



INSTITUTO DE EDUCAÇÃO ESTADUAL DE MARINGÁ  
Ensino Fundamental, Médio, Normal e Profissional  
Resolução – 3455/81 Rua Martim Afonso, n. 50 Fone: (044) 3226-4346  
[www.ieem.com.br](http://www.ieem.com.br)

## REVALIDAÇÃO DE ESTUDOS PLANO DE ESTUDOS

CURSO: \_\_\_\_\_ SÉRIE: 1º Ano  
DISCIPLINA: Educação Física  
PROFESSOR(A): Sandra Maria Moreira

### 1 – Conteúdos Estruturantes e Específicos conforme Proposta Curricular:

- a) GINASTICA LABORAL
  - Histórico e conceito.
  - Tipos de ginástica laboral.
  - Benefícios ao trabalhador e às empresas.
- b) NUTRIÇÃO
  - Obesidade: causas e riscos.
  - Como calcular o índice de massa corporal (IMC)

### 2 – Encaminhamentos metodológicos:

Pesquisa bibliográfica e iconográfica(foto, imagem...), apresentada em forma de texto impresso, seguindo as normas da ABNT, abordando os conteúdos descritos no item 1(um).

### 3 – Critérios e valoração da avaliação

A valoração dos trabalhos será de 0,0 (zero) a 10,0 (dez).

A partir dos seguintes critérios:

- apresentação gráfica: 1,0 (um)
- introdução 2,0 (dois)
- desenvolvimento 3,0 (três)
- conclusão 4,0 (quatro)

### 4 – Bibliografia:



INSTITUTO DE EDUCAÇÃO ESTADUAL DE MARINGÁ  
Ensino Fundamental, Médio, Normal e Profissional

## REVALIDAÇÃO DE ESTUDOS PLANO DE ESTUDOS

CURSO: \_\_\_\_\_ SÉRIE: 2º Ano  
DISCIPLINA: Educação Física  
PROFESSOR(A): Lucyanne Cecília Dias Goffi

### 1 – Conteúdos Estruturantes e Específicos conforme Proposta Curricular:

- a) PRIMEIROS SOCORROS – Como prevenir e quais os primeiros socorros necessários nesses casos:
  - Insolação.
  - Traumatismos.
  - Entorses.
  - Fraturas
  
- b) PROBLEMAS POSTURAIIS: O que são? Quais as causas? Como prevenir? Que exercícios físicos auxiliam a reabilitação?:
  - Cifose.
  - Lordose.
  - Escoliose

### 2 – Encaminhamentos metodológicos:

Pesquisa bibliográfica e iconográfica(foto, imagem...), apresentada em forma de texto impresso, seguindo as normas da ABNT, abordando os conteúdos descritos no item 1(um).

### 3 – Critérios e valoração da avaliação

A valoração dos trabalhos será de 0,0 (zero) a 10,0 (dez).

A partir dos seguintes critérios:

- apresentação gráfica: 1,0 (um)
- introdução 2,0 (dois)
- desenvolvimento 3,0 (três)
- conclusão 4,0 (quatro)

### 4 – Bibliografia:



## REVALIDAÇÃO DE ESTUDOS PLANO DE ESTUDOS

CURSO: \_\_\_\_\_ SÉRIE: 3º Ano  
DISCIPLINA: Educação Física  
PROFESSOR(A): Sandra Maria Moreira

### 1 – Conteúdos Estruturantes e Específicos conforme Proposta Curricular:

a) Esportes coletivos e individuais:

conceituar, classificar e exemplificar.

b) Jogos e brincadeiras:

Conceituar, classificar e exemplificar jogos de tabuleiro, jogos dramáticos e jogos cooperativos.

c) Dança:

Conceituar dança de salão.

d) Ginástica:

Conceituar e classificar a ginástica de condicionamento e a ginástica geral.

### 2 – Encaminhamentos metodológicos:

Pesquisa bibliográfica e iconográfica(foto, imagem...), apresentada em forma de texto impresso, seguindo as normas da ABNT, abordando os conteúdos descritos no item 1(um).

### 3 – Critérios e valoração da avaliação

A valoração dos trabalhos será de 0,0 (zero) a 10,0 (dez).

A partir dos seguintes critérios:

- apresentação gráfica: 1,0 (um)
- introdução 2,0 (dois)
- desenvolvimento 3,0 (três)
- conclusão 4,0 (quatro)

### 4 – Bibliografia: