

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – **SEMED**  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

**PROPOSTA CURRICULAR PARA 6º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA**



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE ESCOLA APRENDENTE	CONTEÚDOS
<b>1º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender às práticas dos jogos na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Perceber nos jogos o convívio em grupo, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo no processo de ação-reflexão.</li> <li>• Reconhecer e compreender às regras dos esportes coletivos.</li> <li>• Considerar as múltiplas variações da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• JOGOS POPULARES</li> <li>• JOGOS COOPERATIVOS</li> <li>• JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS</li> <li>• ESPORTES COLETIVOS               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Futsal e Handebol (iniciação, regras)</li> </ul> </li> <li>• .CAPACIDADES FÍSICAS               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Agilidade</li> <li>➤ Velocidade</li> <li>➤ Flexibilidade</li> </ul> </li> </ul>
<b>2º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender às práticas dos jogos na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Perceber nos jogos o convívio em grupo, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo no processo de ação-reflexão.</li> <li>• Considerar os princípios técnicos, sendo capaz de discerni-los e reinterpretá-los.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do futebol, como uma forma de vivenciar suas origens e evolução.</li> <li>• Considerar as múltiplas variações da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE (FUTEBOL)</b></li> <li><b>A ARTE DE ENSINAR FUTEBOL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Regras oficiais</li> <li>➤ Processo histórico</li> </ul> </li> <li>• CAPACIDADES FÍSICAS               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Resistência</li> <li>➤ Força</li> <li>➤ Equilíbrio</li> </ul> </li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender às práticas da Ginástica na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Considerar as múltiplas variações da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância da ginástica, como uma forma de vivenciar suas origens, evolução e tendências.</li> <li>• Reconhecer e compreender às regras dos esportes coletivos.</li> <li>• Reconhecer e compreender o conceito e a importância dos Temas transversais.</li> <li>• Considerar os Temas transversais como apoio pedagógico e reflexivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b> <b>GINÁSTICA I</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ginástica estética</li> <li>➤ Ginástica postural</li> <li>➤ Ginástica de reabilitação</li> </ul> </li> <li>• <b>ESPORTES COLETIVOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Basquetebol e Voleibol (iniciação e regras)</li> </ul> </li> <li>• <b>TEMAS TRANSVERSAIS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cidadania</li> <li>➤ Ética</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender às práticas do Handebol na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Perceber nos jogos o convívio em grupo, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo no processo de ação-reflexão.</li> <li>• Considerar as múltiplas variações da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do handebol, como uma forma de vivenciar suas origens, e evolução.</li> <li>• Identificar e transformar adequadamente os valores e costumes inseridos na dança.</li> <li>• Reconhecer e compreender a importância da dança no contexto social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b> <b>HANDEBOL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Processo histórico</li> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Treinamento Esportivo</li> </ul> </li> <li>• <b>ATIVIDADES RÍTMICAS</b> <b>RÍTMO, MOVIMENTO E DANÇA.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Andando e pulando corda no ritmo.</li> <li>➤ As danças no Brasil.</li> </ul> </li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

