



ORIENTAÇÕES CURRICULARES

ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS FINAIS

2026

FICHA TÉCNICA

Governador
JOSÉ RENATO CASAGRANDE

Secretário de Estado da Educação
VITOR AMORIM DE ANGELO

Subsecretaria de Estado da Educação Básica e Profissional
ANDRÉA GUZZO PEREIRA

Gerente de Curriculo da Educação Básica
ALEIDE CRISTINA DE CAMARGO

Subgerente de Desenvolvimento Curricular da Educação Básica
MARCOS VALÉRIO GUIMARÃES

Subgerente de Educação Ambiental
ALDETE MARIA XAVIER

Arte
INARA NOVAES MACEDO
DIANNI PEREIRA DE OLIVEIRA

Biologia/Ciências
BERTHA NICOLAEVSKY
LUCIANE DA SILVA LIMA VIEIRA
VINICIUS BRITO LIMA

Educação Física
VINNICIUS CAMARGO DE SOUZA LAURINDO

Ensino Religioso/Filosofia
RENE PINTO DA VITORIA

Física
JULIO CESAR SOUZA ALMEIDA

Geografia
WANDERLEY LOPEZ SEBASTIÃO

História
JOÃO EVANGELISTA DE SOUSA

Língua Espanhola
MÔNICA NADJA SILVA D'ALMEIDA CANIÇALI

Língua Inglesa
SÉRGIO BELO COUTINHO

Língua Portuguesa
DANILO FERNANDES SAMPAIO DE SOUZA
FERNANDA MAIA LYRIO
MARIA EDUARDA SCARPAT
MARIANA DE CASTRO ATALLAH

Matemática
GABRIEL LUIZ SANTOS KACHEL
LAIANA MENEGUELLI
RAYANE SALVIANO DE OLIVEIRA SILVA
WELLINGTON ROSA DE AZEVEDO
WILLIAM MANTOVANI

Química
THAÍS SCARDUA RANGEL

Sociologia
RENÉ CAROLINO DE SOUZA

Bibliotecários
JOICE RODRIGUES TEIXEIRA
SARAH GARCIA FERNANDES VARGAS
VICTOR BARROSO OLIVEIRA

SUMÁRIO



6º

7º

8º

9º

COMO NAVEGAR PELO DOCUMENTO	04
APRESENTAÇÃO	05
ORGANIZAÇÃO DA ORIENTAÇÃO CURRICULAR	06
ORIENTAÇÕES PARA A LEITURA	07
TEMAS INTEGRADORES	08
CADERNOS METODOLÓGICOS	09
MAPA DE PROGRESSÃO	10
LINKS IMPORTANTES	11
6º ANO	12
7º ANO	39
8º ANO	66
9º ANO	88



COMO NAVEGAR PELO DOCUMENTO

Este documento é totalmente interativo para facilitar a navegação.

Pela barra de navegação lateral é possível o acesso rápido a cada tópico.

Cada página da Orientação Curricular tem uma navegação interna própria. Para mais detalhes, acesse o botão “Orientações para a leitura” ao lado.





Prezado(a) Professor(a),

Com o objetivo de orientar professores(as) e pedagogos(as) para o planejamento pedagógico e para a gestão curricular com foco centrado na aprendizagem dos(as) estudantes capixabas durante o ano letivo de 2025, a Secretaria de Estado da Educação, por meio da Gerência de Currículo da Educação Básica (GECEB), elaborou as Orientações Curriculares para as escolas Estaduais e, mais uma vez, disponibiliza esse material para consulta no site:

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

Vale destacar que o presente documento não substitui o Currículo, mas, sim, configura-se como um desdobramento que pode auxiliar em sua implementação. Buscamos, ao longo de nossas Orientações Curriculares, demonstrar o quanto a integração entre as áreas e a conexão com os Temas Integradores presentes no Currículo do Espírito Santo são pontos relevantes capazes de entrelaçar as diversas áreas de conhecimento.

Destacamos aqui o seu compromisso no concernente à elaboração de um plano de ensino atual, bem como o seu papel de referência institucional nas ações de realinhamento curricular.

As Habilidades e Objetos de Conhecimento estão organizados por trimestres e possuem orientações que possibilitam ao(à) professor(a) refletir sobre as suas experiências e práticas educativas. Para auxiliar o(a) professor(a) no planejamento e estratégias de ensino foram construídas as expectativas de aprendizagem para ajudar o desenvolvimento das habilidades ao longo do processo educativo.

Para entendermos a proposta aqui pensada, é imprescindível que saibamos que este documento está estruturado de forma que cada página contém informações específicas sobre uma determinada habilidade. Nas seções seguintes, esse novo documento será explicado em mais detalhes.

Para 2026, além das informações da habilidade, você encontrará as Habilidades do Currículo da Computação relacionadas aos componentes curriculares.

Por fim, é relevante observarmos as Orientações Curriculares como instrumentos desenvolvidos para atender às necessidades dos(as) estudantes, oferecendo-lhes a oportunidade de uma aprendizagem significativa e de qualidade, tomando por base o alinhamento das Habilidades e dos Objetos de Conhecimento – tudo com vistas ao planejamento com foco nas expectativas de aprendizagem.

APRESENTAÇÃO





ORGANIZAÇÃO DA ORIENTAÇÃO CURRICULAR

A orientação curricular está organizada em páginas, cada uma dedicada a uma habilidade específica, com informações para apoiar o planejamento pedagógico.

As informações disponíveis em cada página são as seguintes:

- A progressão das habilidades, que inclui habilidades de outros anos relacionadas àquela em foco;
- A lista de habilidades do ano, distribuídas por trimestre;
- A unidade temática associada à habilidade;
- O código e o texto da habilidade;
- Os objetos de conhecimento vinculados à habilidade;
- As expectativas de aprendizagem para desenvolver a habilidade;
- Os temas integradores pertinentes;
- As práticas sugeridas dos cadernos metodológicos que desenvolvem a habilidade;
- As habilidades de outros componentes curriculares que se relacionam com a habilidade em questão;
- As sugestões de materiais que abordam essa habilidade;
- E as habilidade(s) do Currículo da Computação relacionada(s) com a habilidade da página.

PROGRESSÃO DAS HABILIDADES	Habilidades de outros anos que estão relacionadas a habilidade da página.
LISTA DE HABILIDADES	Habilidades do ano separadas por trimestre
UNIDADE TEMÁTICA	Unidade temática da habilidade da página
HABILIDADE	Código e texto da habilidade da página
OBJETOS DE CONHECIMENTO	Objetos de conhecimento relacionados a habilidade da página
EXPECTATIVAS DE APRENDIZAGEM	São descrições concisas, claramente articuladas do que os alunos devem saber, compreender e fazer.
TEMAS INTEGRADORES	Temas integradores relacionados a habilidade da página
PRÁTICAS SUGERIDAS DOS CADERNOS METODOLÓGICOS	Práticas sugeridas que desenvolvem a habilidade da página
HABILIDADES RELACIONADAS	Habilidades de outros componentes que se relacionam com a habilidade da página.
SUGESTÕES DE MATERIAIS	Materiais sugeridos que abordam a habilidade da página
HABILIDADES DO CURRÍCULO DA COMPUTAÇÃO	Habilidade(s) do Currículo da Computação relacionada(s) com a habilidade da página.



ORIENTAÇÕES PARA A LEITURA

Menu lateral interativo

2026

PROGRESSÃO DAS HABILIDADES				
1º	2º	3º	4º	5º
EF12EF08-01/ES EF12EF09 EF12EF10	EF12EF07-02/ES EF12EF08-02/ES EF12EF09 EF12EF10	EF35EF07-03/ES EF35EF08	EF35EF07-04/ES EF35EF08	EF35EF07-05/ES EF35EF08

Unidade Temática
Ginásticas

Habilidade
EF12EF07
Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança. A aquisição da técnica deve ser desenvolvida gradativamente, respeitando características individuais dos estudantes e priorizando atividades lúdicas e criativas.

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes habilidades básicas da ginástica, como equilíbrios, saltos, giros, rotações e acrobacias;
- Identificar e descrever os diferentes elementos básicos da ginástica;
- Engajar-se nas atividades de ginástica de forma lúdica e criativa, aproveitando o aspecto divertido da prática enquanto desenvolvem suas habilidades.

Objeto de conhecimento
Ginástica geral

- Movimentos básicos da ginástica geral a partir do repertório de movimentos prévios das crianças, com/sem materiais, considerando atitudes, condutas e riscos inerentes à prática;
- Habilidades ginásticas Locomotoras: andar, correr, saltar, rolar, quadrupedas, girar, rastejar, etc.;
- Habilidades ginásticas de estabilidade: Empurrar, puxar, sustentar e balançar;
- Habilidades ginásticas manipulativas: coordenação

Habilidades da computação
Não há.

Temas integradores

Habilidades relacionadas
EF15AR10-01/ES

Práticas sugeridas dos cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

Ao clicar nas práticas sugeridas dos cadernos metodológicos, você será direcionado a uma página onde encontrará as práticas relacionadas a essa habilidade.

