



ORIENTAÇÕES CURRICULARES

ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS INICIAIS

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 LOPES 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







TI



1º
2º
3º
4º
5º

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
1º ANO	12
2º ANO	25
3º ANO	38
4º ANO	55
5º ANO	72



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.





APRESENTAÇÃO

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 2026, 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.

Desejamos uma excelente experiência de trabalho!



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.

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.

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.

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
2º TRIMESTRE
EF12EF01-01/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES
3º TRIMESTRE
EF12EF05-01/ES
EF12EF06-01/ES
EF12EF11-01/ES
EF12EF12/ES

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

No centro estão as informações sobre a habilidade

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.

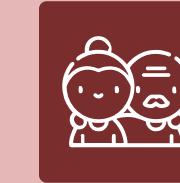
1º

2º

3º

4º

5º

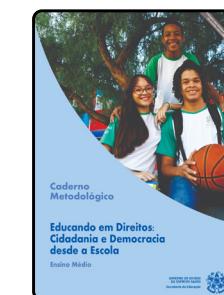
				
Direito da Criança e do Adolescente	Educação para o Trânsito	Educação Ambiental	Educação Alimentar e Nutricional	Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso
				
Educação em Direitos Humanos	Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana 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 (GECEB) 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.

	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano	5º ano
Brincadeiras e jogos	EF12EF01-01/ES EF12EF02 EF12EF03/ES EF12EF04/ES	EF12EF01-02/ES EF12EF02 EF12EF03/ES EF12EF04/ES	EF35EF01-03/ES EF35EF02-03/ES EF35EF03 EF35EF04	EF35EF01-04/ES EF35EF02-04/ES EF35EF03 EF35EF04	EF35EF01-05/ES EF35EF02-05/ES EF35EF03-05/ES EF35EF04
Esportes	EF12EF05-01/ES EF12EF06-01/ES	EF12EF05-02/ES EF12EF06-02/ES	EF35EF05-03/ES EF35EF06	EF35EF05-04/ES EF35EF06	EF35EF05-05/ES EF35EF06/ES
Ginásticas	EF12EF07 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
Danças	EF12EF11-01/ES EF12EF12/ES	EF12EF11/ES EF12EF12/ES	EF35EF09/ES EF35EF10/ES EF35EF11/ES EF35EF12	EF35EF09/ES EF35EF10/ES EF35EF11/ES EF35EF12	EF35EF09/ES EF35EF10/ES EF35EF11/ES EF35EF12
Lutas			EF35EF13/ES EF35EF14/ES EF35EF15	EF35EF13/ES EF35EF14/ES EF35EF15	EF35EF13/ES EF35EF14/ES EF35EF15



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.

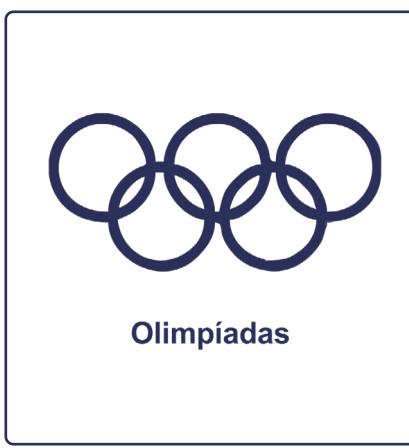
1º

2º

3º

4º

5º





1º

2º

3º

4º

5º

1º
ano





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.

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, quadrupedar, girar, rastejar, etc.;
- Habilidades ginásticas de estabilidade: Empurrar, puxar, sustentar e balançar;
- Habilidades ginásticas manipulativas: coordenação

Habilidades da computação

Não há.

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.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF15AR10-01/ES



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Ginásticas

Habilidade

EF12EF08-01/ES

Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, considerando a utilização de habilidades motoras mais simples.

Objeto de conhecimento

Ginástica geral

- Estratégias para execução de elementos da ginástica desenvolvidos até o momento.
- Desenvolvimento de coreografias com o uso de músicas.

Habilidades da computação

EF01CO02 Identificar e seguir sequências de passos aplicados no dia a dia para resolver problemas.

Expectativas de aprendizagem

- Planejar a realização de diferentes elementos básicos da ginástica, como equilíbrios, saltos e giros, utilizando habilidades motoras simples e apropriadas para seu nível de desenvolvimento;
- Executar os movimentos planejados de maneira coordenada e consciente;
- Utilizar habilidades motoras simples para executar os elementos básicos da ginástica de forma eficiente e segura.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF15AR09-01/ES



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Ginásticas

Habilidade

EF12EF09

Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.

Objeto de conhecimento

Ginástica geral

• Identificação das potencialidades e limitações do corpo humano através de movimentos vinculados às habilidades ginásticas básicas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar e reconhecer suas próprias habilidades e potencialidades corporais durante a prática de ginástica geral;
- Respeitar e reconhecer que cada colega tem diferentes habilidades e limites corporais, mostrando apoio e encorajamento.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF01CI02/ES; EF15AR09-01/ES; EF01ER01/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF12EF10**

Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.

Objeto de conhecimento**Ginástica geral**

- Elementos da ginástica e suas diferentes formas de expressão;
- Movimentos básicos da ginástica nas diversas práticas corporais.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Demonstrar corporalmente os elementos básicos da ginástica, como equilíbrios, saltos e giros, usando movimentos e posturas;
- Descrever as características dos elementos básicos da ginástica, como o tipo de movimento, o objetivo da ação e as sensações que experimentam;
- Identificar como os elementos básicos da ginástica aparecem em diferentes práticas corporais.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTREEF12EF07
EF12EF08-01/ES
EF12EF09
EF12EF10**2º TRIMESTRE**EF12EF01-01/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES**3º TRIMESTRE**EF12EF05-01/ES
EF12EF06-01/ES
EF12EF11-01/ES
EF12EF12/ES



Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF12EF01-01/ES

Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas. A prática deve ser organizada de forma a exigir habilidades mais simples possibilitando o trabalho de uma atitude positiva com relação às diferenças e possibilidades de aprender e desenvolver-se continuamente.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.

- Brincadeiras e jogos presentes no contexto local e regional: psicomotores, sensoriais, de raciocínio, simbólicos, de construção, deslocamento, competitivo, cooperativo, de mesa, tradicionais, rítmicos, dramáticos, pedagógico, entre outros;
- Brincadeiras e jogos presentes no folclore capixaba.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Participar de uma variedade de brincadeiras e jogos da cultura popular;
- Recriar brincadeiras tradicionais;
- Demonstrar respeito pelas diferenças individuais de desempenho durante as atividades.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF01HI02/ES; EF01HI05/ES; EF01HI06/ES; EF01GE02/ES; EF01ER01/ES; EF15LP15.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07
EF12EF08-01/ES
EF12EF09
EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES
EF12EF06-01/ES
EF12EF11-01/ES
EF12EF12/ES

EF12EF01-01/ES
EF12EF03/ES
EF12EF04/ESEF12EF01-02/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ESEF35EF01-03/ES
EF35EF02-03/ES
EF35EF03
EF35EF04EF35EF01-04/ES
EF35EF02-04/ES
EF35EF03
EF35EF04EF35EF01-05-/ES
EF35EF02-05-/ES
EF35EF03-05-/ES
EF35EF04

Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF12EF02

Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.