PROPOSTA CURRICULAR PARA 7º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE ESCOLA APRENDENTE	CONTEÚDOS
1º BIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática do Atletismo no esporte como uma proposta pedagógica.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Considerar as diversas concepções do corpo, refletindo sobre suas informações.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância de Temas transversais como parâmetro na área do interesse social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE ATLETISMO I (CORRIDAS E SALTOS).</b></li> <li>• <b>ATLETISMO II (ARREMESSOS E LANÇAMENTOS)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Regras</li> <li>➤ Processo Histórico</li> </ul> </li> <li>• <b>TEMAS TRANSVERSAIS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>DROGA NO ESPORTE</b></li> </ul> </li> </ul>
2º BIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática dos esportes como uma proposta pedagógica.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do Basquetebol, como uma forma de vivenciar suas origens e evolução.</li> <li>• Compreender e Reconhecer as práticas alternativas, refletindo sobre suas informações no contexto social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE BASQUETEBOL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Processo Histórico</li> <li>➤ Treinamento Esportivo</li> </ul> </li> <li>• <b>PRÁTICAS CORPORAIS ALTERNATIVAS.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Massagem</li> <li>➤ Respiração</li> <li>➤ Reeducação postural.</li> </ul> </li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática da Ginástica como uma proposta pedagógica.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Considerar as diversas concepções do corpo, refletindo sobre suas informações.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância de Temas transversais como parâmetro na área do interesse social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b></li> <li><b>Modalidade individual</b></li> <li><b>Ginástica II</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ginástica Laboral</li> <li>➤ Ginástica de Lazer</li> <li>➤ Ginástica Esportiva</li> </ul> </li> <li>• <b>Tema Transversal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Meio-ambiente no Esporte</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática do voleibol como uma proposta pedagógica.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Considerar as diversas concepções do corpo, refletindo sobre suas informações.</li> <li>• Reconhecer, utilizar, interpretar e propor modelos e formas teóricas e práticas no desenvolvimento motor e na concepção do corpo.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do voleibol, como uma forma de vivenciar suas origens e evolução.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b></li> <li><b>Voleibol</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Processo histórico</li> <li>➤ Treinamento esportivo</li> </ul> </li> <li><b>Organismo humano, movimento e saúde.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Princípios e efeitos do treinamento físico</li> </ul> </li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

PROPOSTA CURRICULAR PARA 8º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE ESCOLA APRENDENTE	CONTEÚDOS
1º BIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer e compreender o papel do Atletismo para pessoas especiais como procedimentos básicos na perspectiva da cultura corporal.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, no processo de ação-reflexão, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do treinamento desportivo, como uma das formas de produção e conhecimento.</li> <li>• Reconhecer e compreender a prática efetiva das lutas como princípios de manifestações da cultura do corpo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b> <b>ATLETISMO ADAPTADOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos básicos</li> <li>➤ Principais regras</li> <li>➤ Processo histórico</li> </ul> </li> <li>• <b>LUTAS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Princípios regras</li> <li>➤ Processo histórico</li> </ul> </li> </ul>
2º BIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática efetiva do futsal como princípios de manifestações da cultura do corpo.</li> <li>• Conhecer e compreender o papel da atividade física como procedimentos básicos na perspectiva da cultura corporal.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, no processo de ação-reflexão, adotando uma postura democrática e crítica.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância das regras, como uma das formas de produção e conhecimento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTE</b> <b>Modalidade: Futsal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Técnicas e táticas como fatores de aumento da complexidade do jogo</li> <li>➤ Fundamentos Básicos</li> <li>➤ Treinamentos Esportivos</li> </ul> </li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar e compreender a importância da alimentação, como uma das formas de melhoria da qualidade de vida.</li> <li>• Ler, articular e interpretar valores calóricos dos alimentos.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância dos Temas transversais como parâmetro na área do interesse social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE NUTRIÇÃO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Alimentos combustíveis para a vida.</li> <li>➤ Balanço energético.</li> <li>➤ Alimentação balanceada.</li> </ul> </li> <li>• <b>TEMAS TRANSVERSAIS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pluralidade cultural</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer e compreender o papel da atividade física como procedimentos básicos na perspectiva da cultura corporal.</li> <li>• Considerar e compreender a importância da alimentação, como uma das formas de melhoria da qualidade de vida.</li> <li>• Reconhecer, utilizar, interpretar e propor uma construção de hábitos e medidas na prevenção as doenças.</li> <li>• Perceber no convívio em grupo ou no individual, formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo, no processo de ação-reflexão, adotando uma postura democrática e crítica respeitando os diferentes pontos de vista.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESTILO DE VIDA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ O papel da atividade física.</li> <li>➤ Benefícios da atividade física na prevenção e no combate as doenças</li> </ul> </li> <li><b>Organismo humano, movimento e saúde.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Atividade física/ exercício físico: implicações na obesidade e no emagrecimento.</li> <li>➤ Substâncias proibidas: <i>doping e anabolizantes</i></li> </ul> </li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO



**PROPOSTA CURRICULAR PARA 9º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA**

PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE ESCOLA APRENDENTE	CONTEÚDOS
<b>1º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática efetiva e regular dos Esportes Coletivos como um dever da escola e direito do aluno, identificando esse fazer pedagógico na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Conhecer e compreender a importância do treinamento de alto rendimento desportivo, como uma das formas de produção de conhecimento.</li> <li>• Considerar a educação física como inclusão social, adotando uma postura democrática e crítica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ESPORTES COLETIVOS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fundamentos e Caracterização</li> <li>➤ Noções Básicas de Treinamentos de alto rendimento</li> </ul> </li> </ul>
<b>2º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender a prática efetiva e regular da educação física como um dever da escola e direito do aluno, identificando esse fazer pedagógico na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li> <li>• Conhecer e compreender as noções cardíaca, fisiológica e psicológica, como uma das formas de produção do conhecimento.</li> <li>• Considerar a educação física como inclusão social, adotando uma postura democrática e crítica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>NOÇÕES BÁSICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Frequência cardíaca. (FC)</li> <li>➤ Efeitos fisiológicos.</li> <li>➤ Efeitos psicológicos.</li> </ul> </li> <li><b>EDUCAÇÃO FÍSICA E INCLUSÃO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sociedade e inclusão.</li> <li>➤ Esporte e inclusão</li> <li>➤ Educação física e inclusão</li> </ul> </li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender o sistema muscular, identificando esse fazer pedagógico na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li>   <li>• Conhecer e compreender a importância do treinamento desportivo, como uma das formas de produção de conhecimento.</li>   <li>• Conhecer e compreender a regulamentação da profissão da educação física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SISTEMA MUSCULAR I</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fisiologia Humana</li> </ul> </li>   <li>• <b>DOCUMENTOS OFICIAIS</b>  <b>Embasamento legal da educação física escolar.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ CREF</li> <li>➤ CONFEF</li> <li>➤ Resolução nº412/2006</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer e compreender o sistema muscular, identificando esse fazer pedagógico na perspectiva da cultura corporal/cultura humana.</li>   <li>• Conhecer e compreender a importância da dança, como uma das formas de produção de conhecimento.</li>   <li>• Perceber no convívio em grupo a importância de atividades culturais</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SISTEMA MUSCULAR II</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lesões</li> </ul> </li>   <li>• <b>ESPORTE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Danças Folclóricas</li> </ul> </li> </ul>



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO



**PROPOSTA CURRICULAR PARA 1º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA**

PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<p><b>1º BIMESTRE</b></p> <p><b>O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer, apontar e nomear em si mesmo e no outro as diversas partes do corpo a fim de tomar ciência, bem como compreender as possibilidades do movimento corporal e representar sensações, sentimentos e fatos por meio do corpo.</li> <li>• Compreender que o corpo possui dois lados, a fim de conhecê-los e utilizá-los no dia a dia, tendo ciência da dominância de uma parte do corpo sobre a outra parte equivalente.</li> <li>• Compreender a relação entre seu corpo, o tempo, o ritmo, níveis, e o espaço a fim de adquirir as noções de localização, direção, posição e disposição no espaço, bem como de sequência temporal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Esquema corporal</b></li> <li>• Lateralidade</li> <li>• Orientação espaço temporal</li> </ul>
<p><b>2º BIMESTRE</b></p> <p><b>Manifestações Ginásticas</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer hábitos saudáveis que possam vir a auxiliar em sua qualidade de vida a fim de garantir a higiene pessoal, o uso adequado de vestimenta para as aulas de Educação Física, a importância da alimentação e hidratação para a prática de atividade física bem como o respeito aos limites e as possibilidades de seu corpo e do outro.</li> <li>• Vivenciar elementos ginásticos (rolamento, vela, avião e estrela), bem como a imitação de movimentos de animais e da natureza, contribuindo para a formação física e motora da criança.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Corpo e seus cuidados</b></li> <li>• <b>Ginástica</b></li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver elementos psicomotores por meio de jogos e brincadeiras com e sem matérias, com regras simplificadas para favorecer o processo de desenvolvimento quanto as condutas motoras de base (quadrupedar, sentar, e levantar, rolar, andar, lançar, apanhar, pegar, levantar e transportar objetos, subir e descer) e neuromotoras (girar, galopar, correr, saltar, pular em um só pé, com os dois pés juntos).</li> <li>• Resgatar jogos e brincadeiras tradicionais, que pressupõem a construção ou reconstrução de um brinquedo a fim de explorar a coordenação motora fina e a criatividade.</li> <li>• Entender os jogos populares como parte da cultura corporal, para que possam contribuir nas relações histórico-sociais, bem como associá-los como atualidade.</li> <li>• Estimular a concentração e a atenção por meio de jogos de raciocínio (memória, jogo da velha) para que possam contribuir no raciocínio lógico matemático e na criação de estratégias para resolução de problemas cotidianos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos motores e brincadeiras</b></li> <li>• <b>Jogos de construção</b></li> <li>• <b>Jogos populares</b></li> <li>• <b>Jogos de raciocínio</b></li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p> <p><b>Dança</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar por meio de gestos e músicas, sensações, sentimentos, situações vividas e imaginárias, a fim de ampliar o conhecimento das práticas corporais infantis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brinquedos Cantados e cantigas de rodas.</b></li> <li>• <b>Dramatização</b></li> <li>• <b>Atividades rítmicas e expressivas.</b></li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

