

EDUCAÇÃO FÍSICA			APRENDIZAGEM	VIVÊNCIAS E EXPERIÊNCIAS
UNIDADES TEMÁTICAS	SABERES E CONHECIMENTOS	CONTEXTOS		
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	(EF12EF01) Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas.	Experimentar brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Recriar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando que recriem uma brincadeira que praticam em casa para mostrar aos colegas, adaptando os materiais e espaços disponíveis na escola. As brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional referem-se a práticas que fazem parte do dia a dia dos alunos, aquelas que praticam e aquelas que observam outras pessoas praticando. Desenvolver essa habilidade reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas possibilita a exploração de dois importantes aspectos relacionados ao movimento: 1. Habilidades motoras: são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas. 2. Capacidades físicas: são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimorados, como a força muscular, o equilíbrio e a velocidade.	No planejamento das aulas, pode-se partir das características locais, estipulando experiências de brincadeiras e jogos que fazem parte do contexto comunitário e regional, propondo experiências positivas aos alunos. Diversificar as atividades para que os alunos tenham acesso a um grande repertório de movimentos. Trazer brincadeiras regionais para as aulas, para que os alunos tenham acesso e conheçam mais da cultura de sua região. A participação em uma brincadeira ou jogo que exige movimentos com os quais não se está acostumado, é natural que haja insegurança ou dificuldade, e é nesse momento que as diferenças se evidenciam. É importante que o que se proponha uma organização com a prática de brincadeiras e jogos com exigência de habilidades motoras mais simples para as mais complexas, e que possibilite aos alunos discutirem sobre as habilidades que podem desenvolver ao praticá-las, trabalhando uma atitude positiva com relação às diferenças e à possibilidade de aprender e desenvolver-se continuamente. A mesma relação se estabelece com as capacidades físicas. As diferenças de força muscular, velocidade ou agilidade entre os alunos interferem no desempenho durante as práticas de brincadeiras e jogos. O desenvolvimento da habilidade possibilita a identificação e o estudo das capacidades físicas exigidas nas brincadeiras e jogos, assim como a importância desses atributos para o dia a dia. O reconhecimento dessas características possibilita o desenvolvimento das habilidades (EF12EF02) e (EF12EF03) para estes anos, e a conexão com as habilidades (EF35EF01) e (EF35EF02). A organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode ser por meio das habilidades motoras — das mais simples, como correr, saltar, rolar, chutar, arremessar, para as mais complexas, como correr e quicar a bola, arremessar ou chutar uma bola a um alvo específico. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF01HI05), de História; e (EF01GE02), de Geografia, voltadas à identificação de semelhanças e diferenças de jogos e brincadeiras de diferentes tempos e lugares.
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	(EF12EF02) Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.	Explicar sobre as brincadeiras e jogos do contexto comunitário e regional por meio de múltiplas linguagens significa conhecer e saber utilizar os quatro tipos de linguagens propostas na habilidade: 1. Linguagem corporal: forma de comunicação não-verbal que abrange gestos, posturas, expressões faciais, movimentos do corpo, entre outros; 2. Linguagem visual: qualquer tipo de comunicação que se dá por meio de imagens e símbolos, como fotos e vídeos; 3. Linguagem oral: utilizando a fala e em presença de interlocutor;4. Linguagem escrita: na qual o contato com o interlocutor é indireto. As brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional referem-se a práticas que fazem parte do dia a dia dos alunos, aquelas que praticam e aquelas que observam outras pessoas praticando. Ao identificar as origens dos jogos e brincadeiras do contexto comunitário e regional, os alunos devem reconhecer que essas práticas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social no qual foram praticadas até chegar a eles. Essa percepção gera um sentido de continuidade, preservação e valorização das culturas nas quais essas brincadeiras e jogos se originaram.	Os relatos dos alunos sobre as brincadeiras e jogos que praticam e observam outros praticando no seu dia a dia podem servir de ponto de partida para o desenvolvimento da habilidade. A partir desses relatos, pode-se pesquisar as origens dessas práticas, como esses jogos chegaram até eles e a sua importância para a preservação da cultura, como brincadeiras que imitam ações dos adultos, por exemplo, brincar de cozinhar ou brincar de dirigir carrinhos. Além disso, pode-se identificar quais agentes da comunidade (em associações, idosos, pessoas do convívio do aluno, universidades) são fontes para o resgate dos jogos e brincadeiras locais e regionais. Proporcionar momentos em que os alunos possam explicar essas brincadeiras, seja em roda da conversa, socialização, registro escrito. A organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode propor que os alunos expliquem inicialmente brincadeiras e jogos que praticam e, a seguir, brincadeiras e jogos que pessoas do seu convívio praticam e praticavam, ampliando para brincadeiras e jogos da sua comunidade local.
