

**Conteúdos e Habilidades das Disciplinas do Ensino Fundamental**  
**Educação Física**

## REFORMULAÇÃO DAS DIRETRIZES CURRICULARES DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Segundo a resolução nº 4, de 13 de julho de 2010 que define as Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Básica, em seu artigo 3º, nos diz sobre os objetivos de cidadania e dignidade da pessoa, que pressupõe igualdade, liberdade, pluralidade, diversidade, respeito, justiça social, solidariedade e sustentabilidade. Justamente, já havia preocupações relevantes para uma mudança positiva para acompanhar a fase de transição que a educação física escolar sofrera nas dimensões educacionais.

Pensando no desenvolvimento e crescimento dos alunos da rede pública municipal de ensino de Itajaí, em 2012, foi formado um grupo de estudos, baseados no Projeto Educativo de 2000 e no Caderno Metodológico de 2003, que atendessem às novas necessidades curriculares da educação física, no aspecto político, social, econômico, cultural, tecnológico, científico e comportamental. Pois é de suma importância, o professor vincular-se com as mudanças que ocorrem no mundo e na sociedade, discernindo hábitos inseridos pela cultura social.

Os conteúdos da educação física escolar do ensino fundamental – 1º ao 9º ano ganharam autonomia e identidade, inter-relacionando o processo ensino aprendizagem de acordo com o desenvolvimento motor e cognitivo de cada aluno. Ou seja, os conteúdos foram apresentados e formulados, respeitando o amadurecimento e a individualidade de cada criança e adolescente, direcionados na sua realidade escolar e social.

A estrutura da nova metodologia de ensino acompanhou os parâmetros curriculares nacionais da educação física: esportes, jogos, lutas e ginásticas/ atividades rítmicas e expressivas/ conhecimento sobre o corpo. Onde cada professor, no seu estabelecimento de ensino, distribuirá a maneira mais diversificada e adequada às possibilidades e necessidades de cada contexto.

Os conteúdos da Educação Física para o Ensino Fundamental foram difundidos no grupo de estudos com o objetivo de desenvolver conhecimentos de grandes amplitudes teóricas e práticas que identifiquem e organizem a disciplina, tendo em vista sua compreensão no contexto escolar. Uma reinterpretação e redefinição de valores e normas e também dos procedimentos que definem a avaliação.

Garantir aos alunos uma reflexão sobre a cultura corporal do movimento, através dos esportes, jogos, brincadeiras, ginásticas, lutas, dança e atividades que estimulem hábitos saudáveis é trazer ao aluno, sua história, sua cultura, suas manifestações, abordando a ludicidade e o prazer em movimentar-se.

As atividades pré-desportivas, os esportes são entendidas nesse trabalho, como um fenômeno social e cultural que, em suas várias manifestações metodológicas tornam uma ferramenta de aprendizado para o lazer, para o aprimoramento da saúde e para integrar os sujeitos em suas relações sociais. Contudo, o Profissional não poderá negligenciar a reflexão crítica, pois senão cairão na sobrepujança, competitividade e individualismo, tornando a disciplina sem destaque no cotidiano escolar.

Assim, contemplarão desde a adaptação, o aprendizado e o aperfeiçoamento das técnicas, regras das modalidades esportivas, tendo em vista, a amplitude de informações coerentes daquela realidade social. Existirão momentos de reflexão sobre a mídia e a sociedade, esporte e cidadania, atividades esportivas e seu momento histórico.

No caso dos jogos e brincadeiras, os alunos aprendem a respeitar os combinados, a liberdade e os limites, sem esquecer do lúdico. É muito importante para a construção do relacionamento do eu com o outro, sem a subordinação de um sujeito para o outro. Nas brincadeiras existem posições hierárquicas que mudam de acordo com a situação do jogo. Geralmente o mais habilidoso assume o papel com maior liderança, é aí que entra a intervenção do Profissional, de modo discreto, quase imperceptível e sendo em alguns momentos, parte da “brincadeira” com a finalidade de intermeter-se na reflexão do aluno, fazendo um exercício crítico das práticas que reforçam esse tipo de conduta exacerbada. Os trabalhos com jogos e brincadeiras são importantíssimos para o desenvolvimento do ser humano.

A ginástica deve dar condições ao aluno de reconhecer as possibilidades do seu corpo. Onde privilegiam o bom desempenho de grupos musculares e aprimoramento do desempenho físico, assim como nas lutas, onde o aluno aprenderá as mais variadas formas da cultura humana e suas simbologias.

A dança constitui uma experiência corporal fantástica, onde o conteúdo apresenta as possibilidades de superação de limites, expressões artísticas, sensualidade, estética, criatividade e acima de tudo, aprofundamento na consciência crítica reflexiva com seus significados,

instituindo diferentes situações, aprendendo sobre as manifestações culturais e expressivas que cercam o aluno.

Considerando que a educação física escolar ingressa a criança na sociedade, ensina a seguir regras, ajuda a superar a timidez, freia seus impulsos excessivos, torna o aluno mais colaborador e menos individualista, reconhece e respeita a hierarquia, produz um aumento generalizado do movimento coordenado, expande suas possibilidades motoras, ajuda no seu crescimento, potencializa a criação e regularização de hábitos mais saudáveis, desenvolve seu prazer pelo movimento, estimula a higiene e a saúde, ensina a ter responsabilidades. Fica claro então, a finalidade nos diversos ciclos do processo ensino-aprendizagem, onde o Profissional, como mediador da educação corporal, poderá realizar influencias positiva, onde os resultados serão vistos pela sociedade como ponte para hábitos mais saudáveis e coerentes de vida.

## **PRESSUPOSTO DA DISCIPLINA**

A Educação Física é de suma importância, sobretudo como uma disciplina pedagógica e educadora que através do movimento interage com a realidade das crianças de forma lúdica e recreativa, auxiliando o desenvolvimento psicomotor.

As influencias exercidas pelos jogos e brincadeiras na idade escolar favorecem a inclusão dos conteúdos da educação física. Portanto, as atividades vivenciadas pelos educandos possibilitam a relação entre o compreender e o realizado, solucionando problemas da ordem corporal em diferentes contextos, regulando e dosando o esforço em um nível compatível com as possibilidades, que o aperfeiçoamento e o desenvolvimento das competências corporais decorrem de perseverança e regularidade e devem ocorrer de modo saudável e equilibrado.

Dada a importância da ação da disciplina sobre a organização do individuo, é indispensável um trabalho educativo que venha promover um melhor desenvolvimento das potencialidades na reeducação do movimento, caracterizando e formando cidadãos saudáveis com uma boa qualidade de vida.

## **OBJETIVOS GERAIS**

O trabalho de Educação Física nos anos do ensino fundamental, possibilita aos alunos terem desde cedo, a oportunidade de desenvolver habilidades culturais, esportivas e sociais, participando de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas com os outros, reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminar por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais, adquirindo atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência, conhecendo e valorizando o corpo em movimento, respeitando a pluralidade de manifestações de cultura corporal do Brasil e do mundo, percebendo-as como recurso valioso para a integração entre pessoas e entre diferentes grupos sociais. Reconhecendo a educação física, como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionado-os com os efeitos sobre a própria saúde e de recuperação, manutenção e melhoria da saúde coletiva.

## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Auxiliar o desenvolvimento das áreas cognitivas, sócio-afetivas e físico-motor compatíveis com a idade;
- Estimular o interesse pela pratica das atividades físicas nas ginásticas naturais, pré-desporto, atividades recreativas de forma organizada.
- Favorecer o desenvolvimento físico, o controle do corpo e dos segmentos;
- Favorecer as atitudes e a sociabilidade na pratica da educação física escolar.
- Apresentar meios que educando interaja com expressão corporal de uma maneira natural.
- Desenvolver noções e conhecimentos sobre higiene, saúde, formação corporal, esportes, recreação, atividades complementares, organização, participação de jogos.

## METODOLOGIA DO ENSINO- APRENDIZAGEM DA EDUCAÇÃO FÍSICA

É fundamental definir o papel da Educação Física no universo escolar para direcionarmos as aulas oportunizando o leque de vantagens que essa disciplina favorece no aprendizado dos alunos. Entende-se que o desenvolvimento das atividades corporais e lúdicas tem a sua devida importância no processo de formação global dos educandos. Precisamos garantir a permanência desta disciplina no processo ensino aprendizagem formal e valorizar o seu verdadeiro valor na formação das crianças na idade escolar.