PROPOSTA CURRICULAR PARA 2º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<b>1º BIMESTRE</b>  O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar, apontar e nomear em si mesmo e nos outros as diversas parte do corpo a fim de tomar ciência, bem como descobrir as possibilidades e limitações do movimento corporal.</li><li>• Compreender a noção de esquerda-direita em relação ao seu corpo, ao corpo do outro e ao ambiente, a fim de conhecer a dominância de uma parte do corpo sobre a outra equivalente.</li><li>• Ter capacidade de situar-se em relação ao próprio corpo e a um ponto específico do ambiente a fim de compreender a relação entre seu corpo e espaço (localização, direção, posição e disposição).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Esquema corporal</b></li> <li>• Lateralidade</li> <li>• Orientação espaço temporal</li></ul>
<b>2º BIMESTRE</b>  Manifestações Ginásticas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conhecer hábitos saudáveis que possam vir a auxiliar em sua qualidade de vida a fim de garantir a higiene pessoal, o uso adequado de vestimenta para as aulas de Educação Física, a importância da alimentação e hidratação para a prática de atividade física bem como o respeito aos limites e as possibilidades de seu corpo e do outro.</li><li>• Vivenciar movimentos e elementos ginásticos (alongamento, rolamento, equilíbrio, salto, giro, lançamento e recuperação), bem como as diversas formas de andar e correr, contribuindo para a formação física e motora da criança.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Corpo e seus cuidados</b></li> <li>• <b>Ginástica</b></li></ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar variadas atividades lúdicas a fim de compreender as diferenças entre jogo e brincadeiras</li> <li>• Resgatar jogos e brincadeiras tradicionais, que pressupõem a construção ou reconstrução de um brinquedo a fim de explorar a coordenação motora fina e a criatividade.</li> <li>• Entender os jogos populares como parte da cultura corporal, para que possam contribuir nas relações histórico-sociais, bem como associá-los como atualidade.</li> <li>• Estimular a necessidade da concentração e da atenção por meio de jogos de raciocínio (dominó) para que possam contribuir no raciocínio lógico matemático e na criação de estratégias para resolução de problemas cotidianos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos motores e brincadeiras</b></li> <li>• <b>Jogos de construção</b></li> <li>• <b>Jogos populares</b></li> <li>• <b>Jogos de raciocínio</b></li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p> <p><b>Dança</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar por meio de gestos e músicas a fim de desenvolver o senso rítmico.</li> <li>• Expressar sensações, sentimentos, encenações, situações vividas e imaginárias a fim de contribuir no desenvolvimento da expressão corporal.</li> <li>• Vivenciar atividades que levam a criança a ouvir, comparar, reproduzir e diferenciar sons a fim de desenvolver o senso rítmico e a acuidade auditiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brinquedos Cantados e cantigas de rodas.</b></li> <li>• <b>Dramatização</b></li> <li>• <b>Atividades rítmicas e expressivas.</b></li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