- Expansão das expressões de brincadeiras e jogos da cultura popular;
- Relação das brincadeiras e jogos com o contexto cultural local e regional.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever brincadeiras e jogos populares usando linguagem oral e visual, explicando como são jogados e quais são suas regras básicas;
- Demonstrar os movimentos e ações envolvidos em brincadeiras e jogos populares, usando linguagem corporal;
- Reconhecer a importância cultural das brincadeiras e jogos populares.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF01HI02/ES; EF01HI05/ES; EF01HI06/ES; EF15LP15.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF12EF03/ES

Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas. Como a modificação ou adaptação de regras de modo à torná-las mais flexíveis ou adaptando-as às características do espaço, o que já pode ser de praxe dos estudantes nos lugares onde moram.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.

- Estratégias usadas para solucionar desafios nas brincadeiras e jogos populares;
- Origem, materiais, espaços e regras associados às brincadeiras e jogos previamente trabalhados.

Habilidades da computação

EF01CO02 Identificar e seguir sequências de passos aplicados no dia a dia para resolver problemas.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as características principais das brincadeiras e jogos populares, como regras, objetivos e habilidades necessárias.
- Planejar estratégias para enfrentar desafios nas brincadeiras e jogos.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF01HI02/ES; EF01HI05/ES; EF01HI06/ES; EF01MA08/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07
EF12EF08-01/ES
EF12EF09
EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES
EF12EF06-01/ES
EF12EF11-01/ES
EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF12EF04/ES**

Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade, estabelecendo interações com outras disciplinas tanto da mesma área de conhecimento quanto das demais, adaptando às possibilidades disponíveis no espaço escolar.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.**

- Construção, adaptação e aplicação de brincadeiras e jogos em diferentes contextos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Colaborar para criar alternativas para a prática de brincadeiras e jogos, pensando em como adaptá-las para diferentes momentos e espaços dentro da escola;
- Adaptar as propostas de brincadeiras e jogos às possibilidades e limitações dos espaços disponíveis na escola.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.



Práticas sugeridas dos cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Esportes

Habilidade

EF12EF05-01/ES

Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes e seus fundamentos, explorando capacidades físicas e motoras por meio de atividades lúdicas e criativas.

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

- Habilidades motoras básicas: corrida, salto, pulo, arremesso e lançamento;
- Elementos comuns para compreensão dos esportes de marca, incluindo materiais, espaços e regras essenciais;
- Exemplos de esportes: atletismo, canoagem, ciclismo.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos e fundamentos dos esportes de marca, utilizando atividades adaptadas ao seu nível de desenvolvimento;
- Desenvolver as capacidades físicas requisitadas durante as práticas, como a força muscular, a potência muscular e a velocidade;
- Participar ativamente de atividades em grupo, mostrando cooperação e apoio aos/às colegas durante jogos e práticas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Esportes

Habilidade

EF12EF06-01/ES

Discutir a importância da observação das normas e das regras básicas dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes.

Objeto de conhecimento

Esportes de Marca

- Regras e normas dos esportes de marca, com foco em atitudes e condutas;
- Riscos inerentes à execução dos movimentos.

Habilidades da computação

Não há.

2º

3º

4º

5º



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as regras básicas simples de esportes de marca;
- Entender por que é importante seguir as regras dos esportes de marca;
- Compreender a importância de observar as regras para garantir a segurança de todos/as os/as participantes.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Danças

Habilidade

EF12EF11-01/ES

Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas), e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal, estimulando os estudantes a interagir com os colegas, e possibilitando que relatem o que sentiram durante as práticas.

Objeto de conhecimento

Danças do contexto comunitário e regional

- Danças na comunidade;
- Danças do Sudeste (Samba, Mineiro-pau, Congo, entre outros).

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Participar de brincadeiras rítmicas e expressivas, sincronizando movimentos com a música e com os colegas;
- Recriar danças populares e tradicionais do contexto comunitário e regional, incorporando elementos pessoais e criativos;
- Reconhecer e apreciar as manifestações e representações da cultura rítmica presentes nas danças do contexto comunitário e regional.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF01HI08/ES; EF01CI04; EF01ER01/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF12EF12/ES**

Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas. Nessa fase, é recomendável situar o foco na ampliação das aprendizagens de movimentos, utilizando-os para conhecer-se, relacionar-se com os outros e explorar espaços, e não na execução da técnica da dança em si.

Objeto de conhecimento**Danças do contexto comunitário e regional**

- Expressão corporal, uso de espaços e objetos, e percussão (corporal e instrumental) nas danças já exploradas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos da dança, como ritmo, espaço e gestos, em danças do contexto comunitário e regional;
- Valorizar as manifestações culturais presentes nas danças regionais;
- Interagir com os/as colegas durante as práticas de dança, desenvolvendo habilidades de cooperação e comunicação.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF01MA11/ES; EF01MA12/ES; EF01ER06; EF01HI08/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07

EF12EF08-01/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-01/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-01/ES

EF12EF06-01/ES

EF12EF11-01/ES

EF12EF12/ES

2º
ano





Unidade Temática

Ginásticas

Habilidade

EF12EF07-02/ES

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 considerando a demanda de habilidades motoras mais complexas, respeitando características individuais dos estudantes e priorizando atividades lúdicas e criativas.

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 básicas - locomotoras: andar, correr, saltar, rolar, quadrupedar, girar, rastejar, etc.;
- Habilidades de estabilidade: Empurrar, puxar, sustentar e balançar;
- Habilidades ginásticas manipulativas: coordenação óculo-manual - quicar, conduzir e golpear;
- Pequenas coreografias;
- Conscientização corporal.

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

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;
- Desenvolver pequenas coreografias;
- Engajar-se nas atividades de ginástica de forma lúdica e criativa, aproveitando o aspecto divertido da prática enquanto desenvolvem suas habilidades.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF15AR11-02/ES; EF01MA11; EF02MA12; EF02GE10.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF12EF08-02/ES**

Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, considerando a experimentação de movimentos que exijam habilidades motoras mais complexas, de acordo com as características individuais dos estudantes por meio de atividades lúdicas e criativas.

Objeto de conhecimento**Ginástica geral**

- Estratégias para execução de elementos da ginástica desenvolvidos até o momento;
- Desenvolvimento de coreografias com o uso de músicas.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

Expectativas de aprendizagem

- Planejar a realização de diferentes elementos básicos da ginástica, como equilíbrios, saltos e giros, utilizando habilidades motoras simples e apropriadas para seu nível de desenvolvimento;
- Executar os movimentos planejados de maneira coordenada e consciente;
- Utilizar habilidades motoras simples para executar os elementos básicos da ginástica de forma eficiente e segura.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF15AR09-01/ES.



Unidade Temática

Ginásticas

Habilidade

EF12EF09

Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.

Objeto de conhecimento

Ginástica geral

• Identificação das potencialidades e limitações do corpo humano através de movimentos vinculados as habilidades ginásticas básicas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar e reconhecer suas próprias habilidades e potencialidades corporais durante a prática de ginástica geral;
- Respeitar e reconhecer que cada colega tem diferentes habilidades e limites corporais, mostrando apoio e encorajamento.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF15AR09-01/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF12EF10**

Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.