A Educação Física, enquanto componente curricular da educação básica deve introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e dança, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade de vida. (BETTI,1992,p.282)

Portanto é tarefa do PROFESSOR de Educação Física Escolar atuar sempre em foco com a LUDICIDADE e o BRINCAR de forma organizada, planejada e direcionada.

As atividades lúdicas, representadas pelos jogos, pelo desenvolvimento pré esportivos, pelas brincadeiras, pelas atividades rítmicas e expressivas, pelas lutas, enfim, pelos conteúdos da educação física escolar do ensino fundamental deve desenvolver o aprendizado de maneira mais prazerosa possível, proporcionando as crianças e adolescentes momentos únicos de alegria, diversão com comprometimento no desenvolvimento integral (social e afetivo, psicomotor e cognitivo) dos educandos, trazendo a responsabilidade e o aprendizado no cotidiano dessas crianças.

A ludicidade é uma necessidade de crescimento no conhecimento da criança e adolescente em todas as idades, não podendo apenas ser vista como lazer ou momentos de prazer, mas sim em desenvolver a criatividade, a socialização com o próximo, o raciocínio, a coordenação motora.

Ao permitir a manifestação do imaginário infantil, por meio de objetos simbólicos dispostos intencionalmente, à função pedagógica subsidia o desenvolvimento integral da criança. Neste sentido, qualquer jogo empregado na escola, desde que respeite a natureza do ato lúdico, apresenta caráter educativo e pode receber também a denominação geral de jogo educativo (KISHIMOTO, 2001, p.83).

Assim sendo as aulas de educação física não precisam somente ser desenvolvidas nos espaços específicos a pratica de movimentos corporais, mas ser vista como disciplina, no aprendizado integrado as outras disciplinas. A teoria e a pratica caminhando juntas no despertar do conhecimento. Planejamentos coerentes, projetos interdisciplinares, pesquisas, movimentos corporais, pratica de atividades físicas e abordagens sobre a saúde e higiene fazem da educação física uma disciplina flexível com as diversidades encontradas em diversos ambientes escolares.

(...) é preciso que se operacionalizem os conteúdos da EF em atividades de nível prático e em atividades de nível teórico. Ambas devem ser dispostas numa visão de unidade, sem que isso signifique uma descaracterização da disciplina, a perda de sua identidade e de sua legitimidade. A prática pedagógica da EF na escola, fundamentalmente, materializa-se na forma de aula. Por ser aula, possui atividades de nível teórico e de nível prático que interagem entre si. Então, as atividades são, na verdade, teórico-práticas. São práxis da EF.” (JEBER, 2003: 113)

Portanto, o lúdico direcionado, aulas teóricas- práticas e o planejamento interdisciplinar são os alicerces das aulas de educação física, oportunizando o desenvolvimento dos alunos e criando uma consciência única e inesquecível aos educandos quanto a pratica corporal organizada, coerente e estruturada.

# PLANEJAMENTO ANUAL ENSINO FUNDAMENTAL

## Anos Iniciais e Anos Finais

### 1º ANO

#### Objetivos Específicos

- a) Aspecto afetivo
  - Respeitar a si e aos outros
  - Socializar e participar das atividades propostas
  - Despertar o interesse pela prática das atividades físicas e da recreação
  - Realizar as instruções individuais e coletivas
  
- b) Aspecto psicomotor
  - Expressar naturalmente por movimentos, tendo como referencia o corpo, materiais, objetos, pessoas
  - Expressar naturalmente nos movimentos em diferentes ritmos e danças folclóricas, educacionais e culturais.
  - Desenvolver o controle de contração e relaxamento muscular
  
- c) Aspecto cognitivo
  - Identificar os locais de pratica recreativos, esportivos e escolar
  - Demonstrar conhecimento do corpo, parado e em movimento assegurando o seu domínio
  - Identificar os materiais usados nas aulas de Educação Física
  - Ter noção de higiene pessoal, postura, alimentação, vestuário, ordem e disciplina
  - Identificar diferentes ritmos e danças folclóricas, educacionais e culturais, compatível com a idade.

#### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportiva
- Recreação
- Atividades complementares

#### **Expectativas de aprendizagem**

- Realizar movimentação simples e deslocamentos de forma natural em condições normais
- Executar movimentos ginásticos por imitação
- Executar o manejo de objetos e materiais compatíveis com a capacidade e o interesse
- Praticar formas de recreação através de jogos (sensitivos, motores, cognitivos, sociais e afetivos)
- Observar, executar, formar conceitos desenvolvendo os conteúdos.

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

Avaliação Inicial  
Teste diagnóstico  
Teste lateralidade  
Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Atividades naturais:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Andar</li><li>• Correr</li><li>• Saltar</li><li>• Sentar</li></ul> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Equilíbrio</li><li>• Coordenação motora geral</li><li>• Atividades sem elementos</li><li>• Noções de ritmo</li><li>• Conhecimento sobre o corpo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar os movimentos naturais (andar, saltar, correr e sentar) através de <u>atividades lúdicas</u>;</li><li>• Vivenciar as possibilidades e limitações do corpo em movimento (exercícios de equilíbrio);</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação geral (ampla e fina);</li><li>• Vivenciar brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem música;</li><li>• Vivenciar e experimentar as possibilidades e limitações do corpo através da brincadeira e do lúdico.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de correr e saltar</li><li>• Exercícios de correr e saltar</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos e brincadeiras que estimulem as habilidades motoras de correr e saltar;</li><li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Contestes (circuitos e estafetas)</li><li>• Rodas cantadas</li><li>• Brinquedos cantados</li><li>• Jogos simbólicos</li><li>• Aula historiada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras cantadas;</li><li>• Participar de jogos e brincadeiras com ênfase na ludicidade e na cooperação;</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Desenvolver atividades de imitação e representação simbólica</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante várias situações lúdicas;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>

**II BIMESTRE**  
**(Maio – Junho – Julho)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p align="center"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Atividades naturais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Andar</li> <li>• Correr</li> <li>• Saltar</li> <li>• Sentar</li> <li>• Deitar</li> <li>• Saltitar</li> <li>• Galopar</li> <li>• Transpor</li> </ul> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordenação motora geral</li> <li>• Equilíbrio</li> <li>• Atividades com elementos (bolas)</li> <li>• Exercícios rítmicos com e sem música</li> <li>• Orientação espacial</li> <li>• Tonicidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar os movimentos naturais (andar, saltar, correr, sentar, deitar, saltitar, galopar e transpor) através de atividades lúdicas;</li> <li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motora: equilíbrio, orientação espacial e tonicidade</li> <li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora geral (ampla e fina)</li> <li>• Vivenciar brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem música</li> </ul>
<p align="center"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de correr e saltar</li> <li>• Exercícios de correr e saltar</li> <li>• Exercícios com bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar jogos e brincadeiras que estimulem as habilidades motoras de correr e saltar;</li> <li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais com e sem bola</li> </ul>
<p align="center"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contestes</li> <li>• Rodas cantadas</li> <li>• Brinquedos cantados</li> <li>• Jogos com sucata e materiais alternativos</li> <li>• Danças folclóricas e educativas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras cantadas;</li> <li>• Participar de jogos e brincadeiras com ênfase na ludicidade e na cooperação;</li> <li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li> <li>• Desenvolver atividades de imitação e representação simbólica</li> <li>• Construir brinquedos com materiais alternativos</li> <li>• Experimentar e vivenciar atividades lúdicas que desenvolvam o folclore através de movimentos corporais com músicas.</li> </ul>
<p align="center"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas;</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li> </ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Atividades naturais:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tracionar</li><li>• Empurrar</li><li>• Apoiar</li><li>• Levantar</li><li>• Arremessar</li></ul> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Coordenação motora geral</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li><li>• Atividades com elementos (bolas, cordas, arcos)</li><li>• Exercícios rítmicos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar os movimentos naturais (tracionar, empurrar, apoiar, levantar e arremessar) através de atividades lúdicas;</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motora: agilidade e equilíbrio;</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação geral (ampla e fina) através de bolas, cordas, arcos;</li><li>• Vivenciar brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem musica.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de correr, saltar e arremessar</li><li>• Exercícios de correr e saltar</li><li>• Exercícios com bola</li><li>• Exercícios com materiais alternativos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos e brincadeiras que estimulem as habilidades de correr, saltar e arremessar;</li><li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais com e sem bola, arcos e cordas</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Contestes</li><li>• Rodas cantadas</li><li>• Brinquedos cantados</li><li>• Brincadeiras populares</li><li>• Jogos com bola e outros materiais</li><li>• Jogos simbólicos</li><li>• Danças folclóricas e educativas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras cantadas;</li><li>• Participar de jogos e brincadeiras com ênfase na ludicidade e na cooperação;</li><li>• Desenvolver atividades de imitação e representação simbólica</li><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos;</li><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos</li><li>• Recriar jogos e brincadeiras</li><li>• Identificar e vivenciar as danças da cultura folclórica</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>