1º ano

1º TRIMESTRE		
EF12EF07	EF12EF08-01/ES	EF12EF09
EF12EF10	EF12EF01-01/ES	EF12EF02
EF12EF03/ES	EF12EF04/ES	EF12EF05-01/ES
EF12EF06-01/ES	EF12EF11-01/ES	EF12EF12/ES

No centro estão as informações sobre a habilidade

Clique nos códigos das habilidades para ser direcionado à página da habilidade correspondente

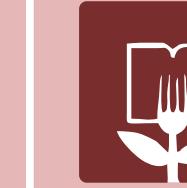
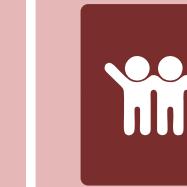
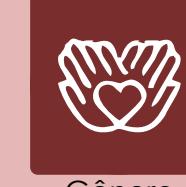
Clique nos ícones para acessar o link do material.



TI

TEMAS INTEGRADORES

Os temas integradores entrelaçam as diversas áreas de conhecimento que compõem o Curriculo do Espírito Santo e trazem questões que atravessam as experiências dos sujeitos em seus contextos de vida, ações no público, no privado e no cotidiano.

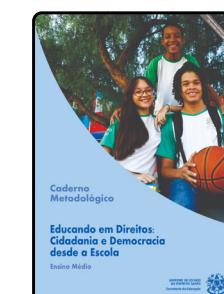
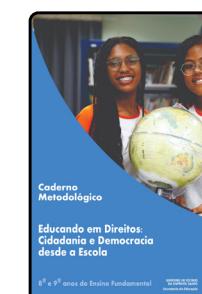
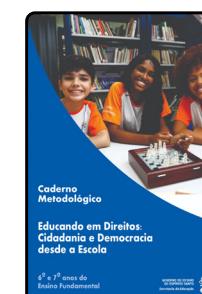
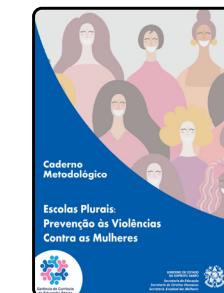
				
Direito da Criança e do Adolescente	Educação para o Trânsito	Educação Ambiental	Educação Alimentar e Nutricional	Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso
				
Educação em Direitos Humanos	Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena	Saúde	Vida Familiar e Social	Educação para o Consumo Consciente
				
Educação Financeira e Fiscal	Trabalho, Ciência e Tecnologia	Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica	Trabalho e Relações de Poder	
				
Ética e Cidadania	Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade	Povos e Comunidades Tradicionais	Educação Patrimonial	Diálogo Intercultural e Inter-religioso



CADERNOS METODOLÓGICOS

A fim de fomentar os Temas Integradores, a Gerência de Currículo tem elaborado os Cadernos Metodológicos que estão em consonância com as novas Diretrizes da Educação propostas pela Base Nacional Comum Curricular-BNCC, com o Currículo do Espírito Santo e com as diretrizes das parcerias estabelecidas. Os Cadernos Metodológicos delineiam ferramentas estratégicas de natureza socioemocional e cognitiva para realizar a necessária associação do conteúdo escolar com a realidade vivida dos estudantes.

Clique no ícone ao lado para acessar o site com todos os cadernos metodológicos ou na capa do caderno para ser direcionado ao caderno específico.





MAPA DE PROGRESSÃO

O Mapa de Progressão das Habilidades, desenvolvido pela Gerência de Currículo da Educação Básica (GCEB) da Secretaria de Estado da Educação do Espírito Santo (Sedu), visa apoiar os(as) professores(as) na organização e planejamento do ensino, com base no Currículo do estado. Ele apresenta as habilidades em uma progressão de complexidade, facilitando a adaptação do currículo e promovendo uma melhor aprendizagem dos estudantes.

Para saber mais sobre o mapa de progressão do seu componente curricular, acesse o mapa interativo no site clicando o ícone ao lado.



	6º ano	7º ano	8º ano	9º ano
Brincadeiras e jogos	EF67EF01/ES EF67EF02	EF67EF01/ES EF67EF02		
Esportes	EF67EF03-06/ES EF67EF04 EF67EF05 EF67EF06 EF67EF07	EF67EF03-07/ES EF67EF04 EF67EF05 EF67EF06 EF67EF07	EF89EF01/ES EF89EF02 EF89EF03 EF89EF04 EF89EF05 EF89EF06	EF89EF01/ES EF89EF02 EF89EF03 EF89EF04 EF89EF05 EF89EF06
Ginásticas	EF67EF08/ES EF67EF09-06/ES EF67EF10	EF67EF08/ES EF67EF09-07/ES EF67EF10	EF89EF07-08/ES EF89EF08 EF89EF09 EF89EF10-08/ES EF89EF11	EF89EF07-09/ES EF89EF08 EF89EF09 EF89EF10-09/ES EF89EF11
Danças	EF67EF11-06/ES EF67EF12 EF67EF13/ES	EF67EF11-07/ES EF67EF12 EF67EF13/ES	EF89EF12/ES EF89EF13/ES EF89EF14/ES EF89EF15	EF89EF12/ES EF89EF13/ES EF89EF14/ES EF89EF15
Lutas	EF67EF14 EF67EF15 EF67EF16 EF67EF17	EF67EF14 EF67EF15 EF67EF16 EF67EF17	EF89EF16 EF89EF17 EF89EF18	EF89EF16 EF89EF17 EF89EF18
Práticas corporais de aventura	EF67EF18-06/ES EF67EF19 EF67EF20/ES EF67EF21	EF67EF18-07/ES EF67EF19 EF67EF20 EF67EF21	EF89EF19-08/ES EF89EF20 EF89EF21	EF89EF19-09/ES EF89EF20 EF89EF21



LINKS IMPORTANTES

Ao lado, você encontrará sugestões de links para o site do currículo. Clicando nos ícones, você será direcionado a recursos e informações adicionais que complementam as orientações curriculares.

6º

7º

8º

9º



Currículo do Estado do Espírito Santo



Mapa de Progressão das Aprendizagens



Cadernos Metodológicos



Olimpíadas



Educação das Relações Étnico Raciais



Curriculum Interativo



Espaços Potencialmente Educativos

2026



6º
ano





Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF08/ES

Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática, evidenciando a importância do aprimoramento das capacidades físicas para realizar tarefas em situações do cotidiano.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Capacidades físicas voltadas para a promoção da saúde e aprimoramento funcional;
- Desenvolvimento das capacidades físicas para a realização eficiente de tarefas diárias, promovendo autonomia e bem-estar;
- Atividades relacionadas às capacidades físicas abordadas, além das respostas corporais que elas provocam (ex.: suor, alteração da frequência cardíaca, alteração da temperatura corporal etc.).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à ginástica de condicionamento físico;
- Desfrutar da realização de práticas envolvendo a Ginástica de condicionamento físico ou apreciá-la quando realizada por outras pessoas;
- Perceber que as sensações provocadas pelo exercício físico dependem da intensidade, modalidade de exercício e do nível de condicionamento dos praticantes;
- Compreender que as atividades físicas são orientadas para um determinado fim, se relacionando com a aptidão física e com a melhora da realização de tarefas no cotidiano.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF06MA24, EF69LP23, EF69LP24, EF69LP28.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF09-06/ES

Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde. Enfatizando processos que levem os estudantes a compreenderem a relação entre o exercício físico e a saúde, identificando as principais capacidades físicas e estruturas corporais envolvidas nesse processo.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

•Adaptação de exercícios para respeitar as limitações individuais, garantindo a participação de todos e promovendo a saúde.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Compreender as características das práticas relativas à ginástica de condicionamento físico;
- Compreender os exercícios físicos como atividades físicas orientadas para o incremento da aptidão física;
- Propor práticas que respeitem as características individuais, nível de condicionamento e gosto pessoal de cada estudante;
- Compreender a relação entre exercícios físicos e saúde.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF06CI09.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF10

Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Diferenciação entre Atividade Física e Exercício Físico;
- Exploração de formas acessíveis e criativas de realizar exercícios físicos no cotidiano, considerando os recursos disponíveis dentro e fora do ambiente escolar.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender a diferença entre exercício físico e atividade física;
- Se apropriar dos conhecimentos sobre tipos de exercício físico e possibilidades de praticá-los fora do ambiente escolar, como, por exemplo, correr, fazer séries de abdominais ou flexões de braços.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF06CI09.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-06/ES
EF67EF10

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-06/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-06/ES
EF67EF19
EF67EF20/ES
EF67EF21

EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF03-06/ES

Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios que façam parte do contexto social dos estudantes, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo, por meio de atividades lúdicas e criativas.

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

- Exemplos: Corridas, Saltos, Arremesso e Lançamentos do Atletismo;
- Prática de habilidades específicas de esportes de marca, como técnica de corrida, saltos e arremessos, promovendo o desenvolvimento motor e a superação de desafios individuais e coletivos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência dos esportes de marca;
- Desfrutar da realização da prática de esportes de marca;
- Valorizar o trabalho coletivo a partir da troca de experiências;
- Valorizar os esportes de marca praticados em seu contexto social;
- Se empenhar em realizar a sua função para o bem individual ou coletivo.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-06/ES
EF67EF10
EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-06/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-06/ES
EF67EF19
EF67EF20/ES
EF67EF21



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF04

Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

- Regras;
- Fundamentos básicos (técnico-tático) dos esportes trabalhados;
- Simulações de jogo para aplicar fundamentos técnicos e táticos, compreendendo as dinâmicas dos esportes de marca.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à experimentação dos esportes de marca;
- Compreender os principais movimentos requisitados nos esportes de marca;
- Saber se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo nos esportes de marca;
- Compreender que as normas e regras são estabelecidas para garantir a segurança e equidade entre os participantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de esportes de marca;
- Apreender novas modalidades de esportes de marca;
- Adequar as práticas dos esportes de marca aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender que os esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF05

Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

• Análise das situações de jogo para identificar oportunidades e desafios, promovendo o desenvolvimento de soluções criativas e adaptativas nas práticas dos esportes de marca.