PROPOSTA CURRICULAR PARA 3º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<p><b>1º BIMESTRE</b></p> <p><b>O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar as funções e alterações do nosso corpo durante o exercício físico, bem como adquirir consciência global do mesmo e de seus movimentos procurando utilizar a expressão corporal como linguagem.</li> <li>• Estabelecer com clareza os lados direito e esquerdo, bem como proporcionar atividades utilizando o lado dominante para abordar a importância dos exercícios compensatórios.</li> <li>• Aprimorar a noção de posição e disposição no espaço a fim de orientar o próprio corpo a um ponto específico do ambiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Esquema corporal</b></li> <li>• Lateralidade</li> <li>• Orientação espaço temporal</li> </ul>
<p><b>2º BIMESTRE</b></p> <p><b>Manifestações Ginásticas</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender hábitos saudáveis que auxiliem a qualidade de vida a fim de garantir a higiene pessoal antes, durante e após a prática de atividades físicas, o uso adequado de vestimenta para as aulas de Educação Física, o respeito à integridade física dos colegas a importância da alimentação e hidratação para a prática de atividade física bem como conhecer desvios posturais e sua prevenção.</li> <li>• Possibilitar a vivência e o aprendizado de outras formas de movimento como os acrobáticos e elementos ginásticos movimentos e elementos ginásticos (vela, avião, parada de cabeça e parada mão com auxílio), bem como a combinação e sequência de movimentos com e sem materiais específicos e/ou alternativos a fim de proporcionar a interação, o conhecimento, a partilha de experiências e ampliar as possibilidades de significação e representação do movimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Corpo e seus cuidados</b></li> <li>• <b>Ginástica</b></li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar variadas atividades lúdicas a fim de compreender as diferenças entre jogo e brincadeiras.</li> <li>• Identificar e respeitar as diferentes regras existentes nos jogos (cooperativos e competitivos), com e sem materiais, a fim de contribuir no desenvolvimento das condutas motoras de base.</li> <li>• Criar jogos e brincadeiras que pressupõem a construção ou reconstrução de um brinquedo a fim de explorar a coordenação motora fina e a criatividade.</li> <li>• Resgatar os jogos populares do passado realizados no bairro, vivenciando-os na atualidade e valorizando-os, para que possam contribuir nas relações histórico-sociais, como parte da cultura corporal.</li> <li>• Aprimorar a necessidade da concentração e atenção por meio de jogos de raciocínio (trilha) para que possam contribuir no raciocínio lógico matemático e na criação de estratégias para a resolução de problemas cotidianos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos motores e brincadeiras</b></li> <li>• <b>Jogos de construção</b></li> <li>• <b>Jogos populares</b></li> <li>• <b>Jogos de raciocínio</b></li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p> <p><b>Dança</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar por meio de gestos e músicas a fim de desenvolver o senso rítmico.</li> <li>• Expressar sensações, sentimentos, situações vividas e imaginárias por meio de encenações com o intuito de contribuir no desenvolvimento da expressão corporal.</li> <li>• Vivenciar atividades expressivas que abordam situações cotidianas e histórias infantis que levem a criança que levam a ouvir, comparar, reproduzir e diferenciar sons a fim de desenvolver o senso rítmico e a acuidade auditiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Brinquedos Cantados e cantigas de rodas.</b></li> <li>• <b>Dramatização</b></li> <li>• <b>Atividades rítmicas e expressivas.</b></li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
 COORDENADORIA DE CURRÍCULO  
**PROPOSTA CURRICULAR PARA 4º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA**