Objeto de conhecimento**Ginástica geral**

- Elementos da ginástica e suas diferentes formas de expressão;
- Movimentos básicos da ginástica nas diversas práticas corporais.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Demonstrar corporalmente os elementos básicos da ginástica, como equilíbrios, saltos e giros, usando movimentos e posturas;
- Descrever as características dos elementos básicos da ginástica, como o tipo de movimento, o objetivo da ação e as sensações que experimentam;
- Identificar como os elementos básicos da ginástica aparecem em diferentes práticas corporais.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

1º TRIMESTREEF12EF07-02/ES
EF12EF08-02/ES
EF12EF09
EF12EF10**2º TRIMESTRE**EF12EF01-02/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES**3º TRIMESTRE**EF12EF05-02/ES
EF12EF06-02/ES
EF12EF11/ES
EF12EF12/ES



Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF12EF01-02/ES

Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas. A exigência das habilidades passa das mais simples para as mais complexas, trabalhando uma atitude positiva com relação às diferenças e possibilidades de aprender e desenvolver-se continuamente.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.

- Brincadeiras e jogos presentes no contexto local e regional: psicomotores, sensoriais, de raciocínio, simbólicos, de construção, deslocamento, competitivo, cooperativo, de mesa, tradicionais, rítmicos, dramáticos, pedagógico, entre outros;
- Brincadeiras e jogos presentes no folclore capixaba.

Expectativas de aprendizagem

- Participar de uma variedade de brincadeiras e jogos da cultura popular;
- Recriar brincadeiras tradicionais;
- Demonstrar respeito pelas diferenças individuais de desempenho durante as atividades;
- Demonstrar atitude positiva em respeito à possibilidade de desenvolver-se continuamente.

Temas integradores



Habilidades da computação

Não há.

Habilidades relacionadas

EF15LP15; EF15AR18-02/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF12EF02**

Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.**

- Expansão das expressões de brincadeiras e jogos da cultura popular;
- Relação das brincadeiras e jogos com o contexto cultural local e regional.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

Expectativas de aprendizagem

- Descrever brincadeiras e jogos populares usando linguagem oral e visual, explicando como são jogados e quais são suas regras básicas;
- Demonstrar os movimentos e ações envolvidos em brincadeiras e jogos populares, usando linguagem corporal;
- Reconhecer a importância cultural das brincadeiras e jogos populares.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF15LP15; EF15AR18-02/ES; EF02GE06/ES; EF02ER03.

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF12EF03/ES**

Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas. Com a modificação ou adaptação de regras de modo à torná-las mais flexíveis ou adaptando-as às características do espaço, o que já pode ser de praxe dos estudantes nos lugares onde moram.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.**

- Estratégias usadas para solucionar desafios nas brincadeiras e jogos populares;
- Origem, materiais, espaços e regras associados às brincadeiras e jogos previamente trabalhados.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as características principais das brincadeiras e jogos populares, como regras, objetivos e habilidades necessárias;
- Planejar estratégias para enfrentar desafios nas brincadeiras e jogos;

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF02GE05/ES; EF02MA06/ES.

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF12EF04/ES**

Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade, estabelecendo interações com outras disciplinas tanto da mesma área de conhecimento quanto das demais, adaptando às possibilidades disponíveis no espaço escolar.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.**

- Construção, adaptação e aplicação de brincadeiras e jogos em diferentes contextos.

Habilidades da computação

EF02CO02 Criar e simular algoritmos representados em linguagem oral, escrita ou pictográfica, construídos como sequências com repetições simples (iterações definidas) com base em instruções preestabelecidas ou criadas, analisando como a precisão da instrução impacta na execução do algoritmo.

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

- Colaborar para criar alternativas para a prática de brincadeiras e jogos, pensando em como adaptá-las para diferentes momentos e espaços dentro da escola;
- Ser capaz de adaptar as propostas de brincadeiras e jogos às possibilidades e limitações dos espaços disponíveis na escola.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF02ER01.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES



Unidade Temática

Esportes

Habilidade

EF12EF05-02/ES

Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes e seus fundamentos, explorando capacidades físicas e motoras por meio de atividades lúdicas e criativas, aumentando a complexidade por meio de movimentos que exijam mais habilidades motoras para execução.

Objeto de conhecimento

Esportes de Precisão

- Aprendizagens naturais como arremessar e lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico;
- Identificação dos elementos comuns que favoreçam o entendimento desses esportes, tais como: tipos de materiais, espaços de jogos e regras básicas;
- Circuitos de atividades lúdicas envolvendo as habilidades motoras exploradas;
- Exemplos: Boliche, bocha, golfe, entre outros.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos e fundamentos dos esportes de precisão, utilizando atividades adaptadas ao seu nível de desenvolvimento;
- Desenvolver as capacidades físicas requisitadas durante as práticas, como a força muscular, a potência muscular e a velocidade;
- Participar ativamente de atividades em grupo, mostrando cooperação e apoio aos/às colegas durante jogos e práticas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF02MA17/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF12EF06-02/ES**

Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes. Discutir é um processo que demanda habilidades como análise da situação, defesa de pontos de vista, escuta de opiniões diversas, entre outras. O exercício da reflexão e discussão possibilita inter-relações com outros componentes curriculares, como a Língua Portuguesa.

Objeto de conhecimento**Esportes de Precisão**

- Regras e normas dos esportes de precisão, com foco em atitudes e condutas;
- Riscos inerentes à execução dos movimentos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as regras básicas simples de esportes de precisão;
- Entender por que é importante seguir as regras dos esportes de precisão;
- Entender a importância de observar as regras para garantir a segurança de todos/as os/as participantes.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF12EF11/ES**

Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas), e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal, estimulando os estudantes a interagir com os colegas, e possibilitando que relatem o que sentiram durante as práticas.

Objeto de conhecimento**Danças do contexto comunitário e regional**

- Danças na comunidade;
- Danças do Sudeste (Samba, Mineiro-pau, Congo, entre outros);
- Principais passos e pequenas coreografias.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Participar de brincadeiras rítmicas e expressivas, sincronizando movimentos com a música e com os/as colegas;
- Recriar danças populares e tradicionais do contexto comunitário e regional, incorporando elementos pessoais e criativos;
- Reconhecer e apreciar as manifestações e representações da cultura rítmica presentes nas danças do contexto comunitário e regional.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF15AR08-02/ES; EF12AR14-02/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF12EF12/ES**

Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas. Nessa fase, é recomendável situar o foco na ampliação das aprendizagens de movimentos, utilizando-os para conhecer-se, relacionar-se com os outros e explorar espaços, e não na execução da técnica da dança em si.

Objeto de conhecimento**Danças do contexto comunitário e regional**

- Expressão corporal, uso de espaços e objetos, e percussão (corporal e instrumental) nas danças já exploradas.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos da dança, como ritmo, espaço e gestos, em danças do contexto comunitário e regional;
- Reconhecer e valorizar as manifestações culturais presentes nas danças regionais;
- Interagir com os/as colegas durante as práticas de dança, desenvolvendo habilidades de cooperação e comunicação.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF02MA12/ES; EF15AR15-02/ES.

1º TRIMESTRE

EF12EF07-02/ES

EF12EF08-02/ES

EF12EF09

EF12EF10

2º TRIMESTRE

EF12EF01-02/ES

EF12EF02

EF12EF03/ES

EF12EF04/ES

3º TRIMESTRE

EF12EF05-02/ES

EF12EF06-02/ES

EF12EF11/ES

EF12EF12/ES

3º
ano



**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF07-03/ES**

Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Piruetas, rolamentos, parada de mão, pontes, entre outros;
- Sequências de movimentos individuais e coletivos dos elementos da ginástica geral considerando temas presentes na comunidade;
- Conscientização e controle corporal individual e coletivo.