Habilidades da computação

Não há.

Sugestões de materiais



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF06

Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

- Conceituação de prática profissional e prática amadora no esporte;
- Análise das influências culturais e sociais na prática dos esportes de marca, incluindo o papel da mídia e da comunidade.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que a prática de esportes de marca caracteriza-se originalmente pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regida por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição;
- Compreender as diferenças entre esporte profissional e esporte comunitário/lazer.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21

EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF03-06/ES

Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios que façam parte do contexto social dos estudantes, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo, por meio de atividades lúdicas e criativas.

Objeto de conhecimento

Esportes de Precisão

- Exemplos: Arco-e-flecha, Jogo de dardo, Curling, Golfe, entre outros;
- Desenvolvimento das habilidades de coordenação e concentração necessárias para a prática dos esportes de precisão, enfatizando a importância da prática e da paciência para o aprimoramento do desempenho.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência dos esportes de precisão;
- Desfrutar da realização da prática de esportes de precisão;
- Valorizar o trabalho coletivo a partir da troca de experiências;
- Valorizar os esportes de precisão praticados em seu contexto social;
- Se empenhar em realizar a sua função para o bem individual ou coletivo.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF04

Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.

Objeto de conhecimento

Esportes de Precisão

- Regras;
- Fundamentos básicos (técnico-tático) dos esportes trabalhados;
- Simulações de jogo para aplicar fundamentos técnicos e táticos, compreendendo as dinâmicas dos esportes de precisão.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à experimentação dos esportes de precisão;
- Compreender os principais movimentos requisitados nos esportes de precisão;
- Saber se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo nos esportes de precisão;
- Compreender que as normas e regras são estabelecidas para garantir a segurança e equidade entre os participantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF06

Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).

Objeto de conhecimento

Esportes de Precisão

- Conceituação de prática profissional e prática amadora no esporte;
- Análise das influências culturais e sociais na prática dos esportes de precisão, incluindo o papel da mídia e da comunidade.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que a prática de esportes de precisão caracteriza-se originalmente pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regida por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição;
- Compreender as diferenças entre esporte profissional e esporte comunitário/lazer.

Temas integradores



Habilidades da computação

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais



6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF07

Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.

Objeto de conhecimento

Esportes de Precisão

- Adaptação de jogos e atividades esportivas com materiais acessíveis, promovendo inclusão e experimentação.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Ter condições de realizar, de forma autônoma, um determinado esporte de precisão, não só durante as aulas, como também para além delas;
- Dialogar sobre soluções que possam fazer outras pessoas praticarem os esportes de precisão.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF14

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as demais.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Tarracá, Jiu-Jitsu Brasileiro, Capoeira, Maculelê, Luta Marajoara, entre outras;
- Cuidados e segurança durante a execução das lutas;
- Modalidades (curta, média e longa distância).

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das Lutas do Brasil;
- Desfrutar da realização de Lutas do Brasil;
- Desenvolver aprendizagens sobre normas de segurança, que incluem questões relativas ao espaço, como, por exemplo, o tipo de solo (areia, gramado, piso duro), materiais (colchões para amortecer quedas ou utilização de luvas) etc;
- Reformular diferentes lutas do Brasil a fim de adaptá-las à realidade em questão.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69AR12.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF15

Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

• Desenvolvimento da leitura de movimento e antecipação para identificar oportunidades nas lutas, priorizando o respeito e a segurança do colega.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa;
- Respeitar as normas da modalidade e discutir sobre procedimentos de prática que considerem a inclusão de todos com segurança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF16

Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Elementos constitutivos das lutas do Brasil (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições);
- Análise da diversidade regional das lutas do Brasil, destacando como as influências culturais locais moldam as práticas, os rituais e os estilos de luta.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os códigos de condutas a serem assumidos durante as práticas das lutas do Brasil;
- Identificar os elementos específicos que fazem parte da luta, como cumprimentar o adversário e o juiz antes do confronto;
- Identificar os movimentos específicos que os praticantes devem dominar, como os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô;
- Identificar as vestimentas utilizadas, como o quimono no karatê;
- Identificar os equipamentos utilizados pelos lutadores, como luvas, protetores de boca, protetores de cabeça etc.;
- Identificar os locais de disputa, como tatames ou ringues.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF17

Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Origem e herança cultural;
- Racismo e exclusão social atrelados às lutas;
- Comportamentos preconceituosos/ injustos relacionados às lutas brasileiras;
- Problematização das lutas como atividade ligada ao universo masculino

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Fazer questionamentos e reflexões relacionados ao universo das lutas;
- Identificar soluções para a superação de injustiça e preconceitos relativos às lutas do Brasil.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF67EF01/ES

Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos atrelados as práticas corporais e de diferentes gêneros, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.

Objeto de conhecimento

Jogos eletrônicos

- Jogos eletrônicos individuais e de interação coletiva com ênfase nos que envolvam o corpo em movimento;
- Análise dos aspectos culturais e sociais dos jogos eletrônicos, promovendo respeito e inclusão entre diferentes gêneros e grupos etários.

Habilidades da computação

EF06CO03 Descrever com precisão a solução de um problema, construindo o programa que implementa a solução descrita.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência prática de diferentes jogos eletrônicos;
- Desfrutar da prática de jogos eletrônicos bem como apreciar a prática realizada por outra pessoa;
- Valorizar e respeitar sentidos e significados atribuídos aos jogos eletrônicos por diferentes grupos sociais e etários;
- Compreender que os jogos eletrônicos são potencialmente aderentes em termos comportamentais e que as pessoas se utilizam dessas práticas como forma de diversão, educação ou por razões profissionais.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69LP06, EF67LP11, EF67LP12.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF67EF02

Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

Objeto de conhecimento

Jogos eletrônicos

- Caracterização de diferentes tipos de jogos eletrônicos;
- Influência dos jogos eletrônicos no sedentarismo;
- Influência dos jogos eletrônicos na dependência tecnológica.

Habilidades da computação

EF06CO10 Analisar o consumo de tecnologia na sociedade, compreendendo criticamente o caminho da produção dos recursos bem como aspectos ligados à obsolescência e a sustentabilidade.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que os jogos eletrônicos acompanharam a evolução das tecnologias;
- Identificar as mudanças ocorridas nos jogos eletrônicos ao longo das décadas;
- Compreender que os jogos eletrônicos sofreram modificações, indo dos jogos com pouca movimentação para jogos com maior envolvimento corporal.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69LP06, EF67LP11, EF67LP12, EF06MA04.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF11-06/ES

Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos), bem como capacidades físicas durante as práticas das danças, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras. Promovendo aprendizagens sobre o percurso histórico das danças urbanas, partindo-se das suas modalidades originais. O estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular Geografia.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

- Hip Hop, Funk, Freestyle, Passinho e outros;
- Elementos constitutivos da dança urbana (ritmo e expressão corporal; tempo, organização espacial e marcação musical).

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das Danças urbanas;
- Desfrutar da realização de danças urbanas e apreciá-las quando realizadas por outros;
- Compreender o elemento ritmo: movimento que ocorre com uma recorrência regular;
- Compreender o elemento espaço, que se refere ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação;
- Compreender o elemento gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança;
- Identificar as capacidades físicas relacionadas com a prática da dança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF12

Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

• Criação de sequências coreográficas que integrem os elementos das danças urbanas, promovendo a criatividade e a expressão individual.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Observar e analisar as próprias experiências corporais como também as realizadas por outros;
- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades de danças urbanas;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF13/ES

Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com o componente curricular da Arte, no que se refere à investigação de diferentes tipos de dança.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

- Aspectos do contexto sociocultural (ritmos, passos básicos, expressão corporal, espaços, vestimentas) das danças urbanas e sua diferenciação das demais manifestações de dança;
- Análise dos aspectos históricos e culturais que diferenciam as danças urbanas de outras formas de dança, ressaltando a valorização da diversidade cultural.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as diferenças entre algumas danças e as danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos e características;
- Compreender que as danças urbanas foram criadas em locais onde viviam pessoas de grupos minoritários e que, com o passar do tempo, foram criadas diversas modalidades de danças urbanas praticadas por diferentes grupos sociais.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF18-06/ES

Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, que sejam conhecidas ou praticadas pelos estudantes, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Parkour, Rapel, Skate, Slackline e outros;
- Cuidados/Riscos relacionados à prática;
- Limites corporais e superação do receio da realização da prática de uma determinada prática de aventura;
- Adaptação de espaços para a prática.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens relativas às práticas corporais de aventura urbanas que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas;
- Desfrutar da realização de uma determinada prática corporal de aventura urbana ou apreciá-la quando realizada por outros;
- Reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com o bem-estar de todos.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF19

Identificar os riscos durante a realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Equipamentos de segurança necessários para a prática de cada modalidade;
- Riscos envolvidos nas práticas corporais de aventura no meio urbano;
- Importância da preparação física e mental, incluindo aquecimento, alongamento e técnicas de respiração, para minimizar riscos nas práticas de aventura urbanas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que as práticas corporais de aventura urbana possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos;
- Desenvolver estratégias centradas na perícia e proeza provocada pela situação de imprevisibilidade que se apresenta quando o praticante interage com um ambiente desafiador;
- Estabelecer coletivamente medidas para superar os riscos, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos praticantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF20/ES

