

# **ORIENTAÇÕES CURRICULARES**

**Educação Física**

**esco**  
**LAR**

**Atividades Pedagógicas  
Não Presenciais**

**Ensino Médio**

**2021**  
2º Trimestre



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**Caro (a) Professor (a),**

Ao longo do ano de 2020, em meio à pandemia da Covid-19, foi feito um grande esforço, por parte da Secretaria de Estado da Educação, das Superintendências Regionais de Educação e das Unidades Escolares, para garantir que os nossos estudantes mantivessem vínculo com a escola, com ações voltadas para o seu aprendizado.

Tendo em vista que o 1º trimestre foi destinado a um resgate de conhecimentos e habilidades previstos na série/ano anterior, como proposto no continuum curricular 2020-2021, assegurando assim a progressão da aprendizagem, foram necessárias algumas adequações nos documentos referentes ao segundo e terceiro trimestres. Para esses dois trimestres seguintes o conjunto de habilidades e objetos de conhecimento dos componentes da área de linguagens foi dividido em duas partes e organizado de duas formas: organização por área e organização por componente.

**Organização por área:** essa forma de organização foi estruturada em 3 tabelas.

**I - Objetos de Conhecimento de Educação Física correlacionados com a área de linguagens:** nesta organização objetos de conhecimento do componente de Educação Física foram alinhados considerando a proximidade das temáticas presentes nos objetos de conhecimento dos componentes da mesma área possibilitando, dessa forma, uma abordagem comum.

**II- Objetos de conhecimento de Educação Física correlacionados com outras áreas de conhecimento:** nesta organização os objetos de conhecimento do componente de Educação Física e dos componentes de outras áreas de conhecimento foram alinhados, considerando a proximidade das temáticas presentes dos componentes, possibilitando uma abordagem comum.

**III - Sugestões de videoaulas:** esta tabela apresenta sugestões de videoaulas, gravadas por professores da rede estadual e parceiros, que podem contribuir no planejamento do professor.

Vale ressaltar que essa forma de organização pode se apresentar de forma parcial em algumas séries.

**Organização por componente:** essa forma de organização foi estruturada em apenas uma tabela destacando os objetos de conhecimento, habilidades estruturantes e/ou habilidades específicas e sugestões de objetos de aprendizagem e videoaulas.

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

Na tentativa de facilitar o entendimento do documento, destacamos as habilidades estruturantes (Ensino Fundamental) e os objetos de conhecimento estruturantes (Ensino Médio).

A partir da análise das informações do documento e da realidade da sua escola e dos seus estudantes, bem como o andamento dos objetos de conhecimento e/ou habilidades, trabalhados ao longo do 1º trimestre, a escola poderá escolher, junto aos professores, qual das propostas será mais viável, tendo em vista o processo de aprendizagem dos estudantes e a organização da instituição.

Desse modo pretendemos auxiliar os professores no planejamento de ações que favoreçam o processo de ensino e aprendizagem, para os trimestres seguintes.

É preciso ficar atento, durante seu planejamento, aos cuidados em relação às habilidades e/ou conhecimentos que dependem de propostas coletivas ou que demandem compartilhamento de objetos.

Sucessos e ótimo trabalho!

**Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ORIENTAÇÕES CURRICULARES 2021**  
**ENSINO MÉDIO**

<b>HABILIDADES CORRELACIONADAS COM COMPONENTES DA ÁREA</b>	
<b>1ª SÉRIE</b>	
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Arte</b> <b>Língua Inglesa</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Analisar e refletir a influência da mídia no culto ao corpo, reconhecendo as violências impostas por essa cultura.</li><li>• Identificar as modalidades de ginásticas estudadas, relacionando-as aos contextos socioculturais de suas origens.</li></ul> <p>Objetos de conhecimento que oportunizam o trabalho interdisciplinar, no aprofundamento dos estudos sobre a cultura digital e cultura jovem. Bem como, de termos e estrangeiros envolvendo a imagem corporal e as ginásticas.</p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS CORRELACIONADOS COM OUTRAS ÁREAS DE CONHECIMENTO</b>	
<b>1ª SÉRIE</b>	
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Ciências da Natureza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e refletir sobre o uso de substâncias nocivas ao organismo utilizadas na prática de atividade física.</li><li>• Avaliar os próprios limites na prática desportiva e reconhecer os malefícios da prática sem orientação adequada.</li></ul> <p>Objetos de conhecimento que oportunizam o trabalho interdisciplinar, no aprofundamento dos estudos sobre a composição de química e alterações biológicas ocasionadas por substâncias e práticas nocivas à saúde.</p>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM OU VIDEOAULAS PARA DESENVOLVIMENTO DE TRABALHOS INTERDISCIPLINARES**

**1ª SÉRIE**

**2º TRIMESTRE**

Auto cuidado e Saúde Emocional

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/03/18/17/13/12/3682/autocuidado-e-saude-emocional/programa-mais-aprender/ensino-medio-matematica/por-modalidade-ensino-medio-matematica/biologia/curriculo/>

Saúde e Alimentação

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/02/26/08/56/23/2831/saude-e-alimentacao/programa-mais-aprender/ensino-medio-matematica/por-modalidade-ensino-medio-matematica/biologia/curriculo/>

Educação Alimentar e Nutricional

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/02/24/11/40/35/2542/educacao-alimentar-e-nutricional/programa-mais-aprender/ensino-medio-matematica/por-modalidade-ensino-medio-matematica/biologia/curriculo/>

Alimentação Saudável, Atividade Física e Qualidade de Vida

[https://www.youtube.com/watch?v=bBI60\\_GzjOI](https://www.youtube.com/watch?v=bBI60_GzjOI)

**Vamos Aprender**

Site com aulas de diversos componentes e sobre os Temas Integradores.

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/vamosaprender/>

**Canal da Sedu no Youtube**

Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia.

<https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists>

**SEDU Digital**

Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis.

<https://sedudigital.edu.es.gov.br/>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>1ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM E VIDEOAULAS</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Padrões de beleza e suas relações com contextos históricos e culturais.*</li><li>● Uso de anabolizantes.</li><li>● Vivência das diversas modalidades de Ginástica inseridas no dia a dia (desportiva, academia, funcional, alternativa, adaptada).</li><li>● O processo histórico da ginástica: O hoje e o ontem das academias, modismos e tendências.*</li><li>● Atletismo: fundamentos técnicos dos saltos: distância e altura.*</li><li>● Esportes Radicais: modalidades selecionadas com o aluno, partindo da cultura jovem local.</li><li>● Um Esporte Coletivo (Sugestão:</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Analisar e refletir a influência da mídia no culto ao corpo, reconhecendo as violências impostas por essa cultura.</li><li>● Relacionar os cuidados com o corpo e o uso indevido de recursos utilizados para alcançar um corpo estereotipado.</li><li>● Identificar e refletir sobre o uso de substâncias nocivas ao organismo utilizadas na prática de atividade física.</li><li>● Identificar as modalidades de ginásticas estudadas, relacionando-as aos contextos socioculturais de suas origens.</li><li>● Reconhecer pela vivência das mais variadas formas de movimento a importância da prática de ginástica.</li><li>● Refletir sobre a importância da prática adequada dos fundamentos básicos da ginástica para a manutenção da saúde.</li></ul>	<p><b>EscoLar</b> O site do programa EscoLar dispõe de atividades de apoio à aprendizagem para os professores. <a href="https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens">https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens</a></p> <p><b>Canal da SeduES no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists">https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists</a></p> <p><b>Ginásticas</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MGVo7qSCVxE&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=9">https://www.youtube.com/watch?v=MGVo7qSCVxE&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=9</a></p> <p><b>Esportes de Invasão</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SAOGg5OfEQc&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=8">https://www.youtube.com/watch?v=SAOGg5OfEQc&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=8</a></p> <p><b>SEDU Digital</b></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>1ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM E VIDEOAULAS</b>
Futsal): Aprofundamento no ensino tático do esporte.*	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar e organizar atividades que envolvam a adaptação das práticas esportivas, para a inclusão das diferenças individuais.</li><li>• Avaliar os próprios limites na prática desportiva e reconhecer os malefícios da prática sem orientação adequada.</li><li>• Reconhecer por meio da vivência, a importância das práticas esportivas e sua origem histórica.</li><li>• Avaliar como os fundamentos básicos do esporte são importantes nas diferentes situações de jogo.</li><li>• Dominar os principais fundamentos técnicos e táticos dos esportes praticados.</li></ul>	<p>Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis. <a href="https://sedudigital.edu.es.gov.br/">https://sedudigital.edu.es.gov.br/</a></p> <p><b>SEDU Digital no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw">https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw</a></p> <p><b>Currículo Interativo</b> O Currículo Interativo é uma plataforma de busca que reúne objetos e recursos digitais para apoiar professores e alunos em processos de ensino e de aprendizagem. <a href="http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/">http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>1ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM E VIDEOAULAS</b>
		<p><b>Nova Escola</b> Plataforma com atividades, plano de aula, cursos etc. de Matemática e de outras disciplinas para ajudar professores e estudantes, separados por temas e habilidades do Currículo do Espírito Santo e da BNCC. <a href="https://planosdeaula.novaescola.org.br/">https://planosdeaula.novaescola.org.br/</a></p> <p><b>Portal do Professor</b> Este portal é um espaço para você professor acessar sugestões de planos de aula, baixar mídias de apoio, ter notícias sobre educação ou até mesmo compartilhar um plano de aula, participar de uma discussão ou fazer um curso. <a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/</a></p> <p><b>Centro de Mídias de Educação do Amazonas</b> Plataforma da SEDUC do Amazonas com aulas de diversos conteúdos de Matemática do Ensino Médio e do Ensino Fundamental para estudantes e professores. <a href="https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio">https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio</a></p>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>HABILIDADES CORRELACIONADAS COM COMPONENTES DA ÁREA</b>	
<b>2ª SÉRIE</b>	
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Arte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Analisar a origem e a diversidade cultural da dança como instrumento de preservação da cultura humana.</li><li>• Reconhecer a dança como meio de expressão corporal, comunicação e linguagem.</li><li>• Conhecer diferentes manifestações, práticas e ritmos culturais constituídos em âmbito regional e nacional.</li></ul> <p>Objetos de conhecimento que oportunizam o trabalho interdisciplinar, no aprofundamento dos estudos sobre a dança enquanto arte, além de prática corporal.</p>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS CORRELACIONADOS COM OUTRAS ÁREAS DE CONHECIMENTO</b>	
<b>2ª SÉRIE</b>	
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Ciências da Natureza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender o funcionamento do movimento humano de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais.</li><li>• Compreender e reconhecer os limites fisiológicos do seu corpo com o objetivo de evitar os excessos e maximizar os benefícios em busca de uma melhor qualidade de vida.</li></ul> <p>Objetos de conhecimento que oportunizam o trabalho interdisciplinar, no aprofundamento dos estudos sobre anatomia e fisiologia humana.</p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM OU VIDEOAULAS PARA DESENVOLVIMENTO DE TRABALHOS INTERDISCIPLINARES**

**2ª SÉRIE**

**2º TRIMESTRE**

Dança como Expressão Artística e em Comemorações

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/02/25/11/59/34/2708/a-danca-como-expressao-artistica-e-em-comemoracoes/programa-mais-aprender/ensino-fundamental-1-temas-integradores/por-area-de-conhecimento/temas-integradores-ensino-fundamental-1-temas-integradores/curriculo/>

História da Dança

<https://www.youtube.com/watch?v=Vx16LfqMu2o&list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&index=2>

Corpo Humano

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/03/12/18/06/52/3376/corpo-humano/programa-mais-aprender/ensino-fundamental-1-temas-integradores/por-modalidade/ciencias/curriculo/>

Movimento do Corpo

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/03/19/15/39/44/3804/movimento-do-corpo-humano/programa-mais-aprender/ensino-fundamental-2-matematica/por-modalidade/ciencias-ensino-fundamental-2-matematica/curriculo/>

Sistemas do Corpo

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/2021/03/12/09/19/45/3288/sistemas-do-corpo-humano/programa-mais-aprender/ensino-medio-matematica/por-modalidade-ensino-medio-matematica/biologia/curriculo/>

**Vamos Aprender**

Site com aulas de diversos componentes e sobre os Temas Integradores.

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/vamosaprender/>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM OU VIDEOAULAS PARA DESENVOLVIMENTO DE TRABALHOS INTERDISCIPLINARES**

**2ª SÉRIE**

**2º TRIMESTRE**

**Canal da Sedu no Youtube**

Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia.

<https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists>

**SEDU Digital**

Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis.

<https://sedudigital.edu.es.gov.br/>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>2ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Exercícios resistidos e aumento de massa muscular: benefícios e risco à saúde nas várias faixas etárias.*</li><li>• A dança na Cultura Brasileira: danças folclóricas / regionais.</li><li>• Xadrez: Jogadas especiais.</li><li>• Esportes com raquete: modalidades de mesa (tênis de mesa – individual e em duplas).</li><li>• Um Esporte Coletivo (Sugestão: Voleibol): Estudo tático e dimensão de regras adaptadas.*</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender o funcionamento do movimento humano de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais.</li><li>• Compreender a importância da atividade física orientada, como fator contribuinte na qualidade de vida, conhecendo seus limites físicos e sabendo administrá-los.</li><li>• Compreender e reconhecer os limites fisiológicos do seu corpo com o objetivo de evitar os excessos e maximizar os benefícios em</li></ul>	<p><b>EscoLar</b> O site do programa EscoLar dispõe de atividades de apoio à aprendizagem para os professores. <a href="https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens">https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens</a></p> <p><b>Canal da SeduES no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists">https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists</a></p> <p><b>História da Dança</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Vx16LfqMu2o&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=2">https://www.youtube.com/watch?v=Vx16LfqMu2o&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=2</a></p> <p><b>Xadrez</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1V6QuoWZZV0&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=4">https://www.youtube.com/watch?v=1V6QuoWZZV0&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=4</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>2ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
	<p>busca de uma melhor qualidade de vida.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Desenvolver as noções conceituais de esforço, intensidade e frequência, aplicando em suas práticas corporais.</li><li>• Reconhecer o processo de envelhecimento por meio do conhecimento das alterações fisiológicas.</li><li>• Analisar a origem e a diversidade cultural da dança como instrumento de preservação da cultura humana.</li><li>• Reconhecer a dança como meio de expressão corporal, comunicação e linguagem.</li><li>• Conhecer diferentes</li></ul>	<p><b>SEDU Digital</b> Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis. <a href="https://sedudigital.edu.es.gov.br/">https://sedudigital.edu.es.gov.br/</a></p> <p><b>SEDU Digital no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw">https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw</a></p> <p><b>Currículo Interativo</b></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO MÉDIO**

**2ª SÉRIE**

**Educação Física**

**2º TRIMESTRE**

<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
	<p>manifestações, práticas e ritmos culturais constituídos em âmbitos nacional e regional.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reconhecer e desenvolver o gosto por atividades e jogos que requerem maior poder de concentração.</li><li>• Avaliar como os fundamentos básicos do esporte são importantes nas diferentes situações de jogo.</li><li>• Dominar e compreender as principais regras esportivas e adaptá-las, se necessário, visando à inclusão.</li><li>• Dominar os principais fundamentos técnicos e táticos dos esportes</li></ul>	<p>O Currículo Interativo é uma plataforma de busca que reúne objetos e recursos digitais para apoiar professores e alunos em processos de ensino e de aprendizagem. <a href="http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/">http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/</a></p> <p><b>Nova Escola</b> Plataforma com atividades, plano de aula, cursos etc. de Matemática e de outras disciplinas para ajudar professores e estudantes, separados por temas e habilidades do Currículo do Espírito Santo e da BNCC. <a href="https://planosdeaula.novaescola.org.br/">https://planosdeaula.novaescola.org.br/</a></p> <p><b>Portal do Professor</b> Este portal é um espaço para você professor acessar sugestões de planos de aula, baixar mídias de apoio, ter notícias sobre educação ou até mesmo compartilhar um plano de aula, participar de uma discussão ou fazer um curso. <a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/</a></p> <p><b>Centro de Mídias de Educação do Amazonas</b></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>2ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
	<p>praticados.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Participar e organizar atividades que envolvam a adaptação das práticas esportivas, para a inclusão das diferenças individuais.</li><li>• Analisar a prática esportiva compreendendo o significado e a importância do desenvolvimento da autonomia e do respeito mútuo.</li></ul>	<p>Plataforma da SEDUC do Amazonas com aulas de diversos conteúdos de Matemática do Ensino Médio e do Ensino Fundamental para estudantes e professores.</p> <p><a href="https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio">https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>HABILIDADES CORRELACIONADAS COM COMPONENTES DA ÁREA</b>	
<b>3ª SÉRIE</b>	
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Arte</b> <b>Língua Portuguesa</b> <b>Língua Inglesa</b>	Obs. Os pontos de contato entre os componentes não são tão claros para este trimestre, mas o professor tem autonomia para criar alternativas de interdisciplinaridade.

<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS CORRELACIONADOS COM OUTRAS ÁREAS DE CONHECIMENTO</b>	
<b>3ª SÉRIE</b>	
<b>BIOLOGIA</b>	
<b>2º TRIMESTRE</b>	
<b>ÁREA DE CONHECIMENTO</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>
<b>Ciências da Natureza</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Assumir uma postura ativa nas práticas corporais, tendo consciência da importância delas na vida do cidadão para os desafios cotidianos.</li><li>Analisar de forma crítica as práticas corporais, estabelecendo critérios de julgamento, escolha e realização saudáveis.</li></ul> <p>Objetos de conhecimento que oportunizam o trabalho interdisciplinar, no aprofundamento dos estudos sobre a importância das atividades físicas nos âmbitos psicológicos e fisiológicos.</p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM OU VIDEOAULAS PARA DESENVOLVIMENTO DE TRABALHOS INTERDISCIPLINARES**

**3ª SÉRIE**

**2º TRIMESTRE**

Alimentação Saudável, Atividade Física e Qualidade de Vida

[https://www.youtube.com/watch?v=bBI60\\_GzjOI&list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&index=5](https://www.youtube.com/watch?v=bBI60_GzjOI&list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&index=5)

**Vamos Aprender**

Site com aulas de diversos componentes e sobre os Temas Integradores.

<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/vamosaprender/>

**Canal da Sedu no Youtube**

Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia.

<https://www.youtube.com/channel/UCrHGj-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists>

**SEDU Digital**

Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis.