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes elementos da ginástica geral, como equilíbrios, saltos, giros, rotações e acrobacias, tanto com materiais quanto sem materiais, desenvolvendo habilidades motoras básicas;
- Trabalhar em grupo para criar coreografias que combinem os elementos da ginástica geral, utilizando temas do cotidiano;
- Apresentar as coreografias criadas para a turma, demonstrando confiança e expressividade na execução dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF08**

Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Estratégias para realizar elementos em apresentações individuais e em grupo na ginástica geral, conforme abordado anteriormente;
- Riscos relativos à execução dos movimentos.

Habilidades da computação

EF03CO02 Criar e simular algoritmos representados em linguagem oral, escrita ou pictográfica, que incluam sequências e repetições simples com condição (iterações indefinidas), para resolver problemas de forma independente e em colaboração.

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

- Identificar as próprias capacidades físicas e as dos colegas;
- Ajustar os movimentos de acordo com as potencialidades e limitações de cada um;
- Adotar procedimentos de segurança durante a prática da ginástica geral;
- Participar ativamente na tomada de decisões sobre a organização de apresentações.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Danças

Habilidade

EF35EF09/ES

Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem e seus impactos na cultura local, regional ou nacional.

Objeto de conhecimento

Danças do Brasil e do mundo;

Danças de matriz indígena, africana e europeia

- Danças populares do país: Norte (Carimbó, Marujada, Camaleão, entre outros), Centro-oeste (Siriri, Catira, Tambor, entre outros), Sul (Vaneirão, Fandango, Pau de Fitas, entre outros) e Nordeste (Ciranda, Coco, Frevo, Forró, Reisado, Maculelê, Quadrilha, Bumba meu Boi, Torém, entre outros);
- Danças populares mundiais (Ballet, Tarantella, Sapateado, Jazz, Country dance, entre outros);
- Danças de matriz africana (Batuque, Jongo, Maracatu, Kuduro, entre outros);
- Danças de matriz indígena (Toré, Kuarup, Cateretê, Caboclinho, entre outros);
- Danças de matriz europeia (Vals, tarantela, quadrilha).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes danças, explorando seus movimentos e ritmos característicos;
- Recriar danças estudadas, incorporando elementos pessoais e criativos, enquanto preserva os aspectos culturais e simbólicos originais;
- Apreciar as danças populares e tradicionais, identificando os diferentes sentidos e significados que elas têm em suas culturas de origem;
- Explorar a presença e a influência das danças de matriz indígena, africana e europeia na cultura local e regional.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF03GE01; EF03HI03/ES; EF15AR08-03/ES.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF10/ES**

Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

• Expressão corporal, ritmos, uso de espaços/objetos e percussão (instrumento e corporal) presentes nas danças trabalhadas anteriormente.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia, como ritmo, espaço e gestos;
- Identificar semelhanças e diferenças na velocidade, no compasso e na dinâmica dos movimentos das danças estudadas.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF03HI03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF11/ES**

Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

- Produção de Coreografias.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia, incluindo ritmo, espaço e gestos característicos;
- Aplicar as estratégias desenvolvidas para integrar os elementos constitutivos das danças em performances coletivas, respeitando a coerência e o fluxo dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF03MA27/ES

**Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos****Sugestões de materiais****1º TRIMESTRE**

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF12**

Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

- Reconhecimento de preconceitos associados às danças (sobretudo africanas e indígenas) buscando alternativas de superação dos mesmos.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia, incluindo ritmo, espaço e gestos característicos;
- Aplicar as estratégias desenvolvidas para integrar os elementos constitutivos das danças em performances coletivas, respeitando a coerência e o fluxo dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

EF03HI03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF01-03/ES**

Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural. É interessante que os estudantes sejam apresentados a conceitos sobre patrimônio cultural para que reconheçam e valorizem as aprendizagens sobre os jogos e brincadeiras, com exigências motoras simples, que não fazem parte do seu cotidiano.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo**

- Brincadeiras e jogos populares das demais regiões do país (Norte, Centro-Oeste, Sul e Nordeste) e do mundo, com ênfase naquelas cujas origens compõem a cultura brasileira;
- Exemplos: Jogos de construção; Jogos cooperativos; Jogos populares; Jogos de Raciocínio.

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar uma variedade de brincadeiras e jogos populares do Brasil e de outras culturas ao redor do mundo, vivenciando suas regras e modos de jogar.
- Valorizar os jogos e brincadeiras populares como parte do patrimônio histórico e cultural.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

EF03H103/ES; EF15AR24-03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF02-03/ES**

Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, propondo atividades menos familiares aos estudantes, que não necessariamente façam parte do cotidiano dos estudantes, além de explorar conhecimentos sobre o corpo reconhecendo potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para prática segura de todos.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo**

- Identificação de elementos que possam gerar riscos ou incitar violência nas atividades realizadas;
- Modificação de regras, adequação de espaços e materiais para minimizar riscos e violência, mantendo a essência das brincadeiras e jogos explorados.

Habilidades da computação

EF03CO01 Associar os valores 'verdadeiro' e 'falso' a sentenças lógicas que dizem respeito a situações do dia a dia, fazendo uso de termos que indicam negação.

EF03CO02 Criar e simular algoritmos representados em linguagem oral, escrita ou pictográfica, que incluam sequências e repetições simples com condição (iterações indefinidas), para resolver problemas de forma independente e em colaboração.

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

- Utilizar estratégias para participar de jogos e brincadeiras de forma segura;
- Reconhecer seus limites corporais, bem como os dos colegas, durante a prática de brincadeiras e jogos.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF15AR26-03/ES; EF35LP20/ES.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF03**

Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo**

- Contexto de origem, materiais utilizados, espaços e regras das brincadeiras e jogos previamente explorados;
- Representação dessas brincadeiras e jogos em diferentes linguagens e sua importância como patrimônio histórico-cultural.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo utilizando diferentes linguagens, como a corporal, oral, escrita e audiovisual;
- Explicar a importância das brincadeiras e jogos populares como parte do patrimônio histórico-cultural;
- Identificar as principais características das brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF03HII03/ES; EF15AR25-03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

EF12EF01-01/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES

EF12EF01-02/ES
EF12EF02
EF12EF03/ES
EF12EF04/ES

EF35EF01-03/ES
EF35EF02-03/ES
EF35EF03

EF35EF01-04/ES
EF35EF02-04/ES
EF35EF03
EF35EF04

EF35EF01-05-/ES
EF35EF02-05-/ES
EF35EF03-05-/ES
EF35EF04

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF04**

Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.

Expectativas de aprendizagem

- Recriar brincadeiras e jogos populares do Brasil, do mundo, adaptando as regras e a dinâmica para diferentes contextos e espaços disponíveis;
- Respeitar as práticas corporais tematizadas na escola;
- Colaborar com colegas para adaptar brincadeiras e jogos a diferentes espaços e situações.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo**

- Ajustes e aplicação de brincadeiras e jogos explorados na escola e na comunidade.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

EF03HI03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF05-03/ES**

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo. Com ênfase na participação e não no resultado.