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<p><b>1º BIMESTRE</b></p> <p><b>O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar por meio de jogos e brincadeiras, atividades motoras que proporcionam controle muscular, coordenação óculo-manual e óculo-pedal a fim de contribuir para o aprimoramento da coordenação viso-motora necessária às atividades do cotidiano.</li> <li>• Valorizar e ampliar os conhecimentos em torno da postura dinâmica e/ou estética, identificando as possíveis posições adequadas para sentar, deitar, caminhar, carregar objetos e praticar atividade física, a fim de prevenir desvios posturais e promover a saúde e o bem estar.</li> <li>• Promover a ampliação do conhecimento sobre a diversidade nas relações sociais, para que as aulas de Educação Física promovam oportunidades de relacionamento, convívio e respeito entre as diferenças.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Coordenação viso-motor</b></li> <li>• Corpo e seus cuidados</li> <li>• Corpo e suas diferenças</li> </ul>
<p><b>2º BIMESTRE</b></p> <p><i>Conhecer o corpo em seus aspectos biológicos, físicos, motores e culturais.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuir para a socialização entre educandos, a fim de despertá-los para o desenvolvimento de ideias e de valorização humana, tendo como pressuposto básico de convivência social.</li> <li>• Compreender a Escola, a Educação e a Educação Física enquanto agente de acesso ao conhecimento produzido pela humanidade a fim de perceber a diferença entre conhecimento científica e conhecimento em pícrico. .</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Educação Física e Convivência Social</b></li> <li>• <b>Escola, Educação e Educação Física.</b></li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p> <p><b>Manifestações Ginásticas</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Possibilitar a vivência e o aprendizado de outras formas de movimento, como os acrobáticos e elementos ginásticos (rolamento para frente com a perna aberta, flexionada e estendida e para trás começando em pé) bem como os movimentos de construção humana e combinação/sequência de movimentos, com e sem materiais específicos e/ou alternativos, a fim de propiciar a interação, o conhecimento, a partilha de experiências e ampliar as possibilidades de significação e representação do movimento.</li> <li>• Vivenciar variadas atividades lúdicas a fim de contextualizar as diferenças entre jogo e brincadeiras.</li> <li>• Identificar e respeitar as diferentes regras existentes nos jogos (cooperativos e competitivos)</li> <li>• Oportunizar aos educandos a construção de regras e brinquedos, a partir de materiais alternativos, discutindo a problemática do meio ambiente por meio do reaproveitamento de sucatas e a experimentação de seus brinquedos e jogos dando outro significado e enriquecendo-os com vivências e práticas corporais.</li> <li>• Resgatar os jogos populares do passado relacionados ao Município de Russas, bem como os jogos de origem afrodescendente e indígena.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ginástica</b></li> <li>• <b>Jogos Motores Brincadeiras</b></li> <li>• <b>Jogos de Construção</b></li> <li>• <b>Jogos Populares</b></li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p> <p><b>Manifestações corporais.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propor atividades em que os educandos joguem, visando superar desafios e não os adversários, promovendo parceria ao jogar, contribuindo assim, para atingirem objetivos comuns, despertando, a solidariedade, a cooperação e a organização coletiva.</li> <li>• Compreender a necessidade da concentração por meio de jogos de raciocínio (dama) para que possam contribuir no raciocínio lógico matemático e na criação de estratégias para resolução de problemas cotidianos.</li> <li>• Vivenciar atividades expressivas que abordam canções tradicionais com movimentos, palmas, gestos sonoros corporais que levem a criança a ouvir, comparar, reproduzir e diferenciar sons para desenvolver o senso rítmico e acuidade auditiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos Cooperativos</b></li> <li>• <b>Jogos de Raciocínio</b></li> <li>• <b>Atividades Rítmicas e Expressivas</b></li> </ul>