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	(EF12EF03) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Para isso, os alunos necessitam se apropriar de aprendizagens propostas nas habilidades (EF12EF01) e (EF12EF02), que possibilitam a eles ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal. As brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional referem-se a práticas que fazem parte do dia a dia dos alunos, aquelas que praticam e aquelas que observam outras pessoas praticando. O reconhecimento das características dessas práticas significa identificar quais as habilidades motoras e capacidades físicas necessárias, quais as regras, os materiais, os espaços necessários ou número de participantes, a fim de que tenham informações para planejar as modificações e adaptações às práticas para que todos participem.	Contextualizar e aprofundar esta habilidade propondo a análise das características das brincadeiras e jogos do contexto comunitário e regional, como número de participantes, materiais, regras, espaços, exigências físicas ou habilidades motoras necessárias para a sua prática. A análise das características das brincadeiras e jogos possibilita que identifiquem os desafios impostos pelas práticas e planejem soluções para a realização de todos — por exemplo, um movimento muito complexo exigido pela atividade, como em uma brincadeira ou jogo no qual deve-se atingir um alvo específico e os alunos não têm essa habilidade desenvolvida; nesse caso, pode-se aproximar o alvo ou aumentar o seu tamanho. Outro exemplo é a modificação ou adaptação de regras às características dos alunos, tornando-as mais flexíveis, ou às características do espaço, como em um jogo de futebol realizado em locais pequenos, onde se elimina as laterais do campo. Em muitos casos, os alunos já realizam essas adaptações nos locais onde moram. Solicitar que compartilhem essas experiências com os colegas para auxiliar na solução dos desafios identificados por eles. É importante que os alunos façam parte desse processo de elaboração e alteração das regras das brincadeiras. A organização da habilidade pelos anos pode ser estabelecida por um critério de complexidade da brincadeira ou jogo, por exemplo, utilizando regras mais flexíveis para regras menos flexíveis, ou de brincadeiras e jogos que exijam menos habilidades motoras para outros que requerem habilidades motoras mais complexas.

DCR

1º E 2ºANO	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	(EF12EF04) Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade.	Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática refere-se às aprendizagens que possibilitam ao aluno ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal não só durante as aulas, como também para além delas. Em outros momentos e espaços significa que os alunos observem, fora das aulas de educação física, espaços que frequentam, como pátios, praças, praias, terrenos vazios, entre outros, e, a partir das suas características, como dimensões ou equipamentos disponíveis, proponham maneiras de se praticar as brincadeiras e jogos que aprenderam na escola. A habilidade amplia a proposta de produção e divulgação para outras práticas corporais, como danças, esportes e ginásticas. Para divulgar as produções de alternativas para as práticas, os alunos devem produzir textos orais, textos escritos ou textos audiovisuais (combinando som e imagem), possibilitando a interação com outras disciplinas, como Língua Portuguesa e Artes.	Propiciar o desenvolvimento de aprendizagens sobre a relação entre o ser humano e o ambiente físico, que estabelece interações com a disciplina de Geografia. A todo momento, realizamos movimentos em diferentes ambientes físicos, aos quais podemos nos adaptar e transformar de acordo com nossa necessidade. À medida que os alunos propõem alternativas para práticas em outros ambientes, devem pensar em adaptações e transformações possíveis, respeitando a si e ao ambiente no qual se encontram. Outra possível interação com outras disciplinas refere-se às produções de textos (orais, escritos e audiovisuais), que relacionam a habilidade à Língua Portuguesa, nos eixos produção de textos e oralidade, e ao uso de tecnologias. Uma possibilidade de aumento no critério de complexidade entre os anos para a habilidade pode propor inicialmente que se experimente e discuta sobre brincadeiras e jogos praticados em pequenos espaços e grandes espaços, partindo para a adaptação dos locais disponíveis na escola para a sua prática, até a observação e proposição de alternativas para a prática em outros espaços que frequentam fora das aulas de Educação Física, apropriando-se do espaço social e coletivo que dialoga com o entorno da escola.
