**EXTENSÃO E SEQUÊNCIA DE LECIONAÇÃO DOS CONTEÚDOS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Setembro** | **Outubro** | **Novembro** | **Dezembro** |
| Conteúdos | **20** | **24** | **27** | **01** | **04** | **08** | **11** | **15** | **18** | **22** | **25** | **29** | **01** | **05** | **08** | **12** | **15** | **19** | **22** | **26** | **29** | **03** | **06** | **10** | **13** | **17** |
| GINÁSTICA | Conteúdos psicossociais | Sociabilidade; Sentido de responsabilidade; Autonomia | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT | CT |
|  | Condição Física Geral | E | E | E | E |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | GREVE |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ginástica de Solo | Rolamento à frente engrupado |  |  |  | AD | AD | AT/TI | E | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Rolamento atrás engrupado |  |  |  | AD | AD | AT/TI | E | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Rolamento à frente encarpado M.I afastados |  |  |  | AD | AD | AT | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Rolamento atrás encarpado M.I afastados |  |  |  | AD | AD | AT | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Rolamento atrás encarpado M.I. juntos |  |  |  | AD | AD | AT | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Pino de cabeça |  |  |  | AD | AD | AT |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Pino de braços |  |  |  | AD | AD | AT |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Roda |  |  |  | AD | AD | AT |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Rolamento saltado |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C | AS |  |  | AA |
| Aranha |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C |  | AS | AS | AA |
| Rolamento à retaguarda com passagem por pino |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C | C |  | AS | AS | AA |
| Ginástica de Aparelhos | Paralelas Simétricas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C |  | AS | AS | AA |
| Paralelas Assimétricas |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C |  | AS | AS | AA |
| Trave |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C |  | AS | AS | AA |
| Barra Fixa |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | E | E | E | C | C |  | AS | AS | AA |
| Cavalo |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | TI | E | E | E | E | C | C |  | AS | AS | AA |

CT – Conteúdo Transversal AD – Avaliação Diagnóstica TI – Transmissão e Iniciação E – Exercitação AT – Aula Teórica C – Consolidação

 AS – Avaliação Sumativa AA – Auto-Avaliação