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO

PROPOSTA CURRICULAR PARA 5º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<p><b>1º BIMESTRE</b></p> <p><b>O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreender a importância da atividade física e seus benefícios a longo prazo.</li> <li>• Promover hábitos saudáveis que previnam o sedentarismo, a obesidade, a bulimia, a anorexia e os desvios posturais a fim de inferir a importância da hidratação, da alimentação saudável.</li> <li>• Compreender a Escola, a Educação e a Educação Física enquanto agente de acesso ao conhecimento produzido pela humanidade a fim de perceber a diferença entre conhecimento científico necessária para a prática da atividade física.</li> <li>• Conhecer o conceito e a história da Educação Física na Escola e no Brasil, a fim de compreender sua importância enquanto disciplina construída historicamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Qualidade de vida</b></li> <li>• Escola, Educação e Educação Física.</li> </ul>
<p><b>2º BIMESTRE</b></p> <p><b>Manifestações Ginásticas</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar as diferentes possibilidades de movimentos acrobáticos e circenses a fim de superar seus limites corporais.</li> <li>• Oportunizar acerca da dança a consciência crítica e reflexiva sobre seus significados, características, conceitos, objetivos e história criando situações em que a representação simbólica, peculiar a cada modalidade de dança, seja contemplada, assim como possibilitar o conhecimento das Danças folclóricas Brasileira com ênfase no estado do Ceará.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ginástica</b></li> <li>• <b>Dança Elementar</b></li> </ul>

<p><b>3º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conhecer os elementos dos jogos cooperativos, a fim de compreender a necessidade e a importância do trabalho em equipe, da cooperação, da organização coletiva, ou seja, do atuar em conjunto a fim de alcançar um bem comum.</li> <li>• Conhecer jogos de característica Pré-desportivos, evidenciando os elementos dos esportes coletivos.</li> <li>• Aperfeiçoar a concentração e atenção por meio de jogos de raciocínio (xadrez) para que possam contribuir no raciocínio lógico matemático e na criação de estratégias para resolução de problemas cotidianos,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos Cooperativos</b></li> <li>• <b>Jogos Pré-Desportivos</b></li> <li>• <b>Jogos de Raciocínio</b></li> </ul>
<p><b>4º BIMESTRE</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras</b></p> <p><i>Expressão corporal e a cooperação, a fim de refletir criticamente sobre a realidade que nos cerca.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perceber e vivenciar essa manifestação corporal de maneira crítica e consciente, procurando, sempre que possível, estabelecer relações com a sociedade em que vive a fim propiciar além do trabalho corporal, a aquisição de valores e princípios essenciais para a formação do ser humano, como: cooperação, solidariedade, autocontrole emocional.</li> <li>• Vivenciar atividades expressivas que abordam canções tradicionais com movimento, palmas, gestos sonoros e corporais que levem a criança a ouvir, comparar, reproduzir e diferenciar sons a fim de desenvolver o senso rítmico e acuidade auditiva.</li> <li>• Considerar as múltiplas variações da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las e reinterpretá-las.( Equilíbrio, Agilidade, Força, Resistência e Velocidade).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jogos de Oposição</b></li> <li>• <b>Atividades Rítmicas e Expressivas</b></li> <li>• <b>Capacidades Físicas</b></li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – **SEMED**  
 COORDENADORIA DE CURRÍCULO  
**PROPOSTA CURRICULAR EJA – EDUCAÇÃO FÍSICA**



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96	CONTEÚDOS ESPECÍFICO
<p><b>1ª ETAPA</b></p> <p><b>O corpo como construção histórico-social/ Conhecimento do corpo.</b></p> <p><b>Manifestações Ginásticas</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ A importância da educação física;</li> <li>➤ Apontamentos históricos da educação física;</li> <li>➤ O movimento humano;</li> <li>➤ Atividade física nos dias atuais;</li> <li>➤ Classificação da ginástica informal (aeróbica, localizada, etc);</li> <li>➤ Capacidades físicas (resistência cardiorrespiratória, força/RML e flexibilidade);</li> <li>➤ Desvios posturais;</li> <li>➤ Indicadores de obesidade (índice de massa corporal – IMC, relação cintura/quadril etc);</li> <li>➤ Frequência cardíaca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• GINÁSTICA ESCOLAR:</li> </ul>
<p><b>2ª ETAPA</b></p> <p><b>Manifestações Corporais.</b></p> <p><b>Jogos, Brincadeiras e Brinquedos.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conceitos e classificação;</li> <li>➤ Jogo x Esporte;</li> <li>➤ Conceito de lazer;</li> <li>➤ O jogo e a luta enquanto atividade física e de lazer;</li> <li>➤ A origem da capoeira; Capoeira x Dança;</li> <li>➤ Movimentos básicos da capoeira.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• JOGOS/LUTAS:</li> </ul>