**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final: Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Atividades naturais:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transportar</li><li>• Tregar</li><li>• Rolar</li><li>• Rastejar</li></ul> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Elasticidade</li><li>• Flexibilidade</li><li>• Lateralidade</li><li>• Atividades com e sem elementos</li><li>• Coordenação motora geral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar os movimentos naturais (transportar, trepar, rolar, rastejar) através de atividades lúdicas;</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motora: esquema corporal, direcionalidade e lateralidade;</li><li>• Vivenciar as possibilidades e limitações do corpo em movimento com atividades de alongamentos, flexibilidade, contração e relaxamento do tônus muscular;</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação geral (ampla e fina);</li><li>• Vivenciar brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem musica.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de correr, saltar e arremessar</li><li>• Exercícios de correr e saltar</li><li>• Exercícios com bola</li><li>• Exercícios com materiais alternativos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos e brincadeiras que estimulem as habilidades de correr, saltar e arremessar;</li><li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais com e sem bola, arcos, cordas e materiais alternativos;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras com auxílio do material pedagógico de acordo com os níveis de conhecimentos e experiências dos alunos para que os mesmos possam conhecer e praticar.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Contestes</li><li>• Rodas cantadas</li><li>• Brinquedos cantados</li><li>• Brincadeiras populares</li><li>• Jogos com bola e outros materiais</li><li>• Jogos simbólicos</li><li>• Danças folclóricas e educativas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras cantadas</li><li>• Participar de jogos e brincadeiras com ênfase na ludicidade e na cooperação</li><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Recriar jogos e brincadeiras</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Identificar e vivenciar as danças da cultura folclóricas</li><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos</li><li>• Composição e apresentação de frases por meio de gestos</li><li>• Desenvolver atividade de imitação e representação simbólica no contexto da dança</li><li>• Circuitos psicomotores</li></ul>

### **Atividades Complementares**

- Higiene pessoal e ambiental
  - Hábitos alimentares saudáveis
  - Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)
  - Manifestações culturais
- Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas;
  - Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;
  - Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...
  - Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;
  - Vivenciar as manifestações culturais.

## 2º ANO

### Objetivos Específicos

#### a) Aspecto afetivo

- Respeitar a si e aos outros, favorecendo a integração social aos dois sexos.
- Organizar o autocontrole e harmonia de forma pessoal e geral,
- Participar de forma espontânea nos jogos competitivos e nas atividades propostas, demonstrando iniciativa e responsabilidade
- Contribuir com a equipe cooperando e incentivando os colegas.

#### b) Aspecto psicomotor

- Desenvolver as qualidades físicas necessárias a participação nas atividades esportivas individuais e recreação coletiva.
- Desenvolver a coordenação geral e agilidade simples.
- Vivenciar as formas rítmicas das danças folclóricas, educacionais e culturais.
- Desenvolver o controle de contração e relaxamento muscular

#### c) Aspecto cognitivo

- Identificar e executar as formas de movimentação para jogos e movimentos naturais.
- Compreender as instruções coletivas e normas disciplinares
- Conhecer o corpo como parte do organismo, dos movimentos e dos ritmos para boa execução das atividades
- Conhecer as regras básicas ensinadas
- Identificar noções de prevenção de acidentes e higiene pessoal.

### Conteúdos

- Ginásticas
- Jogos
- Atividades Pré-Desportiva
- Recreação
- Atividades complementares

### Expectativas de aprendizagem

- Praticar atividades individuais e em grupo dos diferentes exercícios naturais ou construídos usando materiais – bolas, arcos, massas, alternativos.
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Executar atividades do esquema corporal, lateralidade.
- Conhecimento sobre noções de prevenção de acidentes e higiene pessoal e coletiva

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

Avaliação Inicial  
Teste diagnóstico  
Teste coordenação motora ampla  
Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica natural</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Formação do movimento mediante ginástica com e sem elementos</li><li>• Coordenação motora geral</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li></ul> <p>Esquema corporal</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lateralidade</li><li>• Orientação espaço temporal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar os movimentos naturais (andar, saltar, correr e sentar) através de atividades lúdicas;</li><li>• Vivenciar as possibilidades e limitações do corpo em movimento (exercícios de equilíbrio e agilidade);</li><li>• (Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motora: orientação espaço-temporal, direcionalidade, lateralidade)</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora ampla</li><li>• Experimentar e identificar as várias possibilidades de movimentos mediante a ginástica com ou sem elementos</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Corridas</li><li>• Jogos de intensidade Fraca e moderada</li><li>• Atividades de baixa organização</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar diferentes formas e situações de jogo;</li><li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos sensoriais</li><li>• Jogos cooperativos</li><li>• Jogos simbólicos e de construção</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação;</li><li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos;</li><li>• Identificar e realizar jogos simbólicos;</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos;</li><li>• Desenvolver atividades de imitação e representação simbólica;</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>

**II BIMESTRE**  
**(Maio – Junho – Julho)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de postura e locomoção</li> <li>• Exercícios de reprodução de movimentos</li> <li>• Tonicidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e vivenciar atividades corporais que desenvolvam as habilidades motoras: equilíbrio, coordenação motora, direcionalidade, percepção, atenção, coordenação motora, noção espaço-temporal;</li> <li>• Estimular o desenvolvimento do tônus muscular</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contestes:</li> <li>• Exercícios de habilidades praticando o manejo de bolas</li> <li>• Atividades lúdicas visando formas de lançamentos e naturalidade ao golpear</li> <li>• Jogos em linha</li> <li>• Jogos em círculo</li> <li>• Jogos corrida variada</li> <li>• Jogos de interpretação</li> <li>• Jogos de construção</li> <li>• Jogos cooperativos</li> <li>• Jogos simbólicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais com e sem bola</li> <li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos</li> <li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li> <li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li> <li>• Identificar e realizar jogos simbólicos</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinquedos cantados</li> <li>• Atividades utilizando sucatas e materiais alternativos</li> <li>• Danças folclóricas e educativas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li> <li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li> <li>• Identificar e vivenciar as danças da cultura folclóricas</li> <li>• Identificar e vivenciar as brincadeiras cantadas</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante várias situações lúdicas;</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li> </ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica e habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de postura e locomoção</li><li>• Criação do movimento</li><li>• Formação do movimento ginástico com e sem elementos</li><li>• Coordenação geral</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li><li>• Lateralidade</li><li>• Atividades rítmicas e expressivas com e sem músicas</li></ul> <p>Ginástica de solo e aparelhos</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de autocontrole corporal e sensorial</li><li>• Exercícios sem aparelhos</li><li>• Exercícios com aparelhos</li><li>• Saltos e domínio do corpo no ar</li><li>• Apoios</li><li>• Rolamento frontal, lateral e dorsal</li><li>• Tração, apoio, subir, saltar utilizando o banco suco e/ou materiais alternativos</li></ul> <p>Atividades naturais: na barra de equilíbrio</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Andar</li><li>• Correr</li><li>• Saltar</li><li>• Sentar</li><li>• Deitar</li><li>• Saltitar</li><li>• Transpor</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem música;</li><li>• Identificar e experimentar os movimentos naturais através de atividades lúdicas e materiais alternativos;</li><li>• Identificar e vivenciar atividades corporais que desenvolvam habilidades motoras: lateralidade, coordenação motora, agilidade, equilíbrio, percepção, atenção;</li><li>• Identificar e vivenciar os vários tipos de ginástica: natural, rítmica, acrobática, circense</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos motores</li><li>• Jogos de tabuleiros</li><li>• Jogos de mesa</li><li>• Jogos cooperativos</li><li>• Jogos simbólicos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar os jogos simbólicos e cooperativos</li><li>• Conhecer e praticar os jogos de tabuleiro: xadrez, dama, ludo, jogo da velha, trilha</li><li>• Conhecer e praticar os jogos de mesa: pimbolim, tênis de mesa, etc.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante várias situações lúdicas;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>