Objeto de conhecimento**Esportes de Campo e taco**

- Identificação de elementos comuns entre os esportes de campo e taco: materiais, espaços e regras;
- Jogos com regras;
- Jogos pré-desportivos;
- Exemplos: Beisebol, críquete, softbol, tacabol, entre outros.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes esportes de campo e taco, identificando as regras básicas, os objetivos e as técnicas fundamentais de cada esporte;
- Aplicar estratégias básicas, tanto individuais quanto coletivas, para a execução dos esportes de campo e taco, priorizando o trabalho em equipe e o protagonismo;
- Perceber a importância da participação ativa de todos os/as estudantes, independentemente de suas habilidades ou experiência, destacando o valor do esforço, da cooperação e do respeito mútuo.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF06**

Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Objeto de conhecimento**Esportes de Campo e taco**

- Conceituação de jogo e esporte (apresentando diferenças entre eles), destacando os esportes nos contextos de educação, lazer e inclusão social e alto rendimento.

Habilidades da computação

EF03CO01 Associar os valores 'verdadeiro' e 'falso' a sentenças lógicas que dizem respeito a situações do dia a dia, fazendo uso de termos que indicam negação.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever as principais características que diferenciam jogos e esportes;
- Reconhecer como o contexto influencia a prática e o significado do esporte;
- Refletir sobre o papel do esporte e do jogo na vida cotidiana e na sociedade;
- Reconhecer a importância do esporte para a saúde, o bem-estar e a socialização.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF05-03/ES**

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo. Com ênfase na participação e não no resultado.

Objeto de conhecimento**Esportes de invasão**

- Identificação de elementos comuns entre os esportes de invasão: materiais, espaços e regras;
- Jogos com regras;
- Jogos pré-desportivos;
- Exemplos: Basquetebol, frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei, rúgbi, entre outros.

Expectativas de aprendizagem

- Vivenciar diferentes esportes de invasão;
- Identificar as regras básicas, os objetivos e as técnicas fundamentais de cada esporte trabalhado;
- Aplicar estratégias básicas, tanto individuais quanto coletivas, para a execução dos esportes de invasão;
- Perceber a importância da participação de todos os estudantes, independentemente de suas habilidades ou experiência, destacando o valor do esforço, da cooperação e do respeito mútuo.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF13/ES**

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, explorando seus signos e filosofia.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional;****Lutas de matriz indígena e africana**

- Movimentos pertencentes às lutas presentes no contexto comunitário e regional e de matriz indígena e africana;
- Lutas de conquista de objetos;
- Jogos de oposição;
- Exemplos: Capoeira, Maculelê, Huka-huka, Luta Marajoara, entre outros.

Habilidades da computação

Não há.

EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15**1º TRIMESTRE**

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

Expectativas de aprendizagem

- Vivenciar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional, assim como lutas de matriz indígena e africana;
- Compreender os signos e a filosofia por trás das lutas (como respeito, autocontrole e disciplina);
- Recriar movimentos ou sequências das lutas estudadas, adaptando-as ao contexto escolar de forma segura e respeitosa.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF14/ES**

Planejar e utilizar técnicas e estratégias básicas (desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa) das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.

EF35EF13/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15**Objeto de conhecimento****Lutas do contexto comunitário e regional;****Lutas de matriz indígena e africana**

- Ações de ataque/defesa das lutas vistas anteriormente;
- Riscos relacionados ao corpo do/a adversário/a presentes nessas disputas.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as técnicas básicas de desequilíbrio, contusão, imobilização e exclusão de espaço utilizadas nas lutas do contexto comunitário e regional, bem como nas lutas de matriz indígena e africana;
- Utilizar as técnicas de forma controlada e segura durante a prática das lutas garantindo que o respeito ao/à oponente seja mantido em todas as interações;
- Adaptar as técnicas planejadas conforme necessário durante as práticas, demonstrando flexibilidade e criatividade na resolução de desafios.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF15**

Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional; Lutas de matriz indígena e africana**

- Descrição (histórico, materiais, estilos, espaços, regras e outros aspectos) das lutas abordadas anteriormente;
- Distinção entre luta e briga e entre luta, dança, arte e esporte de alto rendimento.

Habilidades da computação

Não há.

EF35EF13/ES
EF35EF14/ESEF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15**1º TRIMESTRE**

EF35EF07-03/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-03/ES

EF35EF02-03/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-03/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-03/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

Expectativas de aprendizagem

- Diferenciar lutas e brigas;
- Comparar as lutas com outras práticas corporais, identificando semelhanças e diferenças em termos de objetivos, técnicas e valores;
- Valorizar as lutas como uma forma legítima e respeitável de expressão cultural.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF03HI03/ES.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

4º
ano



**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF07-04/ES**

Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano, por meio de atividades lúdicas e criativas e utilizando diferentes materiais e com movimentos de maior complexidade.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Ginástica geral e rítmica (iniciação);
- Piruetas, rolamentos, parada de mão, pontes, atividades circenses, outros;
- Sequências de movimentos individuais e em grupo dos elementos da ginástica geral, levando em conta temas relevantes para o contexto comunitário;
- Conscientização e controle corporal individual e coletivo.

Habilidades da computação

EF04CO03 Criar e simular algoritmos representados em linguagem oral, escrita ou pictográfica, que incluam sequências e repetições simples e aninhadas (iterações definidas e indefinidas), para resolver problemas de forma independente e em colaboração.

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

- Experimentar diferentes elementos da ginástica geral, como equilíbrios, saltos, giros, rotações e acrobacias, tanto com materiais quanto sem materiais, desenvolvendo habilidades motoras básicas;
- Trabalhar em grupo para criar coreografias que combinem os elementos da ginástica geral, utilizando temas do cotidiano como inspiração;
- Apresentar as coreografias criadas para a turma, demonstrando confiança e expressividade na execução dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF04MA08/ES; EF04MA16/ES.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF08**

Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Estratégias para realizar elementos em apresentações individuais e em grupo na ginástica geral, conforme abordado anteriormente;
- Riscos relativos à execução dos movimentos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Ajustar os movimentos de acordo com as potencialidades e limitações de cada um;
- Adotar procedimentos de segurança durante a prática da ginástica geral, reconhecendo a importância de movimentos controlados e do uso correto de materiais;
- Participar ativamente na tomada de decisões sobre a organização das apresentações, contribuindo com ideias para superar desafios e melhorar a performance coletiva.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF09/ES**

Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem e seus impactos na cultura local, regional ou nacional.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia.**

- Danças populares do país: Norte (Carimbó, Marujada, Camaleão, entre outros), Centro-oeste (Siriri, Catira, Tambor, entre outros), Sul (Vaneirão, Fandango, Pau de Fitas, entre outros) e Nordeste (Ciranda, Coco, Frevo, Forró, Reisado, Maculelê, Quadrilha, Bumba meu Boi, Torém, entre outros);
- Danças populares mundiais (Ballet, Tarantella, Sapateado, Jazz, Country dance, entre outros);
- Danças de matriz africana (Batuque, Jongo, Maracatu, Kuduro, entre outros);
- Danças de matriz indígena (Toré, Kuarup, Cateretê, Caboclinho, entre outros);
- Danças de matriz europeia (Valsa, tarantela, quadrilha).

Habilidades da computação

Não há.

