



ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL DEZENOVE DE ABRIL.

Conteúdos referentes ao período de Março/2026.

Componente Curricular de Educação Física

Professor(a): Tiago Soares

Orientações referentes à atividade proposta:

*O planejamento da aula poderá sofrer alterações conforme a necessidade do professor(a).

*Visualização e análise de imagens e vídeos.

*Organização e aquisição de materiais que possam ser utilizados durante a aula.

Este planejamento foi elaborado com foco total em atividades práticas, integrando o desenvolvimento motor, a coordenação e a diversão. O plano possui links com vídeos ou guias que demonstram a execução das atividades.

Estrutura do Mês Turma: 32

Jogos de Caçador (Variações)

O jogo de caçador (ou queimada) no 3º ano deve focar em estratégias de esquiva e precisão de arremesso.

•Caçador com Agilidade: Foco em movimentos rápidos para evitar ser atingido.

•Link do Vídeo: [Atividade com Agilidade - Caçador](#)

•Variação "Caçada ou Caçador": Uma equipe protege um alvo enquanto a outra tenta "caçar".

•Link do Vídeo: [Variação de Caçador/Queimada](#)

Ginástica Geral para o 3º Ano

Trabalha a coordenação motora complexa e a superação de limites físicos.

•Circuito de Saltos: Sequências de saltos coordenados que exigem impulsão e equilíbrio.

•Link do Vídeo: [Circuito de Ginástica - 3º Ano](#)

•Ginástica Geral (Teoria e Prática): Explicação sobre os movimentos e execução.

•Link do Vídeo: [Aula de Ginástica Geral - CMSP](#)

Esportes de Campo e Taco (Introdução)

Introdução a esportes como o Beisebol e o Cricket através de jogos de rebatida.

•Fundamentos de Rebatida: Exercícios de coordenação óculo-manual para acertar a bola com o taco (ou mão).

•Referência: [Esportes de Campo e Taco - BNCC](#)

Avaliação

Observar se o aluno consegue:

1. Diferenciar a regra de um jogo popular (Caçador) da regra de um esporte formal.
2. Executar elementos da ginástica com controle corporal e segurança.
3. Colaborar com a equipe na criação de estratégias durante os jogos.