**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final:  
Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de iniciação e adaptação pré-desportivas de forma lúdica.</li><li>• Contestes – exercícios de habilidade praticando o manejo de bolas para desenvolver apreensão, condução, formas de lançamento e naturalidade ao golpear.</li><li>• Jogos destreza geral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógicos de acordo com os níveis de conhecimento e experiência dos alunos para que os mesmo possam conhecer e praticar os jogos pré desportivos</li><li>• Identificar e vivenciar as diferentes modalidades esportivas tendo como o principio lúdico, a participação e a inclusão de todos os educandos Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Construção de Brinquedos populares</li><li>• Brincadeiras populares</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras populares</li><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Recriar jogos e brincadeiras</li><li>• Conhecer e praticar os jogos e brincadeiras das famílias</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas;</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico;</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida;</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>

## 3º ANO

### Objetivos Específicos

#### d) Aspecto afetivo

- Respeitar a si e aos outros, favorecendo a integração social aos dois sexos.
- Organizar o autocontrole e harmonia de forma pessoal e geral,
- Participar de forma espontânea nos jogos competitivos e nas atividades propostas, demonstrando iniciativa e responsabilidade
- Contribuir com a equipe cooperando e incentivando os colegas.

#### e) Aspecto psicomotor

- Desenvolver as qualidades físicas necessárias a participação nas atividades esportivas individuais e recreação coletiva.
- Desenvolver a coordenação geral e agilidade simples.
- Vivenciar as formas rítmicas e expressivas das danças folclóricas, educacionais e culturais.
- Desenvolver o controle de contração e relaxamento muscular

#### f) Aspecto cognitivo

- Identificar e executar as formas de movimentação para jogos e movimentos naturais.
- Compreender as instruções coletivas e normas disciplinares
- Conhecer o corpo como parte do organismo, dos movimentos e dos ritmos para boa execução das atividades
- Conhecer as regras básicas ensinadas
- Identificar noções de prevenção de acidentes e higiene pessoal.

### Conteúdos

- Ginásticas
- Jogos
- Dança
- Atividades Pré-Desportiva
- Recreação
- Atividades complementares

### Expectativas de aprendizagem

- Praticar atividades individuais e em grupo dos diferentes exercícios naturais ou construídos usando materiais – bolas, arcos, massas, alternativos.
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Executar atividades do esquema corporal, lateralidade.
- Conhecimento sobre noções de prevenção de acidentes e higiene pessoal e coletiva
- Explicar os conhecimentos aprendidos registrando-os através de desenhos, textos, painéis.



**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

Avaliação Inicial  
Teste diagnóstico  
Teste coordenação motora ampla  
Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica natural e habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Formação do movimento mediante ginástica com e sem elementos</li><li>• Coordenação motora geral</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li></ul> <p>Esquema corporal</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lateralidade</li><li>• Orientação espaço temporal</li><li>• Tonicidade</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar os movimentos naturais (andar, saltar, correr e sentar) através de atividades lúdicas</li><li>• Vivenciar as possibilidades e limitações do corpo em movimento (exercícios de equilíbrio e agilidade)</li><li>• (Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motora: orientação espaço-temporal direcionalidade, lateralidade)</li><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora geral</li><li>• Desenvolver as possibilidades de limitações do corpo mediante o tônus muscular</li><li>• Experimentar e identificar as várias possibilidades de movimentos mediante a ginástica com ou sem elementos</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de iniciação e adaptação pré-desportivas de forma lúdica.</li><li>• Contestes – exercícios de habilidade praticando o manejo de bolas para desenvolver apreensão, condução, formas de lançamento e naturalidade ao golpear.</li><li>• Jogos destreza geral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar diferentes formas e situações de jogo</li><li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos sensoriais</li><li>• Jogos motores</li><li>• Jogos cooperativos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li><li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Participar de circuitos psicomotores</li><li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li></ul>

**II BIMESTRE**  
**(Maio – Junho – Julho)**

CONTEÚDOS	HABILIDADES
<p align="center"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Esquema corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de postura e locomoção</li> <li>• Exercícios de reprodução de movimentos</li> <li>• Tonicidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e vivenciar atividades corporais que desenvolvam as habilidades motoras: equilíbrio, coordenação motora, direcionalidade, percepção, atenção, coordenação motora, noção espaço-temporal</li> <li>• Estimular o desenvolvimento do tônus muscular</li> </ul>
<p align="center"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contestes:</li> <li>• Atividades desenvolvendo o manejo de bolas, arcos e bastões</li> <li>• Atividades lúdicas utilizando materiais diversificados</li> <li>• Jogos de interpretação</li> <li>• Jogos de construção</li> <li>• Jogos cooperativos</li> <li>• Jogos simbólicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais com e sem material</li> <li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos</li> <li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li> <li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li> <li>• Identificar e realizar jogos simbólicos</li> </ul>
<p align="center"><b>Dança</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades lúdicas visando à iniciação do conhecimento da dança</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos respeitando o ritmo de cada um</li> <li>• Valorizar a dança como linguagem corporal, produto da cultura humana que pode desenvolver o potencial artístico e criativo dos alunos</li> </ul>
<p align="center"><b>Recreação</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brincadeiras populares</li> <li>• Atividades utilizando sucatas e materiais alternativos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li> <li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li> <li>• Identificar, compreender e experimentar as brincadeiras tradicionais e populares</li> </ul>
<p align="center"><b>Atividades Complementares</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante várias situações lúdicas</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li> </ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica e habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de postura e locomoção</li><li>• Criação do movimento</li><li>• Formação do movimento ginástico com e sem elementos</li><li>• Coordenação geral</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li><li>• Lateralidade</li></ul> <p>Ginástica de solo e aparelhos</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de autocontrole corporal e sensorial</li><li>• Exercícios sem aparelhos</li><li>• Exercícios com aparelhos</li><li>• Saltos e domínio do corpo no ar</li><li>• Apoios</li><li>• Rolamento frontal, lateral e dorsal</li><li>• Tração, apoio, subir, saltar utilizando o banco suco e/ou materiais alternativos</li></ul> <p>Atividades naturais: na barra de equilíbrio</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Andar</li><li>• Correr</li><li>• Saltar</li><li>• Sentar</li><li>• Deitar</li><li>• Saltitar</li><li>• Galopar</li><li>• Transpor</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e vivenciar os vários tipos de ginástica: natural, rítmica, acrobática, circense</li><li>• Vivenciar, identificar os movimentos naturais (andar, saltar, trepar, rolar, correr, balancear, equilibrar) através de atividades lúdicas</li><li>• Vivenciar, identificar e compreender as limitações do corpo em movimento (exercícios de alongamentos, flexibilidade, contração e relaxamento do tônus muscular, respiração...)</li><li>• Experimentar e compreender atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motoras: coordenação motora geral, propriocepção, orientação espacial, controle visual motor</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p>culturais (origens) motores de tabuleiros de mesa cooperativos simbólicos</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar os jogos simbólicos e cooperativos</li><li>• Conhecer e praticar os jogos de tabuleiro: xadrez, dama, ludo, jogo da velha, trilha</li><li>• Conhecer e praticar os jogos de mesa: pimbolim, tênis de mesa, etc.</li><li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li><li>• Conhecer, compreender e praticar os jogos da cultura da família e da cultura local</li><li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Dança</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades lúdicas visando à iniciação do conhecimento da dança</li><li>• Atividades rítmicas e expressivas com e sem músicas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos respeitando o ritmo de cada um</li><li>• Valorizar a dança como linguagem corporal, produto da cultura humana que pode desenvolver o potencial artístico e criativo dos alunos</li><li>• Vivenciar, identificar e compreender brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem música</li></ul>

### **Atividades Complementares**

- Higiene pessoal e ambiental
  - Hábitos alimentares saudáveis
  - Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)
  - Manifestações culturais
- Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas
  - Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico
  - Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...
  - Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida
  - Vivenciar as manifestações culturais.