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

- Experimentar diferentes danças, explorando seus movimentos e ritmos característicos;
- Recriar danças estudadas, incorporando elementos pessoais e criativos, enquanto preserva os aspectos culturais e simbólicos originais;
- Apreciar as danças populares e tradicionais, identificando os diferentes sentidos e significados que elas têm em suas culturas de origem;
- Explorar a presença e a influência das danças de matriz indígena, africana e europeia na cultura local e regional, reconhecendo sua importância na formação da identidade cultural do Brasil.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF04GE01.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF10/ES**

Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

- Expressão corporal, ritmos, uso de espaços/objetos e percussão (instrumento e corporal) presentes nas danças trabalhadas anteriormente.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Diferenciar os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia, como ritmo, espaço e gestos;
- Comparar os ritmos presentes nas danças estudadas, identificando semelhanças e diferenças na velocidade, no compasso e na dinâmica dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF04MA16/ES; EF04ER04.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF11/ES**

Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento

Danças do Brasil e do mundo;
Danças de matriz indígena, africana e europeia
 • Produção de Coreografias.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia;
- Aplicar as estratégias desenvolvidas para integrar os elementos constitutivos das danças em performances coletivas, respeitando a coerência e o fluxo dos movimentos.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Danças

Habilidade

EF35EF12

Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.

Objeto de conhecimento

Danças do Brasil e do mundo;

Danças de matriz indígena, africana e europeia

• Reconhecimento de preconceitos associados às danças (sobretudo africanas e indígenas) buscando alternativas de superação dos mesmos.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer situações de injustiça, preconceito ou exclusão presentes nas práticas de danças populares e de matriz indígena, africana e euro-peia, seja no ambiente escolar ou na sociedade em geral;
- Participar de discussões em grupo para explorar alternativas que possam ajudar a superar situações de injustiça e preconceito nas danças e práticas corporais.
- Valorizar as contribuições das diferentes culturas para as danças e práticas corporais.

Temas integradores



Habilidades da computação

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF01-04/ES**

Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena, africana, europeia, entre outras, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural. É interessante que os estudantes sejam apresentados a conceitos sobre patrimônio cultural para que reconheçam e valorizem as aprendizagens sobre os jogos e brincadeiras, com exigências motoras mais complexas, que não fazem parte do seu cotidiano, aprofundando a aprendizagem sobre a cultura na qual as brincadeiras e jogos se originaram.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana, europeia, entre outras.**

- Brincadeiras e jogos de matriz africana, indígena e europeia não contempladas nas brincadeiras e jogos populares regionais;
- Exemplos: Jogos de construção; Jogos cooperativos; Jogos populares; Jogos de Raciocínio; Produção de brinquedos.

Habilidades da computação

Não há.

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

- Apreciar as diversas formas de brincar e jogar, reconhecendo as características culturais únicas de cada prática;
- Recriar brincadeiras e jogos populares, adaptando-as de forma criativa e respeitosa aos diferentes contextos e espaços;
- Refletir sobre a importância do patrimônio cultural relacionado às brincadeiras e jogos populares, mostrando atitudes de valorização e respeito por essas tradições.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

EF04GE01; EF04GE02/ES.

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF02-04/ES**

Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena, africana, europeia, entre outras. Propondo atividades menos familiares aos estudantes, que não necessariamente façam parte do cotidiano dos estudantes, além de explorar conhecimentos sobre o corpo explorando a complexidade das práticas e a progressão do desenvolvimento motor e cognitivo reconhecendo potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para prática segura de todos.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana, europeia, entre outras.**

- Identificação de elementos que possam gerar riscos ou incitar violência nas atividades realizadas;
- Modificação de regras, adequação de espaços e materiais para minimizar riscos e violência, mantendo a essência das brincadeiras e jogos explorados.

Habilidades da computação

EF04CO03 Criar e simular algoritmos representados em linguagem oral, escrita ou pictográfica, que incluam sequências e repetições simples e aninhadas (iterações definidas e indefinidas), para resolver problemas de forma independente e em colaboração.

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

- Identificar as características dos diferentes jogos e brincadeiras de matriz indígena, africana, europeia, entre outras, adaptando as regras e formas de jogar para garantir que todos possam participar de maneira segura e inclusiva;
- Implementar estratégias que garantam a segurança de todos os colegas durante as atividades.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF03**

Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.

Objeto de conhecimento**Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana, europeia, entre outras.**

- Contexto de origem, materiais utilizados, espaços e regras das brincadeiras e jogos previamente explorados;
- Representação dessas brincadeiras e jogos em diferentes linguagens e sua importância como patrimônio histórico-cultural.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana e europeia, utilizando diferentes linguagens, como a corporal, oral, escrita e audiovisual;
- Explicar a importância das brincadeiras e jogos populares como parte do patrimônio histórico-cultural;
- Identificar as principais características das brincadeiras e jogos populares.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF04**

Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana, europeia, entre outras.

- Ajustes e aplicação de brincadeiras e jogos explorados na escola e na comunidade.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Recriar brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana e europeia, adaptando as regras e a dinâmica para diferentes contextos e espaços disponíveis;
- Valorizar as práticas corporais tematizadas na escola;
- Colaborar com colegas para adaptar brincadeiras e jogos a diferentes espaços e situações.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Esportes

Habilidade

EF35EF05-04/ES

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, por meio de atividades lúdicas e criativas. A experimentação dos esportes evidenciam as capacidades físicas, como a força muscular, a flexibilidade, o equilíbrio e a coordenação motora, e permitem discussões sobre a importância do seu desenvolvimento tanto para a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo como para a saúde e qualidade de vida.

Objeto de conhecimento

Esportes de rede/parede

- Identificação de elementos comuns entre os esportes de rede/parede: materiais, espaços e regras;
- Jogos com regras;
- Jogos pré-desportivos;
- Exemplos: voleibol, tênis, tênis de mesa, badminton, futvôlei, Squash, entre outros.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos comuns entre diferentes tipos de esportes de rede/parede;
- Reconhecer as regras básicas, objetivos e características dos esportes de rede/parede;
- Criar e aplicar estratégias simples, tanto individuais quanto coletivas, para participar dos esportes de rede/parede, considerando as dinâmicas de jogo e a colaboração entre os colegas;
- Participar ativamente das atividades esportivas, prezando pelo trabalho em equipe e demonstrando respeito pelas contribuições de todos os colegas.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

EF04MA08/ES.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF06**

Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Objeto de conhecimento**Esportes de rede/parede**

- Conceituação de jogo e esporte (apresentando diferenças entre eles), destacando os esportes nos contextos de educação, lazer e inclusão social e alto rendimento.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever as principais características que diferenciam jogos e esportes, compreendendo aspectos como regras, objetivos, estrutura e nível de organização;
- Identificar exemplos de esportes praticados em contextos profissionais e comunitários, reconhecendo como o contexto influencia a prática e o significado do esporte;
- Reconhecer a importância do esporte para a saúde, o bem-estar e a socialização.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF05-04/ES**

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, por meio de atividades lúdicas e criativas. A experimentação dos esportes evidenciam as capacidades físicas, como a força muscular, a flexibilidade, o equilíbrio e a coordenação motora, e permitem discussões sobre a importância do seu desenvolvimento tanto para a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo como para a saúde e qualidade de vida.

Objeto de conhecimento**Esportes de campo e taco**

- Exemplos: Beisebol, críquete, softbol, tacabol, entre outros;
- Jogos com regras;
- Jogos Pré-desportivos.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer as regras básicas, objetivos e características dos esportes de campo e taco;
- Criar e aplicar estratégias simples, tanto individuais quanto coletivas, para participar dos esportes de campo e taco, considerando as dinâmicas de jogo e a colaboração entre os colegas;
- Participar ativamente das atividades esportivas, prezando pelo trabalho em equipe e demonstrando respeito pelas contribuições de todos os colegas.