1º E 2ºANO	Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão	(EF12EF05) Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes.	Experimentar os esportes significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. O trabalho coletivo e o protagonismo são ações importantes presentes nos esportes. O protagonismo prevalece nas modalidades individuais, como no salto em distância e no tiro ao alvo, mas é importante também nos esportes coletivos, visto que o aluno deve se empenhar em realizar a sua função para o bem coletivo. O trabalho coletivo ocorre quando um grupo de pessoas se dedica a realizar uma tarefa, como nos esportes coletivos, e possibilita troca de experiências, ajuda mútua, aprendizagem de novas habilidades motoras e compartilhamento de decisões. Os alunos devem identificar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos; e esportes de precisão, que se caracterizam pelo ato de arremessar ou lançar um objeto, procurando acertar ou aproximá-lo de um alvo específico. A experimentação dos esportes de marca e precisão e a identificação de suas características serão utilizados em anos posteriores e conectam essa habilidade às habilidades (EF67EF03), (EF67EF04) e (EF67EF05).	Propor o estudo das características dos movimentos necessários para execução dos elementos comuns aos esportes de marca e precisão, como as habilidades motoras de correr, saltar, lançar e arremessar, e as capacidades físicas requisitadas durante as práticas, como a força muscular, a potência muscular e a velocidade. A partir da identificação dos aspectos das modalidades, pode-se investigar quais esportes os alunos conhecem com essas características, quais podem ser classificados como esportes de marca e precisão, quais são individuais, quais são coletivos e que adaptações podem ser feitas para que consigam praticar esses esportes na escola. A prática de uma modalidade, que pode ser, ao mesmo tempo, individual e coletiva, pode levar a reflexões acerca do trabalho coletivo e do protagonismo, como, por exemplo, ao propor corridas individuais (corrida em linha reta, corrida com obstáculos, corrida carregando objetos) e, a seguir, o mesmo tipo de corrida em revezamento e, ao final, discutir sobre as diferenças entre os dois tipos e sobre o que sentiram os alunos ao participar de ambas. Ainda, esta habilidade pode ser contextualizada comparando os movimentos com situações do dia a dia dos alunos, como a necessidade da força muscular ao carregar uma sacola, subir escadas ou subir em uma árvore. O aumento do critério de complexidade durante os anos pode ser estabelecido partindo de aprendizagens das modalidades dos esportes de marca e precisão que exigem movimentos mais simples, como a corrida e o lançamento em um alvo estático, para modalidades com movimentos mais complexos, como as provas de arremesso com giro, revezamento e com alvos que exijam mais habilidades motoras para a precisão.