Executar práticas corporais de aventura urbanas, que sejam conhecidas ou praticadas pelos estudantes, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura em diversos espaços.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Exploração de espaços urbanos adequados para atividades de aventura, enfatizando segurança, legalidade e respeito ao patrimônio público, promovendo consciência cidadã.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Refletir sobre maneiras de realização das práticas de aventuras urbanas nos espaços públicos disponíveis, analisando os riscos tanto para si mesmos como para os frequentadores;
- Propor soluções para uma prática segura.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

EF67EF20/ES

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF21

Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Definição e caracterização das práticas;
- Análise das influências culturais e sociais que moldam as práticas de aventura, incluindo tradições locais e sua adaptação aos contextos urbanos;
- Evolução tecnológica dos itens de segurança e equipamentos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que as práticas corporais de aventura surgiram da vontade de superar obstáculos impostos pela natureza, resultando em modalidades de práticas não convencionais;
- Reconhecer as características das práticas corporais de aventura.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-06/ES

EF67EF10

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-06/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-06/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-06/ES

EF67EF19

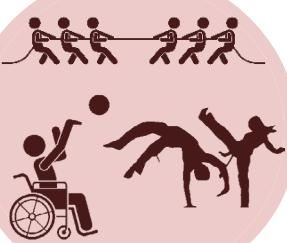
EF67EF20/ES

EF67EF21

2026



7º
ano





Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF08/ES

Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática, evidenciando a importância do aprimoramento das capacidades físicas para realizar tarefas em situações do cotidiano.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Capacidades físicas voltadas para a promoção da saúde e aprimoramento funcional;
- Desenvolvimento das capacidades físicas para a realização eficiente de tarefas diárias, promovendo autonomia e bem-estar;
- Atividades relacionadas às capacidades físicas abordadas, além das respostas corporais que elas provocam (ex.: suor, alteração da frequência cardíaca, alteração da temperatura corporal etc.).

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à ginástica de condicionamento físico;
- Desfrutar da realização de práticas envolvendo a Ginástica de condicionamento físico ou apreciá-la quando realizada por outras pessoas;
- Perceber que as sensações provocadas pelo exercício físico dependem da intensidade, modalidade de exercício e do nível de condicionamento dos praticantes;
- Compreender que as atividades físicas são orientadas para um determinado fim se relacionando com a aptidão física e com a melhora da realização de tarefas no cotidiano.

Temas integradores



Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF09-07/ES

Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde. Enfatizando processos que levem os estudantes a reconhecerem que existem diferenças de condicionamento físico entre eles e propor atividades que sejam adequadas a todos.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

•Adaptação de exercícios para respeitar as limitações individuais, garantindo a participação de todos e promovendo a saúde.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender as características das práticas relativas à ginástica de condicionamento físico;
- Compreender os exercícios físicos como atividades físicas orientadas para o incremento da aptidão física;
- Propor práticas que respeitem as características individuais, nível de condicionamento e gosto pessoal de cada estudante;
- Compreender a relação entre condicionamento físico e prática de atividades corporais.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF67EF10

Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Diferenciação entre Exercício Físico e Atividade Física;
- Exploração de formas acessíveis e criativas de realizar exercícios físicos no cotidiano, considerando os recursos disponíveis dentro e fora do ambiente escolar.

Habilidades da computação

EF07CO10 Identificar os impactos ambientais do descarte de peças de computadores e eletrônicos, bem como sua relação com a sustentabilidade.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender a diferença entre exercício físico e atividade física;
- Se apropriar dos conhecimentos sobre tipos de exercício físico e possibilidades de praticá-los fora do ambiente escolar, como, por exemplo, correr, fazer séries de abdominais ou flexões de braços.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF04

Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.

Objeto de conhecimento

Esportes de Invasão

- Regras;
- Fundamentos básicos (técnico-tático) dos esportes trabalhados;
- Simulações de jogo para aplicar fundamentos técnicos e táticos, compreendendo as dinâmicas dos esportes de invasão.

Habilidades da computação

Não há.

6º

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º

EF67EF03-07/ES
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

7º ano

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-07/ES
EF67EF10
EF67EF03-07/ES
EF67EF04

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-07/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-07/ES
EF67EF19
EF67EF20
EF67EF21



Sugestões de materiais

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF05

Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnicocombinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.

Objeto de conhecimento

Esportes de Invasão

- Análise das situações de jogo para identificar oportunidades e desafios, promovendo o desenvolvimento de soluções criativas e adaptativas nas práticas dos esportes de invasão.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de esportes de invasão;
- Apreender novas modalidades de esportes de invasão;
- Adequar as práticas dos esportes de invasão aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender que a prática de esportes de invasão caracteriza-se originalmente por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF07MA34.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-07/ES
EF67EF10
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-07/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-07/ES
EF67EF19
EF67EF20
EF67EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-07/ES
EF67EF10
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-07/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-07/ES
EF67EF19
EF67EF20
EF67EF21

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que os esportes de invasão se caracterizam originalmente pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regida por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição;
- Compreender as diferenças entre esporte profissional e esporte comunitário/lazer.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES
EF67EF09-07/ES
EF67EF10
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07
EF67EF14
EF67EF15
EF67EF16
EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES
EF67EF02
EF67EF11-07/ES
EF67EF12
EF67EF13/ES
EF67EF18-07/ES
EF67EF19
EF67EF20
EF67EF21

Campo Temático

Esportes.

Habilidade

EF67EF07

Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.

Objeto de conhecimento

Esportes de Invasão

- Adaptação de jogos e atividades esportivas com materiais acessíveis, promovendo inclusão e experimentação.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Ter condições de realizar, de forma autônoma, um determinado esporte de invasão, não só durante as aulas, como também para além delas;
- Dialogar sobre soluções que possam fazer outras pessoas praticar os esportes de invasão.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF04

Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.

Objeto de conhecimento

Esportes Técnico-combinatórios

- Regras;
- Fundamentos básicos (técnico-tático) dos esportes trabalhados;
- Simulações de jogo para aplicar fundamentos técnicos e táticos, compreendendo as dinâmicas dos esportes técnico-combinatórios.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à experimentação dos esportes técnico-combinatórios;
- Compreender os principais movimentos requisitados nos esportes técnico-combinatórios;
- Saber se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo nos esportes técnico-combinatórios;
- Compreender que as normas e regras são estabelecidas para garantir a segurança e equidade entre os participantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de esportes técnico-combinatórios;
- Apreender novas modalidades de esportes técnico-combinatórios;
- Adequar as práticas dos esportes técnico-combinatórios aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender que a prática de esportes técnico-combinatórios se caracteriza pelo fato de o resultado da ação motora ser comparado à qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF07MA34.



Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF67EF07

Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.

6º

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06

8º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

7º ano

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21

Expectativas de aprendizagem

- Ter condições de realizar, de forma autônoma, um determinado esporte técnico-combinatório, não só durante as aulas, como também para além delas;
- Dialogar sobre soluções que possam fazer outras pessoas praticar os esportes técnico-combinatórios.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Habilidades da computação

Não há.



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF14

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as demais.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Tarracá, Jiu-Jitsu Brasileiro, Capoeira, Maculelê, Luta Marajoara, entre outras;
- Cuidados e segurança durante a execução das lutas;
- Modalidades (curta, média e longa distância).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das Lutas do Brasil;
- Desfrutar da realização de Lutas do Brasil;
- Desenvolver aprendizagens sobre normas de segurança, que incluem questões relativas ao espaço, como, por exemplo, o tipo de solo (areia, gramado, piso duro), materiais (colchões para amortecer quedas ou utilização de luvas) etc;
- Reformular diferentes lutas do Brasil a fim de adaptá-las à realidade em questão.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69AR12.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF15

Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

• Desenvolvimento da leitura de movimento e antecipação para identificar oportunidades nas lutas, priorizando o respeito e a segurança do/a colega.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa;
- Respeitar as normas da modalidade e discutir sobre procedimentos de prática que considerem a inclusão de todos/as com segurança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF07MA34.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF16

Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Elementos constitutivos das lutas do Brasil (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições);
- Análise da diversidade regional das lutas do Brasil, destacando como as influências culturais locais moldam as práticas, os rituais e os estilos de luta.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os códigos de condutas a serem assumidos durante as práticas das lutas do Brasil;
- Identificar os elementos específicos que fazem parte da luta, como cumprimentar o/a adversário/a e o/a juiz/a antes do confronto;
- Identificar os movimentos específicos que os/as praticantes devem dominar, como os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô;
- Identificar as vestimentas utilizadas, como o quimono no karatê;
- Identificar os equipamentos utilizados pelos lutadores, como luvas, protetores de boca, protetores de cabeça etc.;
- Identificar os locais de disputa, como tatames ou ringues.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF67EF17

Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.

Objeto de conhecimento

Lutas do Brasil

- Origem e herança cultural;
- Racismo e exclusão social atrelados às lutas;
- Comportamentos preconceituosos/ injustos relacionados às lutas brasileiras;
- Problematização das lutas como atividade ligada ao universo masculino.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Fazer questionamentos e reflexões relacionados ao universo das lutas;
- Identificar soluções para a superação de injustiça e preconceitos relativos às lutas do Brasil.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21

**Campo Temático**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF67EF01/ES**

Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos e de diferentes gêneros, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.

Objeto de conhecimento**Jogos eletrônicos**

- Jogos eletrônicos individuais e de interação coletiva com ênfase nos que envolvam o corpo em movimento;
- Análise dos aspectos culturais e sociais dos jogos eletrônicos, promovendo respeito e inclusão entre diferentes gêneros e grupos etários.

Habilidades da computação

EF07CO03 Construir soluções computacionais de problemas de diferentes áreas do conhecimento, de forma individual e colaborativa, selecionando as estruturas de dados e técnicas adequadas, aperfeiçoando e articulando saberes escolares.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos**Expectativas de aprendizagem**

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência da prática de diferentes jogos eletrônicos;
- Desfrutar da realização da prática de jogos eletrônicos por outrem;
- Valorizar e respeitar sentidos e significados atribuídos aos jogos eletrônicos por diferentes grupos sociais e etários;
- Compreender que os jogos eletrônicos são potencialmente aderentes em termos comportamentais e que as pessoas se utilizam dessas práticas como forma de diversão, educação ou por razões profissionais.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF69LP06, EF67LP11, EF67LP12.

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF67EF02

Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.

Objeto de conhecimento

Jogos eletrônicos

- Caracterização de diferentes tipos de jogos eletrônicos;
- Influência dos jogos eletrônicos no sedentarismo;
- Análise da influência dos jogos eletrônicos na dependência tecnológica.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que os jogos eletrônicos acompanharam a evolução das tecnologias;
- Identificar as mudanças ocorridas nos jogos eletrônicos ao longo das décadas;
- Compreender que os jogos eletrônicos sofreram modificações, indo dos jogos com pouca modificação para jogos com maior envolvimento corporal.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69LP06, EF67LP11, EF67LP12.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF11-07/ES

Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) bem como capacidades físicas durante as práticas das danças, utilizando-as como fator de ampliação de repertório motor dos estudantes. Promovendo aprendizagens sobre o percurso histórico das danças urbanas que são praticadas nos dias de hoje.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

- Hip Hop, Funk, Freestyle, Passinho e outros;
- Elementos constitutivos da dança urbana (ritmo e expressão corporal; tempo, organização espacial e marcação musical).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das Danças urbanas;
- Desfrutar da realização de danças urbanas e apreciá-las quando realizadas por outros;
- Compreender o elemento ritmo: movimento que ocorre com uma recorrência regular;
- Compreender o elemento espaço, que se refere ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação;
- Compreender o elemento gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança;
- Identificar as capacidades físicas relacionadas com a prática da dança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF12

Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

• Criação de sequências coreográficas que integrem os elementos das danças urbanas, promovendo a criatividade e a expressão individual.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Observar e analisar as próprias experiências corporais como também as realizadas por outros;
- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades de danças urbanas;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF67EF13/ES

Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com o componente curricular da Arte, no que se refere à investigação de diferentes tipos de dança.

Objeto de conhecimento

Danças urbanas

- Aspectos do contexto sociocultural (ritmos, passos básicos, expressão corporal, espaços, vestimentas) das danças urbanas e sua diferenciação das demais manifestações de dança;
- Análise dos aspectos históricos e culturais que diferenciam as danças urbanas de outras formas de dança, ressaltando a valorização da diversidade cultural.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as diferenças entre algumas danças e as danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos e características;
- Compreender que as danças urbanas foram criadas em locais onde viviam pessoas de grupos minoritários e que, com o passar do tempo, foram criadas diversas modalidades de danças urbanas praticadas por diferentes grupos sociais.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF18-07/ES

Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, que não façam parte do contexto social dos estudantes, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Parkour, Rapel, Skate, Slackline e outros;
- Cuidados/Riscos relacionados à prática;
- Limites corporais e superação do receio da realização da prática de uma determina prática de aventura;
- Adaptação de espaços para a prática.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens relativas às práticas corporais de aventura urbanas que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas;
- Desfrutar da realização de uma determinada prática corporal de aventura urbana ou apreciá-la quando realizada por outros/as;
- Reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os/as participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com o bem-estar de todos/as.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF19

Identificar os riscos durante a realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Equipamentos de segurança necessários para a prática de cada modalidade;
- Importância da preparação física e mental, incluindo aquecimento, alongamento e técnicas de respiração, para minimizar riscos nas práticas de aventura urbanas.
- Riscos envolvidos nas práticas corporais de aventura no meio urbano;

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que as práticas corporais de aventura urbana possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos;
- Desenvolver estratégias centradas na perícia e proeza provocada pela situação de imprevisibilidade que se apresenta quando o/a praticante interage com um ambiente desafiador;
- Estabelecer coletivamente medidas para superar os riscos, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos/as colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos/as praticantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF20

Executar práticas corporais de aventura urbanas, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura em diversos espaços.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Exploração de espaços urbanos adequados para atividades de aventura, enfatizando segurança, legalidade e respeito ao patrimônio público, promovendo consciência cidadã.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Refletir sobre maneiras de realização das práticas de aventuras urbanas nos espaços públicos disponíveis, analisando os riscos tanto para si mesmos como para os/as frequentadores/as;
- Propor soluções para uma prática segura.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

EF67EF20

EF67EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF67EF21

Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura urbanas

- Definição e caracterização das práticas;
- Análise das influências culturais e sociais que moldam as práticas de aventura, incluindo tradições locais e sua adaptação aos contextos urbanos;
- Evolução tecnológica dos itens de segurança e equipamentos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que as práticas corporais de aventura surgiram da vontade de superar obstáculos impostos, resultando em modalidades de práticas não convencionais;
- Reconhecer as características das práticas corporais de aventura.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF67EF08/ES

EF67EF09-07/ES

EF67EF10

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

2º TRIMESTRE

EF67EF03-07/ES

EF67EF04

EF67EF05

EF67EF06

EF67EF07

EF67EF14

EF67EF15

EF67EF16

EF67EF17

3º TRIMESTRE

EF67EF01/ES

EF67EF02

EF67EF11-07/ES

EF67EF12

EF67EF13/ES

EF67EF18-07/ES

EF67EF19

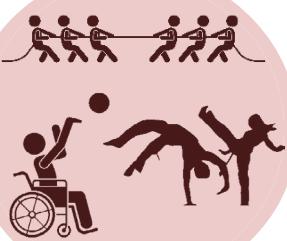
EF67EF20

EF67EF21

2026



8º
ano





TI



6º

7º

8º

9º

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicosEF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade**EF89EF01/ES**

Experimentar diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) e fruir os esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. A experimentação de diferentes papéis nos esportes possibilita explorar situações de aprendizagem nas quais os estudantes exercitem o senso de justiça, o diálogo e a alteridade.

Objeto de conhecimento**Esportes de Invasão**

- Esportes de invasão (Basquetebol, frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei, rúgbi, entre outros);
- Vivência de outros papéis vinculados ao esporte.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência dos esportes de invasão;
- Desfrutar da prática de esportes de invasão e apreciá-la quando realizada por outros;
- Identificar as diferenças entre os papéis de jogador/a, árbitro/a, e técnico/a;
- Valorizar o trabalho coletivo.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

8º ano

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Realizar movimentos requisitados mesmo diante de situações nas quais se deparam com dificuldades.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF04

Identificar os elementos técnicos ou técnico táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais;
- Compreender as Combinações táticas;
- Compreender os Sistemas de jogo;
- Compreender as regras das modalidades esportivas;
- Analisar as modalidades utilizando como referência os critérios de cooperação, interação com o/a adversário/a, desempenho motor e objetivos táticos da ação.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

Habilidades da computação

Não há.



Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-08/ES
EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15
EF89EF19-08/ES
EF89EF20
EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que o esporte sofreu inúmeras mudanças no seu percurso histórico até chegar ao modelo que conhecemos hoje;
- Reconhecer que estar entre os primeiros traz fama e reconhecimento financeiro aos/às atletas, e que, por isso, algumas vezes se utilizam de substâncias ilícitas para melhorar rendimento;
- Reconhecer que existem infináveis possibilidades de gerenciamento de carreira de atletas e que isso pode ocasionar perdas substanciais quando o gerenciamento for feito de forma inadequada;
- Compreender como o sexismo e o racismo se fazem presentes ao longo da história do esporte.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF16

Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Lutas de diferentes lugares do mundo (aikido, kung fu, wing chun, kendo, judô, boxe, karatê, muay thai, esgrima, luta greco-romana, entre outros);
- Discussão sobre a importância do respeito e da ética nas lutas, promovendo um ambiente seguro e saudável para todos/as os/as praticantes.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das lutas do mundo;
- Desfrutar da realização das lutas do mundo e apreciá-las quando realizada por outros;
- Compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa;
- Respeitar as normas da modalidade de luta;
- Discutir sobre procedimentos práticos que considerem a inclusão de todos/as com segurança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF17

Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Análise das características técnico-táticas específicas de cada modalidade de luta, incluindo posições, movimentos e combinações;
- Reflexão sobre como adaptar as estratégias de luta para diferentes contextos e oponentes, promovendo a flexibilidade tática.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de luta realizada;
- Apreender novas modalidades de luta;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender os movimentos específicos das lutas que os/as praticantes devem dominar, como, por exemplo, os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

- EF89EF07-08/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-08/ES
EF89EF11

3º TRIMESTRE

- EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15
EF89EF19-08/ES
EF89EF20
EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF18

Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiatização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Características e transformações históricas das lutas estudadas;
- Processo de esportivização das lutas;
- Influência da mídia nas competições de lutas;
- Diferenciação entre luta, arte marcial e esporte de combate;
- Filosofia das lutas.

Habilidades da computação

EF08CO11 Avaliar a precisão, relevância, adequação, abrangência e vieses que ocorrem em fontes de informação eletrônica.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Levantar questões sobre o processo de evolução das lutas, que têm suas origens associadas à sobrevivência, defesa pessoal ou combate militar e, com o passar do tempo, foram transformadas em modalidades desportivas;
- Compreender o processo de divulgação e propagação de algumas modalidades de lutas;
- Reconhecer que as lutas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social;
- Compreender a filosofia das lutas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

- EF89EF07-08/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-08/ES
EF89EF11

3º TRIMESTRE

- EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15
EF89EF19-08/ES
EF89EF20
EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF07-08/ES

Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, inicialmente investigando e experimentando programas e tipos de exercícios físicos existentes, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Ginásticas de condicionamento físico (calistenia, musculação, jump, step, ginástica localizada, treinamento funcional, entre outros);
- Diferenciação entre os objetivos de cada programa (perda de peso, ganho de massa muscular, aumento da resistência cardiovascular, etc.);
- Associação das características, necessidades e interesses de cada sujeito ao programa mais adequado.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das ginásticas de condicionamento físico;
- Desfrutar da realização da ginástica de condicionamento físico e apreciá-la quando realizada por outros;
- Identificar as sensações corporais experimentadas durante as práticas aliando-as às capacidades físicas;
- Compreender que os exercícios físicos devem ser adequados às necessidades e capacidades de cada um em termos de intensidade, duração e frequência.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF08

Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Evolução histórica dos padrões de desempenho, saúde e beleza;
- Impacto da indústria da saúde e do fitness na formação de conceitos sobre desempenho físico e estética;
- Conceito de beleza e marginalização de corpos negros e indígenas;
- Relação entre saúde física, mental e a pressão estética imposta por padrões midiáticos.

Habilidades da computação

EF08CO07 Compartilhar informações por meio de redes sociais, compreendendo a sua dinâmica de funcionamento, de forma responsável e avaliando sua confiabilidade, considerando o respeito e a ética.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que os padrões de desempenho, saúde e beleza são conceitos mutáveis e dependem do contexto social, histórico e cultural no qual se está inserido;
- Analisar as diferenças daquilo que se estabelece como padrão nos meios de comunicação e aquilo que a ciência estabelece como saudável.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF89LP07, EF89LP08, EF89LP09, EF89LP10, EF89LP28.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF09

Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Transtornos de imagem corporal e seus impactos na saúde;
- Discussão sobre a ética no uso de medicamentos e suplementos no contexto esportivo e fitness;
- Problematização do uso de medicamentos e suplementação;
- Alternativas saudáveis para a melhoria do condicionamento físico, enfatizando a importância de um estilo de vida equilibrado.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Fazer questionamentos e reflexões sobre a prática excessiva de exercícios físicos;
- Compreender o impacto do uso de substâncias como anabolizantes e estimulantes à saúde das pessoas;
- Reconhecer que campanhas em torno de um estilo de vida ativo podem mascarar responsabilidades que são múltiplas implicando em culpabilização dos próprios indivíduos por eventuais problemas de saúde.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF10-08/ES

Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, que os estudantes conheçam ou pratiquem, identificando as exigências corporais dos mesmos.

Objeto de conhecimento

Ginástica de conscientização corporal

•Ginásticas de conscientização corporal (yoga, thai chi chuan, pilates, meditação) e exigências corporais relacionadas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das ginásticas de conscientização corporal;
- Desfrutar da realização das ginásticas de conscientização corporal e apreciá-las quando realizadas por outros;
- Compreender que as ginásticas de conscientização corporal reúnem o emprego de movimentos suaves e lentos, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo;
- Identificar as exigências corporais das ginásticas praticadas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF11

Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.

Objeto de conhecimento

Ginástica de conscientização corporal

- Conscientização corporal e condicionamento físico: definição, objetivos, elementos e características;
- Benefícios dessas práticas para as qualidades de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo;
- Reflexão sobre a percepção corporal e como ela pode impactar a autoestima e a autoconfiança.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer quais são as características das ginásticas de condicionamento físico e de conscientização corporal;
- Debater sobre as sensações observadas ao experimentar as práticas e poder, dentro das suas expectativas e do que as ginásticas possibilitam, desenvolver aprendizagens sobre como utilizá-las para esses fins.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF12/ES

Experimentar, fruir e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com o componente curricular da Arte, no que se refere à experimentação e fruição de diversos tipos de dança.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Danças de salão (forró, samba de gafieira, zouk, salsa, cumbia, valsa, kizomba, bolero, bachata, xote, maxixe, soltinho, lambada, entre outros).

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência com a dança de salão;
- Desfrutar da realização de uma determinada dança de salão ou apreciá-la quando realizada por outros;
- Adequar uma determinada dança de salão à sua realidade;
- Reconhecer que as danças surgiram e se manifestam de formas diferentes, assumindo significados de acordo com o ambiente social no qual são praticadas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF13/ES

Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão. O estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular Geografia.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

• Elementos que compõem as danças de salão trabalhadas, como passos, ritmos, estilos, espaços e vestimentas.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de uma dança de salão;
- Apreender novas modalidades de dança de salão;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Estar apto/a a compreender e executar o ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular;
- Estar apto/a a utilizar-se do espaço, que refere-se ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação;
- Estar apto/a a compreender os gestos, que são os movimentos aliados a um significado, constituindo a expressão daquilo que é observado nos movimentos dos praticantes da dança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF14/ES

Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com Arte, no que se refere à problematização de estereótipos e preconceitos relacionados às práticas corporais.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Estereótipos sobre os papéis de gênero tradicionalmente estabelecidos nas danças de salão;
- Variações regionais das danças de salão e histórico de opressões ou marginalização racial, particularmente de culturas afrodescendentes;
- Uso de músicas e estilos de dança que refletem a diversidade cultural e social, representando diferentes grupos étnicos e classes sociais;
- Diversidade e inclusão nas danças de salão.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Levantar questões a respeito dos julgamentos que se fazem das danças de salão que podem levar à intolerância ou repúdio;
- Desenvolver aprendizagens que possibilitam construir argumentos como conhecer as origens das práticas corporais e o seu significado para aqueles que as praticam.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69AR15, EF69LP01, EF69LP11, EF69LP13, EF69LP14, EF69LP15, EF69AR33.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF15

Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Discussão sobre os grupos sociais que originaram e popularizaram as danças de salão, incluindo aspectos de classe, etnia e cultura;
- Exame das transformações nas danças de salão ao longo do tempo, considerando mudanças nos estilos, ritmos e contextos sociais.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Examinar mais detalhadamente os seus ritmos ou tipos, como forró, gafieira, salsa, entre outros, os gestos, que são os movimentos executados durante as danças, as coreografias, que são os passos que compõem a dança, e as músicas, que são determinadas de acordo com o tipo de dança praticada;
- Compreender que, assim como as outras modalidades de danças, as danças de salão tiveram origem em determinadas épocas e culturas e sofreram adaptações e transformações de acordo com os locais de prática.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF19-08/ES

Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, partindo de modalidades com exigências mais simples, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Práticas corporais de aventura na natureza (arborismo, trekking, escalada, corrida de orientação/aventura, rapel, stand up paddle, slackline/waterline, sandboard, kitesurf, surfe, bodyboard, entre outros), enfatizando os cuidados durante a prática;
- Educação ambiental e sustentabilidade;
- Responsabilidade ambiental.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência das práticas corporais de aventura na natureza;
- Desfrutar da realização de uma determinada prática corporal de aventura na natureza ou apreciá-la quando realizada por outros;
- Reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os/as participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com a segurança e o bem-estar de todos/as;
- Conscientizar-se da importância de se pensar em práticas que preservem o patrimônio natural.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF20

Identificar riscos, formular estratégias e observar normas de segurança para superar os desafios na realização de práticas corporais de aventura na natureza.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Riscos e normas de segurança nas práticas abordadas;
- Discussão sobre a importância da hidratação e nutrição antes, durante e após as atividades de aventura.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que as práticas corporais de aventura na natureza possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos; portanto, são práticas onde os riscos estão presentes e devem ser gerenciados;
- Reconhecer que as práticas corporais de aventura na natureza exploram formas de experimentação corporal em ambientes naturais, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o/a praticante interage com um ambiente desafiador;
- Estabelecer coletivamente medidas para superar os desafios de forma segura, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos/as colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos/as praticantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
- EF89EF02
- EF89EF03
- EF89EF04
- EF89EF05
- EF89EF06
- EF89EF16
- EF89EF17
- EF89EF18

2º TRIMESTRE

- EF89EF07-08/ES
- EF89EF08
- EF89EF09
- EF89EF10-08/ES
- EF89EF11

3º TRIMESTRE

- EF89EF12/ES
- EF89EF13/ES
- EF89EF14/ES
- EF89EF15
- EF89EF19-08/ES
- EF89EF20
- EF89EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF21

Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização) das práticas corporais de aventura na natureza, bem como suas transformações históricas.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Caracterização das práticas de aventura abordadas: organização, equipamentos de segurança, vestimentas;
- Histórico das práticas corporais de aventura, destacando marcos significativos, influências culturais e a evolução das técnicas e equipamentos utilizados.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Conhecer o significado de Instrumentos: materiais utilizados para as práticas, como cordas, paraquedas, botes, remos, entre outros;
- Conhecer o significado de Equipamentos de segurança: capacete, luvas, colete salva-vidas, joelheiras, entre outros;
- Conhecer o significado de Indumentária: vestimentas apropriadas para as práticas, como óculos para o paraquedismo, bermuda larga para o surfe, calçados reforçados para o trekking;
- Conhecer o significado relativo à Organização: refere-se a possíveis classificações das práticas, como, por exemplo, o ambiente físico no qual são realizadas (água, ar, terra);
- Identificar a evolução e popularização das modalidades, influenciando o seu modo de prática, assim como as suas características.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-08/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-08/ES

EF89EF11

3º TRIMESTRE

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

EF89EF19-08/ES

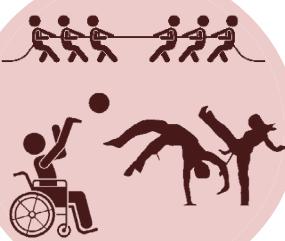
EF89EF20

EF89EF21

2026



9º
ano





TI



6º

7º

8º

9º

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicosEF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência dos esportes de rede e parede;
- Desfrutar da prática de esportes de rede e parede e apreciá-la quando realizada por outros.
- Perceber as diferenças entre os papéis de jogador/a, árbitro/a, e técnico/a;
- Valorizar o trabalho coletivo.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF03

Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.

