


## PLANO DE AULA

	<p>CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL DE IOMERÊ Diretora: Marta Maria Falchetti Coordenadora: Tânia Gonçalves da Silva Bressan Orientadora: Marinez Zanetti Zago Secretária: Roseli Aparecida Fiuza da Rosa Civiero Professor: Paulo Eduardo Gonçalves da Silva Disciplina: Educação Física Turma: 8º ano Data: 08/06/2020</p>
ALUNO:	
Tempo previsto para a realização: 30 minutos semanais	
Objetivo da aula: Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.	
Habilidades: Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).	
Formas de Avaliação: Atividades encaminhadas com retorno ao professor posteriormente (em outra atividade a ser enviada)	
Outros: Período de realização: 08/06/2020 à 14/06/2020 Metodologia: Conceitual. Forma de registro e frequência do estudante: Não é necessário o retorno ao professor nesta semana.	

### Educação Física

#### A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NA FORMAÇÃO DO INDIVÍDUO

A Educação Física é a aula mais esperada da semana, embora no ensino médio, os jovens já não tenham mais a mesma empolgação de quando eram crianças, principalmente o público feminino.

É também, uma das matérias que mais apresenta aspecto preventivo, sobretudo em relação à saúde e bem-estar. No entanto, a educação física muitas vezes é mal-empregada nas escolas brasileiras, principalmente a respeito do ensino tático e teórico.

Será que as escolas e os professores estão tendo dificuldades de alcançar os objetivos propostos pelo ensino da mesma? De fato, há uma lacuna que provoca muitas vezes o desinteresse de muitos alunos por essa disciplina notável.

A Educação Física é uma disciplina muito significativa, porém, por diversas vezes, pouco valorizada na grade curricular. Ela insere, adapta e incorpora o aluno no saber corporal de movimento, sua função é formar o cidadão que segundo Betti (1992) irá produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, qualificando-o para desfrutar os jogos, os esportes, as danças, as lutas, as ginásticas e práticas de aptidão física, em

proveito do exercício crítico dos direitos e deveres do cidadão para a benfeitoria da qualidade de vida humana.

A educação física veio para somar e contribuir com a educação intelectual e moral nas escolas, uma das responsabilidades dessa disciplina é de instruir e instigar o aluno a opinar e se posicionar criticamente em relação às atuais linhas de cultura corporal de movimento.

A Educação Física tem como objetivo geral despertar nos alunos o interesse em envolver-se com as atividades e exercícios corporais criando convivências harmoniosas e construtivas com outros cidadãos, sendo capazes de reconhecer e respeitar as características físicas e desempenho de si próprio e de outros indivíduos, não segregando e nem depreciando outras pessoas por qualidades e peculiaridades como aspectos físicos, sexuais e ou sociais.

Nos momentos de recreação e jogos esportivos estimular o aluno a ter atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade para com o próximo, valorizando, conhecendo e aceitando a exposição da cultura corporal dos diferentes grupos, transfazendo em meios para o convívio entre pessoas de diferentes círculos sociais.

Vantagens e benefícios de uma boa aula de educação física na escola

A educação física escolar promove muitos benefícios, começando pelo incentivo da prática de esportes e atividades físicas, como por exemplo:

- Favorece o desenvolvimento motor;
- Contribui para a integração social da criança e do adolescente;
- Colabora para que os alunos adquiram autoconfiança;
- Melhora a autoestima;
- Contribui para que o aluno se expresse melhor;
- Favorece as questões e vivências sobre o mundo que convivem;
- Ajuda o aluno a conhecer e a compreender as mudanças e o limite do próprio corpo;
- Reduz o estresse e as pressões do dia a dia;
- Cooperar para um estilo de vida melhor;

Ao praticar atividades físicas os alunos têm a vantagem de melhorar a saúde e diminuir riscos de doenças como a obesidade, hipertensão arterial, colesterol alto e doenças respiratórias. Além disso, contribui para desenvolver habilidades nos esportes.

