaz publicitário, que será fixado nas salas de aula das demais séries da escola para que os colegas possam tomá-lo como base e realizar a proposta de exercícios diários de alongamento.

**2a vertente: “Saúde para todos” – Comunidade escolar**

Produzir as imagens para um panfleto publicitário, que os alunos distribuirão a todos da comunidade escolar a fim de que possam realizar a proposta de exercícios diários de alongamento.

Orientações:

* As imagens devem ser feitas com fotografias. Os alunos fotografarão os movimentos, montando a sequência de exercícios conforme a que foi elaborada nas aulas de Educação Física.
* Utilizar apenas uma fotografia de cada exercício de alongamento.
* As fotografias deverão contemplar apenas o exercício, não poderão mostrar o rosto do aluno.
* As fotografias devem ser nítidas e de fácil compreensão para a realização do exercício.

As fotografias podem ser realizadas por qualquer meio de registro de imagens (câmera fotográfica, de celular ou de *tablet*). Os alunos devem revelar ou imprimir as fotografias para a confecção dos cartazes publicitários, bem como armazená-las em meio eletrônico (*pen drive*, nuvem, *e-mail*, entre outros), para elaborar o panfleto publicitário nas aulas de Língua Portuguesa.

Nas aulas de Língua Portuguesa, os alunos, com a ajuda do professor, deverão analisar as pesquisas realizadas sobre a capacidade física flexibilidade, comparar as informações sobre um mesmo fato divulgadas em diferentes veículos de mídias e analisar a confiabilidade do conteúdo. Posteriormente, os alunos planejarão uma campanha publicitária sobre flexibilidade, quando o professor poderá desenvolver em suas aulas as seguintes habilidades: planejar uma campanha publicitária sobre o tema flexibilidade para os alunos da escola e para a comunidade; identificar e analisar os efeitos de sentido que fortalecem a persuasão nos textos publicitários, bem como a produção, revisão e edição de textos publicitários.

Com o auxílio do professor, os alunos deverão se orientar pelas seguintes vertentes:

**1a vertente: “Saúde para todos” – Alunos**

Elaborar o texto para um cartaz publicitário, que será fixado nas salas de aula das demais séries da escola para que os alunos possam tomá-lo como base e realizar a proposta de exercícios diários de alongamento.

**2a vertente: “Saúde para todos” – Comunidade escolar**

Produzir o texto para um panfleto publicitário, que os alunos distribuirão a todos da comunidade escolar para que possam realizar a proposta de exercícios diários de alongamento.

Os cartazes e os panfletos deverão conter:

* a importância e os benefícios do treinamento da flexibilidade, como meio de promoção da saúde;
* a sequência de exercícios elaborados nas aulas de Educação Física e as imagens feitas nas aulas de Arte, com suas respectivas especificações (como fazer, tempo de execução, respiração, postura, cuidados e as demais informações que os alunos e professores julgarem necessárias para a realização do movimento).

Os panfletos publicitários deverão ser elaborados no computador e, por fim, impressos, para que cada aluno possa distribuí-los em seu grupo de convívio (responsáveis, vizinhos, parentes, amigos e moradores do bairro) e assim atingir toda a comunidade escolar.

3a etapa – Apresentação do projeto “Saúde para todos”

Para a realização do projeto “Saúde para todos” – Comunidade escolar, os alunos distribuirão em seu grupo de convívio os panfletos realizados sobre flexibilidade, de modo a atingir toda a comunidade escolar. Caso haja interesse dos alunos e dos professores, pode-se verificar a possibilidade de postar a imagem do panfleto nas redes sociais da escola (*site*, Facebook*,* Instagram) para que ganhem maior notoriedade e abrangência. Dessa forma, deverá ser eleito um panfleto por turma.

Para a realização do projeto “Saúde para todos” – Alunos, você poderá decidir junto à direção e aos demais professores envolvidos quais séries farão parte do projeto como receptores da informação. Diante disso, os grupos, durante as aulas de Educação Física, se distribuirão nas salas de aula das séries destinadas para:

* apresentar o projeto “Saúde para todos” e informar e conscientizar os alunos da importância dos benefícios do treinamento da flexibilidade como meio de promoção da saúde no dia a dia e no decorrer da vida;
* realizar junto à turma uma intervenção prática, demonstrando a sequência de exercícios de alongamento que elaboraram nas aulas de Educação Física;
* pontuar todos os cuidados que devem ser tomados durante a realização dos exercícios, frisando sempre que o fator limitante do movimento é a dor;
* fixar na sala de aula visitada o cartaz elaborado e incentivar os alunos e professores a realizarem diariamente a prática dos exercícios de alongamento propostos.

4a etapa – Discussão/avaliação das aprendizagens

Após todas as apresentações, intervenções práticas e divulgações, os alunos deverão fazer uma roda e você promoverá e conduzirá uma discussão/avaliação sobre o projeto “Saúde para todos”. Algumas questões deverão ser abordadas: “Que lições podem ser tiradas do projeto ‘Saúde para todos’?”, “Todos se envolveram e participaram do projeto?”, “Quais foram as facilidades e dificuldades que tiveram em todo o projeto?”, “O que você mais gostou de fazer durante as etapas deste projeto?”.

Por fim, os professores responsáveis devem avaliar todos os processos de desenvolvimento do projeto, verificando se os alunos contribuíram para a realização da atividade, se participaram ativamente das ações propostas e se compreenderam todo o conteúdo desenvolvido nos componentes envolvidos neste projeto integrador.