Objeto de conhecimento

Esportes de Rede e Parede

- Análise de situações de jogo para identificar oportunidades e desafios, formulando táticas para superá-los, como posicionamento em campo/quadra e movimentação.

Habilidades da computação

Não há.

6º

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º ano

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática realizada;
- Apreender novas modalidades;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Realizar movimentos requisitados mesmo diante de situações nas quais se deparam com dificuldades.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF04

Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais;
- Compreender as Combinações táticas;
- Compreender os Sistemas de jogo;
- Compreender as regras das modalidades esportivas;
- Analisar as modalidades utilizando como referência os critérios de cooperação, interação com o/a adversário/a, desempenho motor e objetivos táticos da ação.

Objeto de conhecimento

Esportes de Rede e Parede

- Identificação das combinações táticas e sistemas de jogo nos esportes de rede e parede;
- Exploração das variações nas regras e suas implicações na dinâmica de jogo nos esportes de rede e parede.

Temas integradores



Habilidades da computação

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF06

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF05

Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo e discutir alguns de seus problemas (doping, corrupção, violência, etc.) e a forma como as mídias os apresentam.

Objeto de conhecimento

Esportes de Rede e Parede

- Transformações históricas do fenômeno esportivo;
- Representações Midiáticas e estereótipos de Gênero;
- Racismo e desigualdade racial nos esportes;
- Elitismo e exclusão social;
- LGBTfobia nos esportes;
- Violência e ética nos esportes.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que o esporte sofreu inúmeras mudanças no seu percurso histórico até chegar ao modelo que conhecemos hoje;
- Reconhecer que estar entre os primeiros traz fama e reconhecimento financeiro aos atletas, e que, por isso, algumas vezes se utilizam de substâncias ilícitas para melhorar rendimento;
- Reconhecer que existem infináveis possibilidades de gerenciamento de carreira de atletas e que isso pode ocasionar perdas substanciais quando o gerenciamento for feito de forma inadequada;
- Compreender que o sexismo, o racismo e a Lgbtfobia são problemas que afetam o esporte.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF09MA22.



Sugestões de materiais



EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF06

Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo e produzindo alternativas para utilizá-los no tempo livre.

Objeto de conhecimento

Esportes de Rede e Parede

- Identificação de equipamentos e materiais necessários para a prática segura dos esportes de rede e parede nos espaços comunitários.

Habilidades da computação

EF09CO06 Analisar problemas sociais de sua cidade e estado a partir de ambientes digitais, propondo soluções.

Expectativas de aprendizagem

- Adotar uma postura crítica e proativa no sentido de agir na identificação do acesso às práticas de esportes, primordialmente nos espaços públicos;
- Desenvolver aprendizagens que possibilitam ao estudante ter condições de realizar de forma autônoma um determinado esporte de rede e parede, não só durante as aulas, como também para além delas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69LP05, EF69LP17, EF09HI10.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF16

Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Lutas de diferentes lugares do mundo (aikido, kung fu, wing chun, kendo, judô, boxe, karatê, muay thai, esgrima, luta greco-romana, entre outros);
- Discussão sobre a importância do respeito e da ética nas lutas, promovendo um ambiente seguro e saudável para todos/as os/as praticantes.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das lutas do mundo;
- Desfrutar da realização das lutas do mundo e apreciá-la quando realizada por outros;
- Compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa;
- Respeitar as normas da modalidade de luta;
- Discutir sobre procedimentos de práticas que considerem a inclusão de todos com segurança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF17

Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Análise das características técnico-táticas específicas de cada modalidade de luta, incluindo posições, movimentos e combinações;
- Reflexão sobre como adaptar as estratégias de luta para diferentes contextos e oponentes, promovendo a flexibilidade tática.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de luta realizada;
- Apreender novas modalidades de luta;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Compreender os movimentos específicos das lutas que os/as praticantes devem dominar, como, por exemplo, os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
- EF89EF02
- EF89EF03
- EF89EF04
- EF89EF05
- EF89EF06
- EF89EF16
- EF89EF17
- EF89EF18

2º TRIMESTRE

- EF89EF07-09/ES
- EF89EF08
- EF89EF09
- EF89EF10-09/ES
- EF89EF11
- EF89EF12/ES
- EF89EF13/ES
- EF89EF14/ES
- EF89EF15

3º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
- EF89EF02
- EF89EF03
- EF89EF04
- EF89EF05
- EF89EF06
- EF89EF19-09/ES
- EF89EF20
- EF89EF21



Campo Temático

Lutas

Habilidade

EF89EF18

Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiatização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.

Objeto de conhecimento

Lutas do mundo

- Características e transformações históricas das lutas estudadas;
- Processo de esportivização das lutas;
- Influência da mídia nas competições de lutas;
- Diferenciação entre luta, arte marcial e esporte de combate;
- Filosofia das lutas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Levantar questões sobre o processo de evolução das lutas, que têm suas origens associadas à sobrevivência, defesa pessoal ou combate militar e, com o passar do tempo, foram transformadas em modalidades desportivas;
- Compreender o processo de divulgação e propagação de algumas modalidades de lutas;
- Reconhecer que as lutas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social;
- Compreender a filosofia das lutas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

- EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

- EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF07-09/ES

Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito. A partir das experiências e expectativas vivenciadas no ano anterior, propor sequências de atividades individualizadas para que pratiquem individualmente e coletivamente.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Ginásticas de condicionamento físico (calistenia, musculação, jump, step, ginástica localizada, treinamento funcional, entre outros);
- Diferenciação entre os objetivos de cada programa (perda de peso, ganho de massa muscular, aumento da resistência cardiovascular etc.);
- Associação das características, necessidades e interesses de cada sujeito ao programa mais adequado.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das ginásticas de condicionamento físico;
- Desfrutar da realização da ginástica de condicionamento físico e apreciá-la quando realizada por outros;
- Identificar as sensações corporais experimentadas durante as práticas aliando-as às capacidades físicas;
- Compreender que os exercícios físicos devem ser adequados às necessidades e capacidades de cada um em termos de intensidade, duração e frequência.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF08

Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Evolução histórica dos padrões de desempenho, saúde e beleza;
- Impacto da indústria da saúde e do fitness na formação de conceitos sobre desempenho físico e estética;
- Conceito de beleza e marginalização de corpos negros e indígenas;
- Relação entre saúde física, mental e a pressão estética imposta por padrões midiáticos.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Compreender que os padrões de desempenho, saúde e beleza são conceitos mutáveis e dependem do contexto social, histórico e cultural no qual se está inserido;
- Analisar as diferenças daquilo que se estabelece como padrão nos meios de comunicação e aquilo que a ciência estabelece como saudável.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF89LP07, EF89LP08, EF89LP09, EF89LP10, EF89LP28.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF09

Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.

Objeto de conhecimento

Ginástica de condicionamento físico

- Transtornos de imagem corporal e seus impactos na saúde;
- Discussão sobre a ética no uso de medicamentos e suplementos no contexto esportivo e fitness;
- Problematização do uso de medicamentos e suplementação;
- Alternativas saudáveis para a melhoria do condicionamento físico, enfatizando a importância de um estilo de vida equilibrado.

Habilidades da computação

EF09CO09 Criar ou utilizar conteúdo em meio digital, compreendendo questões éticas relacionadas a direitos autorais e de uso de imagem.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Fazer questionamentos e reflexões sobre a prática excessiva de exercícios físicos;
- Compreender o impacto do uso de substâncias como anabolizantes e estimulantes à saúde das pessoas;
- Reconhecer que campanhas em torno de um estilo de vida ativo podem mascarar responsabilidades que são múltiplas implicando em culpabilização dos próprios indivíduos por eventuais problemas de saúde.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF10-09/ES

Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, menos familiares aos estudantes, identificando as exigências corporais dos mesmos.

Objeto de conhecimento

Ginástica de conscientização corporal

- Ginásticas de conscientização corporal (yoga, thai chi chuan, pilates, meditação) e exigências corporais relacionadas;
- Atividades práticas para explorar a conexão mente-corpo em cada uma das modalidades.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência das ginásticas de conscientização corporal;
- Desfrutar da realização das ginásticas de conscientização corporal e apreciá-la quando realizada por outros;
- Compreender que as ginásticas de conscientização corporal reúnem o emprego de movimentos suaves e lentos, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo;
- Identificar as exigências corporais das ginásticas praticadas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Ginásticas

Habilidade

EF89EF11

Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.