É na escola que os alunos aprendem a importância de ter um estilo de vida mais saudável e equilibrado. O professor representa um papel importante para promover uma vida saudável e ativa aos seus alunos.

O ideal é estimular a criança para fase de desenvolvimento em que ela se encontra, por exemplo, a fase do engatinhar, muitos pais acham benéfico o pular a fase do engatinhar e é justamente ao contrário, deve-se estimular o bebê a engatinhar, se arrastar, tentar levantar. Quanto maior os estímulos de movimentos, melhor o desenvolvimento do repertório motor.

Colocar a criança desde cedo num esporte para que ela vire atleta não é errado desde que se não restrinja às possibilidades motoras. É importante praticar

esportes para desenvolver todo potencial, pois estiver melhor preparado, terá oportunidades mais apropriadas para confrontar os desafios que a vida oferece durante toda a sua existência.

### **Educação física escolar – expectativas e importância**

Expectativas: As expectativas determinam o conhecimento construído pelo estudante durante o período letivo. Isto é, ao determinar as expectativas de aprendizagem, estabelecem também o que é preciso ensinar para os alunos. As expectativas neste ponto buscam assegurar que os aprendizados sejam iguais para todos, mesmo que cada aluno aprenda no seu tempo.

A expectativa é um parâmetro formador da aprendizagem pretendida para os alunos, auxiliando na melhor forma de avaliação da criança.

A avaliação para ser competente naquilo que ela se propõe deve levar em consideração questões como:

- A participação;
- O interesse;
- O compromisso;
- A responsabilidade;
- A afetividade
- As habilidades
- As competências;
- A atitude.

Na educação física escolar, o professor é o mediador entre o aluno e o processo de aprendizagem.

Importância: As aulas de educação física são importantes em todos os seguimentos, pois ela promove o desenvolvimento integral do aluno, a vida saudável, a socialização, o espírito de equipe e a prática do desporto. Os alunos participam das mais variadas experiências corporais para as quais são desafiados.

Acreditar que a atividade física passa a fazer parte do comportamento pessoal durante toda a vida, significa entender que isso só é possível mediante experiências satisfatórias com os exercícios físicos e os jogos. Os alunos devem ser desafiados e exercitados a entenderem que somente podem vencer quando estiverem se divertindo. A vitória não pode ser a condição para o divertimento. Caso o for, as atividades não são lúdicas. O divertimento deve estar presente no jogo e não no seu final (FALKENBACH, 2002).

A Educação Física escolar evidencia a liberdade cognitiva e emocional dos estudantes para a aprendizagem. Isso é um fator importante para que haja um ambiente de convívio onde o respeito e tolerância devem ser trabalhados. Saber como relacionar-se em grupo pressupõe um controle evolutivo de comportamentos, valores, normas e atitudes.

### **Promovendo saúde através da educação física**

O professor tem a função de ensinar o que é certo e o que é errado. Isso faz com que sua função seja importante na formação do aluno para a sociedade, ainda que não seja valorizado. Por isso, é muito importante despertar no aluno a consciência de cuidar da saúde, e ter hábitos saudáveis.

Assim o mesmo pode transmitir esses conhecimentos para a família e para a sociedade em geral. Portanto, é importante o docente e a escola usarem ferramentas que possam impactar de maneira positiva a vida do aluno. Essas ferramentas são entre outras a informação:

Palestras, debates, mesa redonda, peças teatrais, jogos sobre a atividade física, a alimentação saudável, uso de drogas, sexualidade, saúde etc;

Despertar no aluno o interesse pela prática de exercícios físicos;

Elaborar junto com os alunos projetos para a escola e para a comunidade sobre vida saudável e desportos;

### **A importância da educação física na socialização**

Na escola, a criança tem a chance de se socializar com outras crianças através da recreação, jogos e brincadeiras dirigidas. Por isso a educação física tem a conjuntura de contribuir para que a criança ou adolescente desenvolva a autoconfiança interagindo com o grupo e também desenvolver habilidades motoras.