<p><b>3º ETAPA</b> <b>Manifestações Corporais.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ A origem da dança;</li> <li>➤ Dança enquanto atividade física e de lazer;</li> <li>➤ Danças folclóricas de Ceará;</li> <li>➤ Danças regionais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DANÇA:</li> </ul>
<p><b>4º ETAPA</b></p> <p><b>Esportes:</b></p> <p><i>Expressão corporal e a cooperação, a fim de refletir criticamente sobre a realidade que nos cerca.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Esporte x Saúde x Lazer;</li> <li>➤ Classificação;</li> <li>➤ Histórico, fundamentos e regras básicas;</li> <li>➤ Atletismo;</li> <li>➤ Handebol;</li> <li>➤ Voleibol;</li> <li>➤ Basquetebol;</li> <li>➤ Futebol/Futsal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESPORTE:</li> </ul>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – **SEMED**  
 COORDENADORIA DE CURRÍCULO  
**PROPOSTA CURRICULAR EJA – EDUCAÇÃO FÍSICA**



PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE LDB- LEI DE DIRETRIZES BÁSICA LEI Nº9393/96 CONTEÚDOS
I UNIDADE	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Conceito de saúde;</li> <li>➤ Qualidade de vida;</li> <li>➤ Estilo de vida: atividade física, estresse, hábitos alimentares, tabagismo, álcool e outras drogas;</li> <li>➤ A importância da atividade física nos dias atuais;</li> <li>➤ O corpo ideal;</li> <li>➤ Avaliação física – Aptidão Física Relacionada à Saúde (composição corporal, resistência cardiorrespiratória, força/RML e flexibilidade).</li> </ul>
II UNIDADE	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Doenças crônicas não transmissíveis:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Osteoporose;</li> <li>• Artrite;</li> <li>• Hipertensão arterial;</li> <li>• Diabetes;</li> <li>• Obesidade: indicadores de obesidade (índice de massa corporal - IMC, relação cintura/quadril, etc);</li> </ul> </li> <li>➤ Desvios posturais;</li> <li>➤ Programas de atividade física – tipo, intensidade, duração e frequência.</li> </ul>

III UNIDADE:

- Atividades de academia: classificação das atividades e tipos de atividades;
- Lutas: violência ou defesa pessoal;
- A influência da mídia na dança;
- A influência da mídia no esporte.

IV UNIDADE:

- Esporte x Saúde (doping, anabolizantes, etc);
- Esporte x Violência;
- Lazer – conceito e ambientes de lazer;
- Políticas públicas no esporte, dança, lutas, jogos e ginástica.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DO DESPORTO ESCOLAR – SEMED  
COORDENADORIA DE CURRÍCULO



**PROPOSTA CURRICULAR PARA 6º AO 9º ANO – EDUCAÇÃO FÍSICA**

PERÍODO	COMPETÊNCIA/HABILIDADE ESCOLA APRENDENTE	CONTEÚDOS
<b>1º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconhecer e compreender às práticas dos jogos olímpicos da era moderna.</li><li>• Perceber nos jogos as formas eficazes de crescimento pessoal e coletivo.</li><li>• Conhecer e compreender a importância da participação do Brasil nos Jogos Olímpicos da era moderna.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ História dos Jogos Olímpicos da era moderna.</li><li>➤ Brasil sua participação em Jogos Olímpicos</li></ul>
<b>2º BIMESTRE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reconhecer e compreender às culturas, religião, economia e seus aspectos sociais dos países.</li><li>• Conhecer os principais atletas e suas respectivas modalidades.</li><li>• Reconhecer e compreender a importância de ser um campeão Olímpico.</li><li>• Conhecer as modalidades que já conquistaram ouro olímpico</li><li>• Reconhecer e compreender as principais regras das modalidades olímpicas.</li><li>• Conhecer as principais modalidades olímpicas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Países participantes dos Jogos Olímpicos Rio 2016</li><li>➤ Brasil e suas 23 medalhas de ouro conquistadas nos Jogos Olímpicos</li><li>➤ Modalidades Olímpicas</li></ul>