Objeto de conhecimento

Ginástica de conscientização corporal

- Conscientização corporal e condicionamento físico: definição, objetivos, elementos e características;
- Benefícios dessas práticas para as qualidades de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo;
- Reflexão sobre a percepção corporal e como ela pode impactar a autoestima e a autoconfiança.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer quais são as características das ginásticas de condicionamento físico e de conscientização corporal;
- Debater sobre as sensações observadas ao experimentar as práticas e poder, dentro das suas expectativas e do que as ginásticas possibilitam, desenvolver aprendizagens sobre como utilizá-las para esses fins.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF12/ES

Experimentar, fruir e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com o componente curricular da Arte, no que se refere à experimentação e fruição de diversos tipos de dança.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Danças de salão (forró, samba de gafieira, zouk, salsa, cumbia, valsa, kizomba, bolero, bachata, xote, maxixe, soltinho, lambada, entre outros).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência com a dança de salão;
- Desfrutar da realização de uma determinada dança de salão ou apreciá-la quando realizada por outros;
- Aprender, por meio das danças, sobre diversos tipos de culturas;
- Reconhecer que as danças surgiram e se manifestam de formas diferentes, assumindo significados de acordo com o ambiente social no qual são praticadas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69AR09.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF13/ES

Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão. O estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular Geografia.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

• Elementos que compõem as danças de salão trabalhadas, como passos, ritmos, estilos, espaços e vestimentas.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Resolver desafios peculiares à prática de uma dança de salão;
- Apreender novas modalidades de dança de salão;
- Adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização;
- Estar apto/a a compreender e executar o ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular;
- Estar apto/a a utilizar-se do espaço, que se refere ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação;
- Estar apto/a a compreender os gestos, que são os movimentos aliados a um significado, constituindo a expressão daquilo que é observado nos movimentos dos praticantes da dança.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF14/ES

Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com Arte, no que se refere à problematização de estereótipos e preconceitos relacionados às práticas corporais. Há oportunidade de trabalho com Língua Portuguesa.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Estereótipos sobre os papéis de gênero tradicionalmente estabelecidos nas danças de salão;
- Variações regionais das danças de salão e histórico de opressões ou marginalização racial, particularmente de culturas afrodescendentes;
- Uso de músicas e estilos de dança que refletem a diversidade cultural e social, representando diferentes grupos étnicos e classes sociais;
- Diversidade e inclusão nas danças de salão.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Levantar questões a respeito dos julgamentos que se fazem das danças de salão que podem levar à intolerância ou repúdio;
- Desenvolver aprendizagens que possibilitam aos estudantes construírem argumentos para esse fim, como conhecer as origens das práticas corporais e o seu significado para aqueles que as praticam.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69AR15, EF69LP01, EF69LP11, EF69LP13, EF69LP14, EF69LP15, EF69AR33.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Danças

Habilidade

EF89EF15

Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem.

Objeto de conhecimento

Danças de salão

- Discussão sobre os grupos sociais que originaram e popularizaram as danças de salão, incluindo aspectos de classe, etnia e cultura;
- Exame das transformações nas danças de salão ao longo do tempo, considerando mudanças nos estilos, ritmos e contextos sociais.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Examinar mais detalhadamente os seus ritmos ou tipos, como forró, gafieira, salsa, entre outros, os gestos, que são os movimentos executados durante as danças, as coreografias, que são os passos que compõem a dança, e as músicas, que são determinadas de acordo com o tipo de dança praticada;
- Compreender que, assim como as outras modalidades de danças, as danças de salão tiveram origem em determinadas épocas e culturas e sofreram adaptações e transformações de acordo com os locais de prática.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF02

Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.

Objeto de conhecimento

Esportes de Campo e Taco

- Aplicação prática dos fundamentos técnicos nos esportes de campo e taco, enfatizando a execução de habilidades básicas como lançamentos, rebatidas e corridas em situações de jogo, visando o aprimoramento motor e a coordenação;
- Exploração das estratégias táticas nos esportes de campo e taco.

Habilidades da computação

Não há.

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

7º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

8º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º
EF89EF01/ES
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

9º ano

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens atreladas à vivência dos esportes de campo e taco;
- Compreender que a prática dos esportes de campo e taco caracteriza-se por rebater a bola lançada pelo/a adversário/a o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases enquanto os/as defensores/as não recuperam o controle da bola;
- Se apropriar de aprendizagens sobre os principais movimentos requisitados nas modalidades e sobre como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais



6º

7º

8º

9º

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

111

6º
EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF077º
EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF078º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF069º
EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF06

9º ano

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que o esporte sofreu inúmeras mudanças no seu percurso histórico até chegar ao modelo que conhecemos hoje;
- Reconhecer que estar entre os primeiros traz fama e reconhecimento financeiro aos atletas, e que, por isso, algumas vezes se utilizam de substâncias ilícitas para melhorar desempenho;
- Reconhecer que existem infinidáveis possibilidades de gerenciamento de carreira de atletas e que isso pode ocasionar perdas substâncias quando o gerenciamento for feito de forma inadequada;
- Compreender que o sexismo, o racismo e a lgbtfobia são problemas que afetam o esporte.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF09MA22.



Sugestões de materiais

EF67EF03-06/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF67EF03-07/ES
EF67EF04
EF67EF05
EF67EF06
EF67EF07

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05



Campo Temático

Esportes

Habilidade

EF89EF06

Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo e produzindo alternativas para utilizá-los no tempo livre.

Objeto de conhecimento

Esportes de Campo e Taco

- Identificação de equipamentos e materiais necessários para a prática segura dos esportes de campo e taco nos espaços comunitários.

Habilidades da computação

EF09CO06 Analisar problemas sociais de sua cidade e estado a partir de ambientes digitais, propondo soluções.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Adotar uma postura crítica e proativa no sentido de agir na identificação do acesso às práticas de esportes de campo e taco, primordialmente nos espaços públicos;
- Desenvolver aprendizagens que possibilitam ao estudante ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal, não só durante as aulas, como também para além delas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF69LP05, EF69LP17, EF09HI10.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF16
EF89EF17
EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES
EF89EF08
EF89EF09
EF89EF10-09/ES
EF89EF11
EF89EF12/ES
EF89EF13/ES
EF89EF14/ES
EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES
EF89EF02
EF89EF03
EF89EF04
EF89EF05
EF89EF06
EF89EF19-09/ES
EF89EF20
EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF19-09/ES

Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, com modalidades com exigências um pouco mais complexas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Práticas corporais de aventura na natureza (arborismo, trekking, escalada, corrida de orientação/aventura, rapel, stand up paddle, slackline/waterline, sandboard, kitesurf, surfe, bodyboard, entre outros), enfatizando os cuidados durante a prática;
- Educação ambiental e sustentabilidade;
- Princípios de respeito e cuidado com a biodiversidade durante as atividades, incluindo a observação de fauna e flora sem causar danos.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência das práticas corporais de aventura na natureza;
- Desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros;
- Reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os/as participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com a segurança e o bem-estar de todos;
- Conscientizar-se da importância de se pensar em práticas que preservem o patrimônio natural.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF09CI12, EF09CI13.

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Sugestões de materiais



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF20

Identificar riscos, formular estratégias e observar normas de segurança para superar os desafios na realização de práticas corporais de aventura na natureza.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Riscos e normas de segurança nas práticas abordadas;
- Discussão sobre a importância da hidratação e nutrição antes, durante e após as atividades de aventura.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer que as práticas corporais de aventura na natureza possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos; portanto, são práticas onde os riscos estão presentes e devem ser gerenciados;
- Reconhecer que as práticas corporais de aventura na natureza exploram formas de experimentação corporal em ambientes naturais, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o/a praticante interage com um ambiente desafiador;
- Estabelecer coletivamente medidas para superar os desafios de forma segura, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos/as colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos/as praticantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF09CI13.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



Campo Temático

Práticas corporais de aventura

Habilidade

EF89EF21

Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização) das práticas corporais de aventura na natureza, bem como suas transformações históricas.

Objeto de conhecimento

Práticas corporais de aventura na natureza

- Caracterização das práticas de aventura abordadas: organização, equipamentos de segurança, vestimentas;
- Histórico das práticas corporais de aventura, destacando marcos significativos, influências culturais e a evolução das técnicas e equipamentos utilizados.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Conhecer o significado de Instrumentos: materiais utilizados para as práticas, como cordas, paraquedas, botes, remos, entre outros;
- Conhecer o significado de Equipamentos de segurança: capacete, luvas, colete salva-vidas, joelheiras, entre outros;
- Conhecer o significado de Indumentária: vestimentas apropriadas para as práticas, como óculos para o paraquedismo, calçados reforçados para o trekking;
- Conhecer o significado relativo à Organização: refere-se a possíveis classificações das práticas, como, por exemplo, o ambiente físico no qual são realizadas (água, ar, terra);
- Identificar a evolução e popularização das modalidades, influenciando o seu modo de prática, assim como as suas características.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF16

EF89EF17

EF89EF18

2º TRIMESTRE

EF89EF07-09/ES

EF89EF08

EF89EF09

EF89EF10-09/ES

EF89EF11

EF89EF12/ES

EF89EF13/ES

EF89EF14/ES

EF89EF15

3º TRIMESTRE

EF89EF01/ES

EF89EF02

EF89EF03

EF89EF04

EF89EF05

EF89EF06

EF89EF19-09/ES

EF89EF20

EF89EF21



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