A educação física é uma porta para a formação social e de princípios do educando. É preciso que o professor tenha autonomia para administrar e despertar esses valores no aluno, transformando o meio em que vive.

### **Educação física e a saúde dos alunos**

É importante o professor ter consciência do estado de saúde de seus alunos. Assim, ele poderá desenvolver aulas com mais qualidade, segurança e poderá também orientá-los de forma correta. Para isso seria interessante o professor juntamente com a escola realizar a avaliação antropométrica em seus alunos, além de aplicar o questionário IPAQ (Internacional Physical Activity Questionnaire). Este questionário tem o objetivo de avaliar o nível de aptidão física pertinente à atividade física, a coordenação motora e a saúde do aluno. Então, a partir dos resultados planejem as aulas de educação física.

Essas avaliações são importantes pois o professor passa a conhecer um pouco melhor seu aluno, está fundamentada no que diz os Parâmetros Curriculares Nacionais (1998), em seus objetivos para o Ensino Fundamental do terceiro e quarto ciclos: é importante despertar no aluno o conhecimento do seu próprio corpo e de ser orientado a cuidar do mesmo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida, para que o aluno tenha responsabilidade em relação a sua saúde e a saúde coletiva.

### **Expectativas da educação física na visão da comunidade escolar**

As expectativas são diferentes no olhar aluno versus professor. Muitos alunos e pais acreditam que as aulas são desenvolvidas corretamente. Porém, uma das grandes preocupações dos professores e das escolas, sobretudo as escolas públicas são a falta de materiais específicos e adequados para o ensino-aprendizagem. A grande maioria possui apenas materiais básicos para jogos coletivos.

Há uma escassez de materiais para ginástica, aeróbica, dança e lutas. Aulas diversificadas contribuem para o desenvolvimento das potencialidades dos alunos, como: a socialização, o desenvolvimento motor e a autonomia.

São importantes também as aulas teóricas, passar para os alunos o conhecimento histórico e cultural dos esportes. Por isso, é importante que o professor esteja se atualizando e muitos por ter uma carga-horária extensa são impedidos de preparar aulas com qualidades.

## **Conclusão**

A educação contemporânea renovadora busca constantemente novas metodologias e ferramentas que diversifiquem o trabalho coletivo. Assim, o estudante é inserido como o sujeito principal desse trabalho, transformando a sua realidade.

Mais do que estimular a prática de um esporte, a educação física tem a função de permitir que os alunos vivenciem outras culturas. É preciso entendê-la como uma manifestação de cultura, onde o estudante além de saber praticar os movimentos corporais corretamente deve também entender a importância da cultura notória.

É essa educação contemporânea e renovadora que queremos vê nas aulas de educação física. Por isso, é necessário o educador, a escola e a comunidade estarem abertos aos avanços e transformações que faz parte da sociedade, onde a informação é a temática fundamental do corpo social estabelecida através da convivência das pessoas, das relações construídas e de uma qualidade de vida estável.

O texto acima é apenas trechos, caso queira ler o artigo completo acesse o link abaixo:

Fonte: <https://blogeducacaofisica.com.br/educacao-fisica-escolar/>

Nesta semana não é necessário retornar ao professor, ou seja, será somente necessário que o estudante realize a leitura do texto quantos vezes entender necessário para a compreensão do mesmo. Em outra ocasião acontecerá encaminhamento de atividade avaliativa sobre o mesmo.

Qualquer ponderação (duvidas, criticas, sugestões, etc.) podem o fazer no privado, sendo as mesmas agregadas oportunamente.

Grato

Paulo Eduardo Gonçalves da Silva

Profissional de Educação Física CREF: 016566 G/SC

**“Devemos fazer o nosso melhor nas condições que temos, enquanto não temos condições melhores para fazer melhor ainda” Mário Sérgio Cortella.**