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF13/ES**

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana explorando seus signos e filosofia.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional;****Lutas de matriz oriental, europeia, entre outras**

- Movimentos pertencentes às lutas presentes no contexto comunitário e regional e de matriz indígena e africana;
- Lutas de conquista de território;
- Jogos de oposição;
- Exemplos: Karate, Taekwondo, Judô, Esgrima, Savate, entre outras.

Habilidades da computação

Não há.

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15**1º TRIMESTRE**

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional, assim como lutas de matriz oriental e europeia;
- Apreciar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional, assim como lutas de matriz indígena e africana;
- Adaptar as lutas vistas anteriormente, considerando seus elementos constitutivos e respeitando as tradições culturais de origem;
- Valorizar as diversas manifestações culturais associadas às lutas.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF14/ES**

Planejar e utilizar técnicas e estratégias básicas (desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa) das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.

Objeto de conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional; Lutas de matriz oriental, europeia, entre outras

- Ações de ataque/defesa das lutas vistas anteriormente;
- Riscos relacionados ao corpo do adversário presentes nessas disputas.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender as técnicas básicas de desequilíbrio, contusão, imobilização e exclusão de espaço utilizadas nas lutas do contexto comunitário e regional, bem como nas lutas de matriz oriental e europeia;
- Utilizar as técnicas de forma controlada e segura durante a prática das lutas, garantindo o respeito ao oponente;
- Adaptar as estratégias planejadas conforme necessário durante as práticas, demonstrando flexibilidade e criatividade na resolução de desafios.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

1º TRIMESTRE

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Sugestões de materiais

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF15**

Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional; Lutas de matriz oriental, europeia, entre outras**

- Descrição (histórico, materiais, estilos, espaços, regras e outros aspectos) das lutas abordadas anteriormente;
- Distinção entre luta e briga e entre luta, dança, arte e esporte de alto rendimento.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15**1º TRIMESTRE**

EF35EF07-04/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-04/ES

EF35EF02-04/ES

EF35EF03

EF35EF04

EF35EF05-04/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-04/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

5º
ano



**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF07-05/ES**

Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano preexistentes, como temas do folclore e da cultura local, para que os estudantes sugiram e criem temas mais próximos da sua realidade.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Ginástica acrobática;
- Piruetas, rolamentos, parada de mão, pontes, atividades circenses, outros;
- Sequências de movimentos individuais e coletivos dos elementos da ginástica geral considerando temas presentes no contexto comunitário;
- Conscientização e controle corporal (individual e coletivo).

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar, em atividades coletivas, os diferentes elementos da ginástica geral;
- Reconhecer os temas culturais e folclóricos trabalhados nas coreografias;
- Valorizar os temas culturais e folclóricos trabalhados nas coreografias;
- Participar da criação de coreografias temáticas, inicialmente baseadas em temas preexistentes como folclore e cultura local.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Ginásticas

Habilidade**EF35EF08**

Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.

Objeto de conhecimento**Ginástica Geral**

- Estratégias para realizar elementos em apresentações individuais e em grupo na ginástica geral, conforme abordado anteriormente;
- Riscos relativos à execução dos movimentos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Colaborar no planejamento de apresentações coletivas, identificando os elementos básicos da ginástica geral;
- Demonstrar a habilidade de avaliar suas próprias capacidades físicas, reconhecendo seus limites e potencialidades;
- Demonstrar compreensão e aplicação de procedimentos de segurança durante a prática da ginástica geral.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Danças

Habilidade

EF35EF09/ES

Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem e seus impactos na cultura local, regional ou nacional.

Objeto de conhecimento

Danças do Brasil e do mundo;

Danças de matriz indígena, africana e europeia

- Danças populares do país: Norte (Carimbó, Marujada, Camaleão, entre outros), Centro-oeste (Siriri, Catira, Tambor, entre outros), Sul (Vaneirão, Fandango, Pau de Fitas, entre outros) e Nordeste (Ciranda, Coco, Frevo, Forró, Reisado, Maculelê, Quadrilha, Bumba meu Boi, Torém, entre outros);
- Danças populares mundiais (Ballet, Tarantella, Sapateado, Jazz, Country dance, entre outros);
- Danças de matriz africana (Batuque, Jongo, Maracatu, Kuduro, entre outros);
- Danças de matriz indígena (Toré, Kuarup, Cateretê, Caboclinho, entre outros);
- Danças de matriz europeia (Valsa, tarantela, quadrilha).

Habilidades da computação

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Experimentar diferentes danças populares do Brasil e do mundo, bem como danças de matriz indígena, africana e europeia;
- Recriar danças estudadas, incorporando elementos pessoais e criativos, enquanto preserva os aspectos culturais e simbólicos originais;
- Apreciar as danças populares e tradicionais, identificando os diferentes sentidos e significados que elas têm em suas culturas de origem;
- Explorar a presença e a influência das danças de matriz indígena, africana e europeia na cultura local e regional, reconhecendo sua importância na formação da identidade cultural do Brasil.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF10/ES**

Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

• Expressão corporal, ritmos, uso de espaços/objetos e percussão (instrumento e corporal) presentes nas danças trabalhadas anteriormente.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia;
- Descrever os elementos constitutivos das danças, diferenciando-os de acordo com suas origens culturais;

Temas integradores**Habilidades da computação**

Não há.

Habilidades relacionadas

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF11/ES**

Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena, africana e europeia.

Objeto de conhecimento

Danças do Brasil e do mundo;
Danças de matriz indígena, africana e europeia
 •Produção de Coreografias.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Compreender os elementos básicos das danças populares do Brasil e do mundo, assim como das danças de matriz indígena, africana e europeia;
- Executar movimentos e gestos específicos das danças populares do Brasil e do mundo, bem como das danças de matriz indígena, africana e europeia,
- Colaborar com colegas na criação de sequências coreográficas, utilizando os elementos constitutivos das danças.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Danças

Habilidade**EF35EF12**

Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.

Objeto de conhecimento**Danças do Brasil e do mundo;****Danças de matriz indígena, africana e europeia**

- Reconhecimento de preconceitos associados às danças (sobretudo africanas e indígenas) buscando alternativas de superação dos mesmos.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Reconhecer situações de injustiça, preconceito ou exclusão presentes nas práticas de danças populares do Brasil e do mundo e de matriz indígena, africana e europeia;
- Combater comportamentos ou atitudes preconceituosas;
- Valorizar as contribuições das diferentes culturas para as danças e práticas corporais;
- Reconhecer a importância de celebrar a diversidade relativa às danças.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

**Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos****Sugestões de materiais**

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF01-05/ES**

Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo;
Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana.

- Brincadeiras e jogos não contempladas nas brincadeiras e jogos populares regionais;
- Exemplos: Jogos cooperativos; Jogos populares; Jogos de raciocínio; jogos de tabuleiro

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Apreciar as diversas formas de brincar e jogar, reconhecendo as características culturais únicas de cada prática;
- Recriar brincadeiras e jogos populares, adaptando-os de forma criativa e respeitosa aos diferentes contextos e espaços;
- Refletir sobre a importância do patrimônio cultural relacionado às brincadeiras e jogos populares, mostrando atitudes de valorização e respeito por essas tradições.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF35EF02-05/ES

Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana. Explorando a complexidade das práticas e a progressão do desenvolvimento motor e cognitivo reconhecendo potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para prática segura de todos, a partir da discussão sobre as diferenças de forças buscando soluções para que todos participem com equidade.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo; Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana.

