

GUIA DE APRENDIZAGEM - 2025

E.E. Dr. Benedito Estevam dos Santos

Professores:	Componente Curricular:	Ano/Turma:	Bimestre:
Silvio César	Educação Física	5º anos: A, B e C	3º

Justificativa

Este Guia de Aprendizagem visa desenvolver as competências e habilidades do Currículo Paulista e os princípios do Programa Ensino Integral: Pedagogia da Presença, Protagonismo, os Quatro Pilares da Educação e Educação Interdimensional.

Aproximação com a realidade do estudante

Aproximar os conteúdos propostos com o contexto vivido pelos estudantes de forma intencional, exemplificando situações, profissões e transformações onde os sujeitos possam assumir uma postura ativa, crítica e criativa frente ao mundo do qual fazem parte.

Título	Conteúdos	Objetivos
Ginástica para todos: o que eu sei? Movimentos gímnicos Posições acrobáticas Desafio Utilizando a criatividade Capacidades físicas Tipos de capacidades físicas Retomando os conceitos Ginástica para todos e capacidades físicas Atividade avaliativa	<ul style="list-style-type: none"> * Conceito de ginástica para todos. * Tipos de segurança. * Movimentos gímnicos. * Circuito de movimentos gímnicos. * Posições acrobáticas. * Observação do cotidiano. * O movimentar-se no cotidiano dos estudantes (no lazer e nas demais atividades do dia a dia). * Conceito das capacidades físicas. * Capacidades físicas: flexibilidade e agilidade. * Capacidades físicas: velocidade e força. * Movimentos de ginástica para todos (GPT). 	<ul style="list-style-type: none"> * Apreciar a ginástica para todos (GPT). * Vivenciar brincadeiras com alguns movimentos gímnicos. * Experimentar e fruir os movimentos gímnicos com e sem objetos. * Experimentar e fruir coletivamente posições acrobáticas a partir dos movimentos gímnicos. * Criar e recriar movimentos gímnicos com e sem objetos. * Refletir e vivenciar os movimentos do cotidiano. * Elaborar uma coreografia baseada nos momentos do cotidiano e nos movimentos gímnicos. * Apresentar a coreografia elaborada pelos estudantes. * Analisar e avaliar a apresentação da aula anterior. * Compreender os conceitos das capacidades físicas. * Experimentar e fruir as capacidades físicas: flexibilidade e agilidade. * Experimentar e fruir as capacidades físicas: velocidade e força. * Compreender e reforçar os conceitos que envolvem as capacidades físicas. * Identificar as capacidades físicas em brincadeiras que incluem a ginástica para todos (GPT). * Avaliar se os estudantes compreenderam os conceitos das capacidades físicas.

Metodologias	Ambientes de Aprendizagem	Critérios de Avaliação
Utilização dos materiais digitais, impressos e tecnológicos Atividades práticas Metologias ativas	Quadra Sala de aula Círculo	Avaliação Bimestral Observação e participação Avaliação de desempenho (elementos, posições básicas da ginástica e circuito com ênfase nas capacidades físicas)

Fontes de pesquisa para o estudante

CMSP WEB Repositório

Curriculum Paulista

Canais no YouTube como: [@aulaspráticas12](#)/[@CANALEFTF](#)/[@DentroDoEsporte](#)