**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades pré- desportivas de forma lúdica.</li><li>• Jogos destreza geral</li><li>• Jogos de intensidade moderada a forte com e sem elementos</li><li>• Iniciação aos grandes jogos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógicos de acordo com os níveis de conhecimento e experiência dos alunos para que os mesmo possam conhecer e praticar os jogos pré desportivos</li><li>• Identificar e vivenciar as diferentes modalidades esportivas tendo como o principio lúdico, a participação e a inclusão de todos os educandos</li><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Construção de Brinquedos populares</li><li>• Brincadeiras populares</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras populares</li><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Recriar jogos e brincadeiras</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Dança</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades lúdicas visando à iniciação do conhecimento da dança</li><li>• Atividades rítmicas e expressivas com e sem musicas</li><li>• Brincadeiras de criação coreográficas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos respeitando o ritmo de cada um</li><li>• Valorizar a dança como linguagem corporal, produto da cultura humana que pode desenvolver o potencial artístico e criativo dos alunos</li><li>• Vivenciar, identificar e compreender brincadeiras e atividades rítmicas diversificadas com e sem musica</li><li>• Criar e realizar movimentos espontâneos e composição coreográfica individual e coletivamente</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Atividades Complementares</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li></ul>

## 4º ANO

### Objetivos Específicos

#### a) Aspecto afetivo

- Aceitação dos resultados próprios da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeito às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstração de gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, instituição e aos pais.
- Disposição para receber e responder a todos os estímulos do movimento as atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### b) Aspecto psicomotor

- Prática natural das formas dinâmicas da movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos com e sem elementos e em aparelhos
- Utilização correta dos fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos e na iniciação pré-desportiva.
- Manejo natural, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas

#### c) Aspecto cognitivo

- Conhecimento dos diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica de solo.
- Conhecimento de regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realização das capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.

### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportiva
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### **Expectativas de aprendizagem**

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica rítmica e artística
- Executar exercícios ginástica de solo e com aparelhos.
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar ginástica formativa com e sem elementos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Praticar movimentos relevantes relacionadas a lutas
- Praticar os jogos e brincadeiras da cultura popular brasileira
- Executar diversos movimentos relacionados a atividades rítmicas e expressivas

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formação do movimento mediante ginástica com e sem elementos</li> <li>• Coordenação motora ampla e fina</li> <li>• Equilíbrio</li> <li>• Agilidade</li> <li>• Velocidade</li> <li>• Resistência</li> </ul> <p>Esquema corporal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lateralidade</li> <li>• Orientação espaço temporal</li> <li>• Sensibilização corporal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora geral</li> <li>• Experimentar, identificar e compreender as várias possibilidades de movimentos através da ginástica.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Esportes e cidadania – ludicidade nas diferentes modalidades esportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar diferentes formas de movimentos e situações lúdicas interagindo o esporte como fonte de aprendizagens de cidadania e respeito</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos cooperativo</li> <li>• Jogos competitivos</li> <li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiro)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li> <li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li> <li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li> <li>• Participar de circuitos psicomotores</li> <li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li> <li>• Expressar relações equilibradas de convivências superando a discriminação</li> <li>• Criação de regras</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li> </ul>

**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de postura e locomoção</li><li>• Exercícios de reprodução de movimentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e vivenciar atividades corporais que desenvolvam as habilidades motoras: equilíbrio, coordenação motora, direcionalidade, percepção, atenção, coordenação motora, noção espaço temporal</li><li>• Estimular o desenvolvimento do tônus muscular</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Iniciação aos esportes coletivos de forma lúdica e dinâmica</li><li>• Jogos de regras</li><li>• Jogos de destreza geral</li><li>• Grandes jogos</li><li>• Introdução a historia das modalidades esportivas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar diferentes formas de movimentos e situações lúdicas interagindo as derivações dos esportes coletivos</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular brasileira</li><li>• Brincadeiras e brinquedos populares</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Identificar, compreender e experimentar brincadeiras tradicionais e populares da cultura brasileira</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Dança</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras de criação coreográfica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos respeitando o ritmo de cada um</li><li>• Valorizar a dança como linguagem corporal, produto da cultura humana que pode desenvolver o potencial artístico e criativo dos alunos.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li></ul>



**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica e habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de postura e locomoção</li> <li>• Criação do movimento</li> <li>• Formação do movimento ginástico com e sem elementos</li> <li>• Coordenação</li> <li>• Equilíbrio</li> <li>• Agilidade</li> <li>• Lateralidade</li> </ul> <p>Ginástica de solo e aparelhos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de autocontrole</li> <li>• Exercícios sem aparelhos</li> <li>• Exercícios com aparelhos</li> <li>• Saltos e domínio do corpo no ar</li> </ul> <p>Atividades naturais: na barra de equilíbrio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Andar</li> <li>• Correr</li> <li>• Saltar</li> <li>• Sentar</li> <li>• Deitar</li> <li>• Saltitar</li> <li>• Galopar</li> <li>• Transpor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e vivenciar os vários tipos de ginástica: natural, rítmica, acrobática, circense</li> <li>• Vivenciar, identificar os movimentos naturais (andar, saltar, trepar, rolar, correr, balancear, equilibrar) através de atividades lúdicas</li> <li>• Vivenciar, identificar e compreender as limitações do corpo em movimento (exercícios de alongamentos, flexibilidade, contração e relaxamento do tônus muscular, respiração...)</li> <li>• Experimentar e compreender atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motoras: coordenação motora geral, propriocepção, orientação espacial, controle visual motor</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades lúdicas visando à iniciação dos conhecimentos das lutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, vivenciar e respeitar de forma lúdica e dinâmica o contato corporal entre os colegas e incentivar a promoção da cultura sobre as lutas</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de destreza geral</li> <li>• Jogos motores</li> <li>• Jogos cognitivos</li> <li>• Contestes: jogos de correr, saltar e golpear</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar os jogos cooperativos</li> <li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li> <li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos e brincadeiras tradicionais</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brincadeiras e brinquedos populares</li> <li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li> <li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li> <li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos, brincadeiras e brinquedos da cultura popular</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito dialoga, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li> </ul>

**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>ATIVIDADES PRÉ – DESPORTIVAS</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de intensidade moderada e forte</li><li>• Jogos de intensidade forte – com elementos e sem elementos</li><li>• Iniciação aos esportes individuais de forma lúdica</li><li>• Desenvolvimento dos esportes coletivos de forma lúdica e dinâmica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógicos de acordo com os níveis de conhecimento e experiência dos alunos para que os mesmo possam conhecer e praticar os jogos pré desportivos das modalidades esportivas individuais e coletivas</li><li>• Identificar e vivenciar as diferentes modalidades esportivas tendo como o principio lúdico, a participação e a inclusão de todos os educandos</li><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular brasileira</li><li>• Brincadeiras e brinquedos populares</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e experimentar jogos e brincadeiras populares do Brasil</li><li>• Construir brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Recriar jogos e brincadeiras</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li></ul>

## 5º ANO

### Objetivos Específicos

#### d) Aspecto afetivo

- Aceitação dos resultados próprios da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeito às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstração de gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, instituição e ao país.
- Disposição para receber e responder a todos os estímulos do movimento as atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### e) Aspecto psicomotor

- Prática natural das formas dinâmicas da movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos com e sem elementos e em aparelhos
- Utilização correta dos fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos e na iniciação pré-desportiva.
- Manejo natural, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas

#### f) Aspecto cognitivo

- Conhecimento dos diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica de solo.
- Conhecimento de regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realização das capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.
- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos através da dança
- Conhecer as manifestações culturais através das lutas.

### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportiva
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### **Expectativas de aprendizagem**

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica rítmica e artística
- Executar exercícios ginástica de solo e com aparelhos.
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar ginástica formativa com e sem elementos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Identificar e experimentar sobre a existência das lutas e sua cultura
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras da cultura regional

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Formação do movimento mediante ginástica com e sem elementos</li><li>• Coordenação motora ampla e fina</li><li>• Equilíbrio</li><li>• Agilidade</li><li>• Velocidade</li><li>• Resistência</li></ul> <p>Esquema corporal</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lateralidade</li><li>• Orientação espaço temporal</li><li>• Sensibilização corporal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora geral</li><li>• Experimentar, identificar e compreender as várias possibilidades de movimentos através da ginástica.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Atletismo/handebol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades pré-desportivas mediante o atletismo de forma lúdica</li><li>• Conteste – exercícios de habilidades desenvolvendo a corrida, velocidade, resistência, saltos e arremessos</li><li>• Atividades pré-desportivas interagindo o handebol de forma lúdica e dinâmica</li><li>• Introdução a história da modalidade de handebol</li><li>• Atividades desenvolvendo o manejo de bola</li><li>• Jogos de destreza geral</li><li>• Grandes jogos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar diferentes formas e situações lúdicas interagindo o atletismo como fonte de aprendizagem</li><li>• Vivenciar diferentes formas de aprendizagens e situações lúdicas interagindo o handebol como fonte de aprendizagem</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos sensoriais</li><li>• Jogos cooperativos</li><li>• Jogos de regras</li><li>• Jogos motores</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li><li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Participar de circuitos psicomotores</li><li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li><li>• Expressar relações equilibradas de convivências, superando a discriminação</li><li>• Criação de regras</li></ul>

### **Atividades Complementares**

- Higiene pessoal e ambiental
  - Hábitos alimentares saudáveis
  - Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)
  - Manifestações culturais
- Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas
  - Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico
  - Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...
  - Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida
  - Vivenciar as manifestações culturais.

**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades de postura e locomoção</li><li>• Exercícios de reprodução de movimentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e vivenciar atividades corporais que desenvolvam as habilidades motoras: equilíbrio, coordenação motora, direcionalidade, percepção, atenção, coordenação motora, noção espaço temporal</li><li>• Estimular o desenvolvimento do tônus muscular</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Voleibol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atividades pré- desportivas interagindo o voleibol de forma lúdica e dinâmica</li><li>• Introdução a historia da modalidade de voleibol</li><li>• Atividades desenvolvendo o manejo de bola</li><li>• Jogos de destreza geral</li></ul> Grandes jogos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar diferentes formas de aprendizagens e situações lúdicas interagindo o voleibol como fonte de aprendizagem</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura regional</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Construir jogos e brinquedos com materiais alternativos como a sucata</li><li>• Conhecer e brincar com brinquedos pedagógicos</li><li>• Identificar, compreender e experimentar as brincadeiras tradicionais e populares da cultura regional do Vale do Itajaí</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Dança</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras de criação coreográficas</li><li>• Atividades rítmicas com e sem musica</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Descobrir as possibilidades de criação de movimentos expressivos respeitando o ritmo de cada um</li><li>• Valorizar a dança como linguagem corporal, produto da cultura humana que pode desenvolver o potencial artístico e criativo dos alunos.</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li></ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica e habilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de postura e locomoção</li> <li>• Criação do movimento</li> <li>• Formação do movimento ginástico com e sem elementos</li> <li>• Coordenação</li> <li>• Equilíbrio</li> <li>• Agilidade</li> <li>• Lateralidade</li> </ul> <p>Ginástica de solo e aparelhos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades de autocontrole</li> <li>• Exercícios sem aparelhos</li> <li>• Exercícios com aparelhos</li> <li>• Saltos e domínio do corpo no ar</li> </ul> <p>Atividades naturais: na barra de equilíbrio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Andar</li> <li>• Correr</li> <li>• Saltar</li> <li>• Sentar</li> <li>• Deitar</li> <li>• Saltitar</li> <li>• Galopar</li> <li>• Transpor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e vivenciar os vários tipos de ginástica: natural, rítmica, acrobática, circense</li> <li>• Vivenciar, identificar os movimentos naturais (andar, saltar, trepar, rolar, correr, balancear, equilibrar) através de atividades lúdicas</li> <li>• Vivenciar, identificar e compreender as limitações do corpo em movimento (exercícios de alongamentos, flexibilidade, contração e relaxamento do tônus muscular, respiração...)</li> <li>• Experimentar e compreender atividades lúdicas que desenvolvam as habilidades perceptivo-motoras: coordenação motora geral, propriocepção, orientação espacial, controle visual motor</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atividades lúdicas visando à iniciação dos conhecimentos das lutas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, vivenciar e respeitar de forma lúdica e dinâmica o contato corporal entre os colegas e incentivar a promoção da cultura sobre as lutas</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Basquetebol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de intensidade moderada e forte</li> <li>• Jogos de intensidade forte – com elementos e sem elementos</li> <li>• Iniciação aos esportes individuais de forma lúdica</li> <li>• Desenvolvimento dos esportes coletivos de forma lúdica e dinâmica - basquetebol</li> <li>• Introdução a história da modalidade de basquetebol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógicos de acordo com os níveis de conhecimento e experiência dos alunos para que os mesmo possam conhecer e praticar os jogos pré desportivos das modalidades esportivas individuais e coletivas</li> <li>• Identificar e vivenciar as diferentes modalidades esportivas tendo como o princípio lúdico, a participação e a inclusão de todos os educandos</li> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li> <li>• Vivenciar diferentes formas de aprendizagens e situações lúdicas interagindo o basquetebol como fonte de aprendizagem</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brincadeiras e brinquedos populares</li> <li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li> <li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li> <li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos, brincadeiras e brinquedos da cultura popular</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene pessoal e ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li> <li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais .</li> </ul>



**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;">Atividades Pré – Desportivas</p> <p style="text-align: center;">Futsal</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de intensidade moderada e forte</li><li>• Jogos de intensidade forte – com elementos e sem elementos</li><li>• Desenvolvimento dos esportes coletivos de forma lúdica e dinâmica - futsal</li><li>• Introdução a historia da modalidade de futsal</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógicos de acordo com os níveis de conhecimento e experiência dos alunos para que os mesmo possam conhecer e praticar os jogos pré desportivos</li><li>• Identificar e vivenciar as diferentes modalidades esportivas tendo como o principio lúdico, a participação e a inclusão de todos os educandos</li><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Vivenciar diferentes formas de aprendizagens e situações lúdicas interagindo o futsal como fonte de aprendizagem</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras e brinquedos populares</li><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros)</li><li>• Iniciação ao tênis de mesa</li><li>• Campeonatos internos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li><li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos, brincadeiras e brinquedos da cultura popular</li><li>• Vivenciar diferentes formas de aprendizagens e situações lúdicas interagindo o tênis de mesa como fonte de aprendizagem</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene pessoal e ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respeitar o ritmo de aprendizagem individual durante varias situações lúdicas</li><li>• Adaptar, criar e experimentar regras e material pedagógico</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar noções de higiene corporal, alimentação e hábitos saudáveis de vida</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais.</li><li>•</li></ul>

## 6º ANO

### Objetivos Específicos

#### Aspecto afetivo

- Aceitar os resultados da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeitar às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstrar gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, a instituição e ao país.
- Entender e responder aos estímulos dos movimentos e das atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### Aspecto psicomotor

- Praticar de forma natural e dinâmica a movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos com e sem elementos e em aparelhos
- Utilizar corretamente os fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos e na iniciação pré-desportiva.
- Manejar naturalmente, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas

#### Aspecto cognitivo

- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica de solo.
- Conhecer as regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realizar as capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.
- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos através da dança
- Conhecer as manifestações culturais através das lutas.

### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportivas
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### **Expectativas de aprendizagem**

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica rítmica e artística
- Executar exercícios de ginástica de solo
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar ginástica formativa com e sem elementos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Identificar e experimentar sobre a existência das lutas e sua cultura
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras da cultura estadual

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formação do movimento mediante ginástica com e sem elementos</li> <li>• Coordenação motora ampla e fina</li> <li>• Equilíbrio</li> <li>• Agilidade</li> <li>• Velocidade</li> <li>• Resistência</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentar atividades lúdicas que desenvolvam a coordenação motora geral</li> <li>• Experimentar, identificar e compreender as várias possibilidades de movimentos através da ginástica.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b>Atletismo/ Handebol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atletismo</li> <li>• Handebol (Grandes Jogos);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar o atletismo em diversas situações;</li> <li>• Criar e experimentar novas regras visando à inclusão e participação de todos</li> <li>• Explicar e praticar os gestos técnicos e fundamentos básicos do atletismo (corridas, saltos, arremessos e lançamentos)</li> <li>• Handebol (Passe de peito e quicado, recepção, drible, arremessos, ataque e defesa)</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos cooperativos</li> <li>• Jogos c/ regras</li> <li>• Jogos motores</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li> <li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li> <li>• Participar de circuitos psicomotores</li> <li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li> <li>• Expressar relações equilibradas de convivências superando a discriminação</li> <li>• Criação de regras</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene ambiental</li> <li>• Hábitos alimentares saudáveis</li> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Compreender a importância de uma alimentação saudável de vida</li> <li>• Construir materiais pedagógicos com produtos recicláveis</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais</li> </ul>

**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rolamento: frontal e dorsal</li><li>• Parada de mão</li><li>• Saltos e quedas</li><li>• Ponte</li><li>• Elefantinho.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, vivenciar e aprimorar atividades corporais que desenvolvam as habilidades motoras: equilíbrio, coordenação motora, direcionalidade, percepção, atenção, coordenação motora, noção espaço temporal</li><li>• Estimular e desenvolver o tônus muscular</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;">Vôlei /Xadrez</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Regras e fundamentos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender as regras básicas do voleibol (posicionamento dos jogadores, rodizio e quadra de jogo)</li><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do voleibol: toque, manchete e saque por baixo</li><li>• Aprofundar as estratégias do xadrez</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular do Estado de Santa Catarina</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos da cultura de Santa Catarina</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Dança</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da Dança</li><li>• Danças folclóricas (indígenas e/ou africanas)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer as origens do folclore através de suas danças</li><li>• Experimentar atividades que valorizem o repertório motor do aluno e os movimentos aprendidos</li><li>• Valorizar as habilidades artísticas e culturais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Higiene ambiental</li><li>• Hábitos alimentares saudáveis</li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Compreender a importância de uma alimentação saudáveis de vida</li><li>• Construir materiais pedagógicos com produtos recicláveis</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História das lutas; Capoeira</li><li>• Tipos de Lutas. Capoeira</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a origem e a história da Capoeira</li><li>• Identificar os elementos técnicos (movimentos) e culturais (instrumentos) da capoeira</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos, tais como: respeito, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade, cooperação, honestidade, dentro da capoeira</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Basquete;</li><li>• Jogos de raquete (frescobol)</li><li>• Tênis de Mesa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender as regras básicas do basquetebol: pontuação, quadra de jogo, tempo de posse de bola, condução de bola</li><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do basquetebol: passe de peito e quicado, recepção, drible (quique) e arremessos</li><li>• Conhecer e vivenciar diferentes práticas com a utilização de raquetes como forma de aprendizagem.</li><li>• Conhecer a história do tênis de mesa</li><li>• Vivenciar de forma lúdica o tênis de mesa</li><li>• Compreender as regras básicas do tênis de mesa: pontuação, mesa de jogo, empunhadura (caneta e clássico)</li><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do tênis de mesa: saque, recepção e ataque</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais (consciência negra)</li></ul>

**IV BIMESTRE**  
**(Outubro – Novembro)**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b>ATIVIDADES PRÉ – DESPORTIVAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Futsal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Compreender as regras básicas do futsal: ,quadra de jogo,tempo de jogo</li><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do futsal: passe (parte interna e externa do pé, de bico e calcanhar), recepção, drible e chute</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras populares;</li><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros);</li><li>• Jogos e Campeonatos internos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li><li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos, brincadeiras da cultura popular</li><li>• Vivenciar diferentes formas de</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

## 7º ANO

### Objetivos Específicos

#### Aspecto afetivo

- Aceitar os resultados da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeitar às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstrar gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, a instituição e aos pais.
- Entender e responder aos estímulos dos movimentos e das atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### Aspecto psicomotor

- Praticar de forma natural e dinâmica a movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos com e sem elementos.
- Utilizar corretamente os fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos e na iniciação pré-desportiva.
- Manejar naturalmente, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos.
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais.
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas.

#### Aspecto cognitivo

- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica rítmica
- Conhecer as regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realizar as capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.
- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos através da dança
- Conhecer as manifestações culturais através das lutas.

### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportivas
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### Expectativas de aprendizagem

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica rítmica
- Executar exercícios de ginástica de solo com aparelhos
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar ginástica formativa com e sem elementos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Identificar e experimentar sobre a existência das lutas e sua cultura
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras da cultura brasileira

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p style="text-align: center;">Ginástica rítmica</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar e compreender os movimentos naturais (andar, saltar, trepar, rolar, correr, balancear, equilibrar) através de atividades lúdicas direcionando a ginástica rítmica</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar situações que utilizem os aparelhos da ginástica: arco, bola, corda, maças</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Atletismo/Handebol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atletismo: corridas, saltos, arremessos e lançamentos;</li><li>• Handebol (Grandes Jogos);</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplicar o atletismo em diversas situações;</li><li>• Criar e experimentar novas regras</li><li>• Explicar e praticar os gestos técnicos e fundamentos básicos do atletismo (corridas, saltos, arremessos, lançamentos, marcha e revezamentos)</li><li>• Handebol (Passe lateral e ombro, recepção, drible, arremessos- com salto, com passada, ataque e defesa,)</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cooperativos</li><li>• Jogos c/ regras</li><li>• Jogos motores</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li><li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li><li>• Participar de circuitos psicomotores</li><li>• Vivenciar jogos que estimulem a coordenação motora</li><li>• Expressar relações equilibradas de convivências superando a discriminação</li><li>• Criação de regras</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>



**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p>Vôlei/Xadrez</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar e praticar os fundamentos do voleibol: toque, manchete e saque por baixo</li><li>• Iniciação do saque por cima</li><li>• Aprimorar as estratégias do xadrez</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Dança</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da Dança</li><li>• Danças folclóricas (locais)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer as origens do folclore através de suas danças</li><li>• Experimentar atividades que valorizem o repertório motor do aluno e os movimentos aprendidos</li><li>• Valorizar as habilidades artísticas e culturais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular brasileira</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos e brincadeiras da cultura brasileira</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Judô</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da luta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a origem e a história do judô</li><li>• Identificar os elementos técnicos (movimentos) e culturais do judô</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos, tais como: respeito, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade, cooperação, honestidade, dentro do judô</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Basquete</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Basquete;</li><li>• Jogos de raquete (badminton)</li><li>• Tênis de Mesa;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do basquetebol: passe de ombro, por cima, recepção, drible (quique) e arremessos (jump) e bandeja</li><li>• Conhecer e vivenciar diferentes práticas com a utilização de raquetes como forma de aprendizagem.</li><li>• Aprimorar os movimentos do tênis de mesa</li><li>• Compreender as regras básicas do tênis de mesa: individual e em duplas</li><li>• Vivenciar e praticar os fundamentos do tênis de mesa: saque, recepção e ataque</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**IV BIMESTRE**  
**( Outubro – Novembro )**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b>ATIVIDADES PRÉ – DESPORTIVAS</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Futsal</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Futsal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, vivenciar e praticar os fundamentos do futsal: passe de cabeça, fintas, abafamento, drible e chute, domínio</li><li>•</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras populares;</li><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros);</li><li>• Jogos e Campeonatos internos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar e praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Identificar e praticar os jogos de mesa</li><li>• Identificar, compreender e experimentar os jogos, brincadeiras da cultura popular</li><li>• Vivenciar diferentes formas de</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

## 8º ANO

### Objetivos Específicos

#### Aspecto afetivo

- Aceitar os resultados da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeitar às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstrar gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, a instituição e ao país.
- Entender e responder aos estímulos dos movimentos e das atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### Aspecto psicomotor

- Praticar de forma natural e dinâmica a movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos
- Utilizar corretamente os fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos pré-desportivos
- Manejar naturalmente, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos.
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais.
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas.
- Vivenciar os diversos movimentos através dos jogos e brincadeiras da cultura mundial.