- Identificação de elementos que ofereçam riscos ou incitem violência nas atividades já desenvolvidas;
- Adaptação de regras, espaços e materiais para minimizar riscos/violência sem descaracterizar inteiramente brincadeiras e jogos trabalhados anteriormente.

Habilidades da computação

EF05CO03 Realizar operações de negação, conjunção e disjunção sobre sentenças lógicas e valores 'verdadeiro' e 'falso'.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as características dos diferentes jogos e brincadeiras de matriz indígena, africana, entre outras, adaptando as regras e formas de jogar para garantir que todos possam participar de maneira segura e inclusiva;
- Planejar estratégias que garantam a segurança de todos os colegas durante as atividades;
- Utilizar estratégias que garantam a segurança de todos os colegas durante as atividades;

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Unidade Temática

Brincadeiras e jogos

Habilidade

EF35EF03-05/ES

Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas. A prática de brincadeiras e jogos como patrimônio histórico cultural e como elemento de preservação das culturas oportuniza o trabalho interdisciplinar com Língua Portuguesa, na prática da linguagem e produção de texto e Arte, voltadas à descrição e comunicação de informações por múltiplas linguagens.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo; Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana.

• Contexto de origem, materiais utilizados, espaços e regras das brincadeiras e jogos previamente explorados;
• Representação dessas brincadeiras e jogos em diferentes linguagens e sua importância como patrimônio histórico-cultural.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo e de matriz indígena e africana utilizando diferentes linguagens, como a corporal, oral, escrita e audiovisual;
- Explicar a importância das brincadeiras e jogos populares como parte do patrimônio histórico-cultural;
- Identificar as principais características das brincadeiras e jogos populares.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Brincadeiras e jogos

Habilidade**EF35EF04**

Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.

Objeto de conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo;
Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana.

- Ajustes e aplicação de brincadeiras e jogos explorados na escola e na comunidade.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Demonstrar capacidade de recriar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo e de matriz indígena, africana e europeia, adaptando as regras e a dinâmica para diferentes contextos e espaços disponíveis;
- Valorizar os jogos e brincadeiras tematizados na escola;
- Colaborar com colegas para adaptar brincadeiras e jogos a diferentes espaços e situações.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF05-05/ES**

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo. O aprofundamento da complexidade pode se dar com a proposição da prática de esportes que não sejam conhecidos pelos estudantes.

Objeto de conhecimento**Esportes de rede/parede**

- Identificação de elementos comuns entre os esportes de rede/parede: materiais, espaços e regras;
- Jogos com regras;
- Jogos pré-desportivos;
- Exemplos: voleibol, tênis, tênis de mesa, badminton, futvôlei, Squash, entre outros.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar e comparar os elementos comuns nos diferentes tipos de esportes de rede/parede, reconhecendo suas regras básicas, objetivos e características;
- Criar e aplicar estratégias simples, tanto individuais quanto coletivas, para participar dos esportes de rede/parede, considerando as dinâmicas de jogo e a colaboração entre os colegas;
- Participar ativamente das atividades esportivas, prezando pelo trabalho em equipe e demonstrando respeito pelas contribuições de todos os colegas.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF06**

Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Objeto de conhecimento**Esportes de rede/parede**

- Conceituação de jogo e esporte (apresentando diferenças entre eles), destacando os esportes nos contextos de educação, lazer e inclusão social e alto rendimento.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Descrever as principais características que diferenciam jogos e esportes, compreendendo aspectos como regras, objetivos, estrutura e nível de organização;
- Identificar exemplos de esportes praticados em contextos profissionais e comunitários;
- Reconhecer como o contexto influencia a prática e o significado atribuído ao esporte;
- Reconhecer a importância do esporte para a saúde, o bem-estar e a socialização.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Esportes

Habilidade**EF35EF05-05/ES**

Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo. O aprofundamento da complexidade pode se dar com a proposição da prática de esportes que não sejam conhecidos pelos estudantes.

Objeto de conhecimento**Esportes de invasão**

- Jogos com regras (compreensão, discussão e construção);
- Jogos Pré-desportivos;
- Exemplos: frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei, rúgbi, entre outros.

Habilidades da computação

Não há.

Expectativas de aprendizagem

- Identificar e comparar os elementos comuns nos diferentes tipos de esportes de invasão, reconhecendo suas regras básicas, objetivos e características;
- Criar e aplicar estratégias simples, tanto individuais quanto coletivas, para participar dos esportes de invasão, considerando as dinâmicas de jogo e a colaboração entre os colegas;
- Participar ativamente das atividades esportivas, prezando pelo trabalho em equipe e demonstrando respeito pelas contribuições de todos os colegas.

Temas integradores**Habilidades relacionadas**

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF13/ES**

Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena, africana, oriental, europeia, ocidental entre outras.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional;****Lutas de matriz indígena, africana, oriental, europeia entre outras.**

- Processos históricos;
- Vivências lúdicas;
- Jogos de oposição: reter e imobilizar, desequilibrar e de combate;
- Exemplos: Capoeira, Maculelê, Huka-huka, Luta Marajoara, Karate, Judô, Esgrima, entre outras.

Habilidades da computação

Não há.

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF14/ES
EF35EF15Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Unidade Temática

Lutas

Habilidade

EF35EF14/ES

Planejar e utilizar técnicas e estratégias básicas (desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa) das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena, africana, oriental, europeia, ocidental entre outras experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.

Objeto de conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional;

Lutas de matriz indígena, africana, oriental, europeia entre outras.

- Ações de ataque/defesa das lutas vistas anteriormente;
- Riscos relacionados ao corpo do/a adversário/a presentes nessas disputas.

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15

EF35EF13/ES
EF35EF15

Expectativas de aprendizagem

- Identificar as técnicas básicas de desequilíbrio, contusão, imobilização e exclusão de espaço utilizadas nas lutas do contexto comunitário e regional, bem como nas lutas de matriz indígena, africana, oriental e europeia;
- Utilizar as técnicas de forma controlada e segura durante a prática das lutas, garantindo que o respeito ao oponente seja mantido em todas as interações;
- Adaptar as técnicas e estratégias planejadas conforme necessário durante as práticas, demonstrando flexibilidade e criatividade na resolução de desafios.

Temas integradores



Habilidades relacionadas

Não há.



Sugestões de materiais

1º TRIMESTRE

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15

**Unidade Temática**

Lutas

Habilidade**EF35EF15**

Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.

Objeto de conhecimento**Lutas do contexto comunitário e regional;****Lutas de matriz oriental, europeia, entre outras**

- Descrição (histórico, materiais, estilos, espaços, regras e outros aspectos) das lutas abordadas anteriormente;
- Distinção entre luta e briga e entre luta, dança, arte e esporte de alto rendimento.

Habilidades da computação

Não há.

Práticas sugeridas dos
cadernos metodológicos

Sugestões de materiais

EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES
EF35EF15EF35EF13/ES
EF35EF14/ES**1º TRIMESTRE**

EF35EF07-05/ES

EF35EF08

EF35EF09/ES

EF35EF10/ES

EF35EF11/ES

EF35EF12

2º TRIMESTRE

EF35EF01-05/ES

EF35EF02-05/ES

EF35EF03-05/ES

EF35EF04

EF35EF05-05/ES

EF35EF06

3º TRIMESTRE

EF35EF05-05/ES

EF35EF13/ES

EF35EF14/ES

EF35EF15



GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO
Secretaria da Educação