<https://sedudigital.edu.es.gov.br/>

**\*Objeto de Conhecimento estruturante.**



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>3ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Possibilidades da atividade física no lazer: as diferentes práticas corporais na comunidade local.*</li><li>• As diversas modalidades de ginástica na promoção da saúde e para prática do lazer. *</li><li>• Dois Esportes Coletivos (Sugestão: Handebol e Basquete): Aproximações técnicas e táticas; adaptações de regras para usos desses esportes em espaços fora de quadra – basquete de rua, handebol de areia.*</li><li>• Esportes Coletivos: organização de eventos – noção de súmula, tabelas, arbitragem. Construção de um evento esportivo escolar pela turma.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Assumir uma postura ativa nas práticas corporais, tendo consciência da importância delas na vida do cidadão para os desafios cotidianos.</li><li>• Analisar de forma crítica as práticas corporais, estabelecendo critérios de julgamento, escolha e realização saudáveis.</li><li>• Compreender os usos do corpo na sociedade contemporânea, reconhecendo as relações entre lazer e mundo do trabalho.</li><li>• Refletir sobre a importância da prática adequada dos fundamentos básicos da ginástica para a</li></ul>	<p><b>EscoLar</b> O site do programa EscoLar dispõe de atividades de apoio à aprendizagem para os professores. <a href="https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens">https://sedu.es.gov.br/escolar/professores/ensino-medio/linguagens</a></p> <p><b>Canal da SeduES no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists">https://www.youtube.com/channel/UCrhGi-4uMzAnpC0Bv8ELebQ/playlists</a></p> <p><b>Ginásticas</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MGVo7qSCVxE&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=9">https://www.youtube.com/watch?v=MGVo7qSCVxE&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=9</a></p> <p><b>Handebol</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TpZa1Nr-0P8&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=7">https://www.youtube.com/watch?v=TpZa1Nr-0P8&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=7</a></p> <p><b>Esportes de Invasão</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SAOGg5OfEQc&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=8">https://www.youtube.com/watch?v=SAOGg5OfEQc&amp;list=PL1h5XXIbI6i621E8oYF2M5O3U2IU3Hule&amp;index=8</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>3ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
	<p>manutenção da saúde.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Analisar e adaptar as regras das modalidades da ginástica estudadas às individualidades e às novas situações.</li><li>• Avaliar como os fundamentos básicos do esporte são importantes nas diferentes situações de jogo.</li><li>• Dominar os principais fundamentos técnicos e táticos dos esportes praticados.</li><li>• Reconhecer o esporte como elemento de ludicidade, prazer e recreação nos mais variados ambientes.</li><li>• Compreender as diferenças entre esportes escolar,</li></ul>	<p><b>SEDU Digital</b> Esse ambiente possui salas virtuais para envio de conteúdos digitais e atividades para alunos (Google sala de Aula), distribuição de tarefas, elaboração de questionários de verificação de aprendizagem, comunicação em tempo real usando o Meet, dentre outras ferramentas disponíveis. <a href="https://sedudigital.edu.es.gov.br/">https://sedudigital.edu.es.gov.br/</a></p> <p><b>SEDU Digital no Youtube</b> Este canal disponibiliza videoaulas de diversificados temas elaboradas para atender os alunos e professores da rede durante o período de pandemia. <a href="https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw">https://www.youtube.com/channel/UCH8UuMEIRnv-ukHEmq246bw</a></p> <p><b>Currículo Interativo</b> O Currículo Interativo é uma plataforma de busca que reúne objetos e recursos digitais para apoiar professores e alunos em processos de ensino e de aprendizagem. <a href="http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/">http://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

<b>ENSINO MÉDIO</b>		
<b>3ª SÉRIE</b>		
<b>Educação Física</b>		
<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>	<b>PRÉ – REQUISITOS (OBJETOS DE CONHECIMENTOS E/OU HABILIDADES ESTRUTURANTES)</b>	<b>SUGESTÕES DE OBJETOS DE APRENDIZAGEM</b>
	<p>amador e profissional.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a organização de eventos esportivos.</li><li>• Entender como é feita a organização de campeonatos, torneios, etc, e a importância de cada desporto.</li><li>• Distinguir diferentes formas de organização de eventos esportivos.</li><li>• Construir eventos esportivos.</li><li>• Vivenciar campeonatos e torneios esportivos.</li></ul>	<p><b>Nova Escola</b> Plataforma com atividades, plano de aula, cursos etc. de Matemática e de outras disciplinas para ajudar professores e estudantes, separados por temas e habilidades do Currículo do Espírito Santo e da BNCC. <a href="https://planosdeaula.novaescola.org.br/">https://planosdeaula.novaescola.org.br/</a></p> <p><b>Portal do Professor</b> Este portal é um espaço para você professor acessar sugestões de planos de aula, baixar mídias de apoio, ter notícias sobre educação ou até mesmo compartilhar um plano de aula, participar de uma discussão ou fazer um curso. <a href="http://portaldoprofessor.mec.gov.br/">http://portaldoprofessor.mec.gov.br/</a></p> <p><b>Centro de Mídias de Educação do Amazonas</b> Plataforma da SEDUC do Amazonas com aulas de diversos conteúdos de Matemática do Ensino Médio e do Ensino Fundamental para estudantes e professores. <a href="https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio">https://centrodemidias.am.gov.br/cursos/ensino-medio</a></p>

\*Objeto de Conhecimento estruturante.