#### Aspecto cognitivo

- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica artística.
- Conhecer as regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realizar as capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.
- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos através da dança
- Conhecer as manifestações culturais através das lutas.
- Conhecer a cultura mundial através dos jogos
- Conhecer os grupos musculares do corpo humano associando o movimento corporal
- Conhecer as alterações fisiológicas durante o exercício físico

### Conteúdos

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportivas
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### **Expectativas de aprendizagem**

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica artística
- Executar exercícios de ginástica
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Identificar e experimentar sobre a existência das lutas e sua cultura
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras da cultura mundial

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p><b><u>Ginástica</u></b></p> <p>Ginástica artística</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar e compreender os movimentos naturais (andar, saltar, trepar, rolar, correr, balancear, equilibrar) através de atividades lúdicas direcionando a ginástica artística</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Atletismo/Handebol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atletismo: corridas, saltos, arremessos e lançamentos;</li> <li>• Handebol (Grandes Jogos);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar o atletismo em diversas situações;</li> <li>• Praticar e aprimorar os gestos técnicos e fundamentos básicos do atletismo.</li> <li>• Handebol (Passe lateral e ombro, recepção, drible, arremessos- com salto, com passada, ataque e defesa,)</li> <li>• Praticar e vivenciar os sistemas de jogo: 6x0 e 5x1 (pivô)</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos cooperativos</li> <li>• Jogos c/ regras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li> <li>• Identificar e vivenciar jogos cooperativos</li> <li>• Expressar relações equilibradas de convivências superando a discriminação</li> <li>• Criação de regras</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li> <li>• Manifestações culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li> <li>• Vivenciar as manifestações culturais</li> </ul>

**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p>Volei/Xadrez</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar e aprimorar os fundamentos do voleibol: toque, manchete e saque por baixo, saque por cima</li><li>• Iniciação ao ataque e bloqueio</li><li>• Praticar e vivenciar sistema de jogo: 4x2 simples</li><li>• Campeonatos e torneios de xadrez</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Dança</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da Dança</li><li>• Danças de salão</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a cultura da dança de salão</li><li>• Experimentar atividades que valorizem o repertório motor do aluno e os movimentos aprendidos</li><li>• Valorizar as habilidades artísticas e culturais</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular mundial</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar jogos e brincadeiras da cultura mundial</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Karatê</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da luta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a origem e a história do Karatê</li><li>• Identificar os elementos técnicos (movimentos) e culturais do karatê</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos, tais como: respeito, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade, cooperação, honestidade, dentro do karatê</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Basquete</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Basquete;</li><li>• Jogos de raquete (tênis de campo)</li><li>• Tênis de Mesa;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar os fundamentos do basquetebol através do jogo</li><li>• .Conhecer e vivenciar diferentes práticas com a utilização de raquetes como forma de aprendizagem.</li><li>• Praticar e aprimorar os movimentos do tênis de mesa: individual e em dupla</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Praticar os jogos de mesa</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**IV BIMESTRE**  
**( Outubro – Novembro )**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b>ATIVIDADES PRÉ – DESPORTIVAS</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Futsal</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Futsal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar e aprimorar os fundamentos do futsal através do jogo</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros);</li><li>• Jogos e Campeonatos internos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Praticar os jogos de mesa</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Corpo humano e saúde</b></li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li><li>• Compreender e experimentar atividades que possibilitem o autoconhecimento corporal durante a atividade física, tais como: as alterações fisiológicas relacionadas aos batimentos cardíacos e à respiração durante a atividade física</li><li>• Compreender a estrutura muscular do corpo humano e relacionar o movimento</li></ul>



## 9º ANO

### Objetivos Específicos

#### Aspecto afetivo

- Aceitar os resultados da equipe e dos companheiros nas atividades competitivas e cooperativas.
- Respeitar às regras do jogo, adversários, árbitros, e demais participantes nas atividades esportivas.
- Demonstrar gestos e atividades que reflitam civismo, respeito a si e ao próximo, a instituição e aos pais.
- Entender e responder aos estímulos dos movimentos e das atividades dadas pelo professor ou colegas.

#### Aspecto psicomotor

- Praticar de forma natural e dinâmica a movimentação, deslocamentos, mudança de direção, ritmos, giros, saltos
- Utilizar corretamente os fundamentos, em função do seu deslocamento em campo, dos colegas e adversários em situações de jogos pré-desportivos
- Manejar naturalmente, com os pés e com as mãos de bolas e outros elementos.
- Vivenciar de forma rítmica e expressiva as danças folclóricas, educacionais e culturais.
- Vivenciar as diversas manifestações culturais através das lutas.
- 

#### Aspecto cognitivo

- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos e básicos da ginástica da academia
- Aplicar as regras, movimentação e lances dos jogos praticados
- Realizar as capacidades, possibilidades e interesse próprio dos alunos.
- Conhecer a relação entre dois ou mais exercícios que podem ser realizados sucessivamente, formando uma seqüência.
- Conhecer os diferentes movimentos rítmicos através da dança
- Conhecer as manifestações culturais através das lutas.
- Conhecer a cultura mundial através dos jogos

### **Conteúdos**

- Ginástica
- Atividades Pré-Desportivas
- Dança
- Lutas
- Recreação
- Atividades complementares

### **Expectativas de aprendizagem**

- Praticar jogos recreativos adaptados e pré-desportivos.
- Praticar exercícios ginásticos individuais e em grupo.
- Praticar exercícios de ginástica artística
- Executar exercícios de ginástica
- Executar corridas naturais variadas e com diversos estímulos.
- Praticar exercícios de manejos de bolas com os pés, mãos e cabeça.
- Pesquisar sobre esportes, higiene e saúde.
- Executar atividades rítmicas compatíveis com a idade.
- Identificar e experimentar sobre a existência das lutas e sua cultura
- Identificar e experimentar os jogos e brincadeiras da cultura mundial

**I BIMESTRE**  
**(Fevereiro – Março – Abril)**

- Avaliação Inicial
- Teste diagnóstica
- Testes Psicomotores
- Exames biométricos

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Ginástica</u></b></p> <p style="text-align: center;">Ginástica de academia</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivenciar e compreender as atividades da ginástica de academia (diferença entre aeróbicas e anaeróbicas)</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p style="text-align: center;"><b><u>Atletismo/Handebol</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Atletismo: corridas, saltos, arremessos e lançamentos;</li><li>• Handebol</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar o atletismo</li><li>• Praticar o handebol como forma de jogo</li><li>• Competições</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos c/ regras</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participar de jogos com ênfase na ludicidade e na cooperação</li><li>• Expressar relações equilibradas de convivências superando a discriminação</li><li>• Criação de regras</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**II BIMESTRE**  
**Maio- Junho- Julho**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b></p> <p>Volei/Xadrez</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar o voleibol</li><li>• Competições de xadrez e voleibol</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b>Dança</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Dança livre: hip-hop, jazz, dança contemporânea e/ou musicais... etc.</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Estimular e vivenciar a cultura do movimento através da dança</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos e brincadeiras da cultura popular</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar jogos e brincadeiras da cultura popular</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, diálogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**III BIMESTRE**  
**(Agosto – Setembro)**

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b><u>Lutas</u></b> <b><u>Taekwondo</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História da luta</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer a origem e a história do taekwondo</li><li>• Identificar os elementos técnicos (movimentos) e culturais do taekwondo</li><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos, tais como: respeito, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade, cooperação, honestidade, dentro do taekwondo</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Pré-Desportivas</u></b> <b><u>Basquete</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Basquete;</li><li>• Tênis de Mesa;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar o basquetebol através do jogo.</li><li>• Praticar o tênis de mesa: individual e em dupla</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Recreação</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Praticar os jogos de mesa</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li></ul>

**IV BIMESTRE**  
**( Outubro – Novembro )**

Avaliação final  
Exames biométricos  
Retestes

<b>CONTEÚDOS</b>	<b>HABILIDADES</b>
<p style="text-align: center;"><b>ATIVIDADES PRÉ – DESPORTIVAS</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Futsal</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Futsal.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar o futsal através do jogo</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>RECREAÇÃO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cognitivos (jogos de mesa e tabuleiros);</li><li>• Jogos e Campeonatos internos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Praticar os jogos de tabuleiros</li><li>• Praticar os jogos de mesa</li></ul>
<p style="text-align: center;"><b><u>Atividades Complementares</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Corpo humano e saúde</b></li><li>• Noções de ordem e disciplina (respeito, autonomia, solidariedade, amizade e cooperação)</li><li>• Manifestações culturais</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, compreender e vivenciar princípios éticos como: respeito, dialogo, disciplina, autonomia, solidariedade, amizade...</li><li>• Vivenciar as manifestações culturais</li><li>• Compreender a importância da atividade física na prevenção e no tratamento da obesidade</li></ul>