1º E 2ºANO	Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão	(EF12EF06) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes.	Discutir é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens, como analisar a situação, defender pontos de vista, levantar questões e, que nesse grupo etário, pode representar o escutar as falas do professor e colegas, formular perguntas sobre o tema, solicitar esclarecimentos quando necessário e procurar expressar-se com clareza para ser bem compreendido. Esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos; e esportes de precisão, pelo ato de arremessar ou lançar um objeto, procurando acertar ou aproximá-lo de um alvo específico. Observar as normas e regras nesses esportes significa, entre outras coisas, perceber que são estabelecidas para garantir a segurança e equidade entre os participantes.	Proporcionar momentos para a discussão sobre as normas e regras dos esportes, que pode ser ampliada para uma reflexão sobre as condutas dos alunos em todos os momentos, tanto na escola como nos ambientes que frequentam no seu dia a dia. Vivemos em uma sociedade onde as regras foram estabelecidas com finalidades semelhantes às encontradas nos esportes, que são a segurança e a equidade. O exercício da discussão e reflexão possibilita inter-relações com o componente Língua Portuguesa no desenvolvimento do intercâmbio oral no contexto escolar, no qual os alunos podem: expressar-se com autoconfiança, apresentando informações e esclarecendo dúvidas; escutar com atenção as instruções orais, acordos e combinados que organizem a convivência em sala de aula; escutar com atenção os colegas e reconhecer a sua vez de falar. O aumento de complexidade durante os anos pode ser estabelecido inicialmente levando-se em conta as características e a importância das regras no esporte e nas aulas de Educação Física para, no segundo ano, propor a sugestão de que os alunos adaptem as regras das modalidades esportivas às características do grupo. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar em conjunto com as habilidades (EF01LP21), da Língua Portuguesa.
1º E 2ºANO	Ginásticas	Ginástica geral	(EF12EF07) Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.	Experimentar os elementos básicos da ginástica significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Identificar os diferentes elementos básicos da ginástica refere-se à aprendizagem sobre as habilidades motoras, que são todos os movimentos que aprendemos e que são incorporados ao nosso acervo motor e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas. Ao identificar os elementos básicos requeridos na ginástica e na ginástica geral, os alunos devem observar quais procedimentos adotar para conseguir realizá-los de forma segura, como, por exemplo, realizar uma cambalhota com a ajuda do amigo ou providenciar um material, como um colchão, para amenizar a queda durante um salto.	É preciso considerar que existem elementos básicos da ginástica que fazem parte do universo dos alunos. Correr, saltar, manipular objetos, rolar, equilibrar-se são habilidades motoras presentes tanto nas ginásticas como em outras práticas das quais participam, como nos jogos e brincadeiras. Na ginástica, esses movimentos são realizados com uma técnica mais elaborada, que pode causar insegurança e desconforto em alunos menos habilidosos ou que não estejam acostumados aos movimentos. Portanto, a aquisição da técnica deve ser desenvolvida gradativamente, levando em conta as características individuais. A aprendizagem de procedimentos de segurança pode ser desenvolvida a partir da própria experimentação dos alunos. À medida que se deparam com alguma dificuldade durante a prática, compartilham com os colegas e o professor, que analisam e propõem soluções para que as dificuldades sejam superadas na realização da atividade. A organização da habilidade por anos consiste em considerar como critério a complexidade de solicitação das habilidades motoras, iniciando com as mais simples, de acordo com as características dos alunos, para as mais complexas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF15AR08), (EF15AR10), (EF15AR11), de Arte; (EF01MA11), (EF02MA12), da Matemática; (EF02GE10), da Geografia; e (EF12EF11), da própria Educação Física, voltadas à experimentação, descrição e representação de movimentos de pessoas e objetos no espaço.

DCR

1° E 2°ANO	Ginásticas	Ginástica geral	(EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias vivências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada;(b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização. A ginástica geral tem como características a não competição, a diversidade musical, a utilização de elementos da cultura e o prazer pela prática. É uma modalidade utilizada, por exemplo, nas aberturas de jogos olímpicos e mundiais de futebol. A execução dos diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral pressupõem a aprendizagem sobre as habilidades motoras, que são todos os movimentos que aprendemos e que são incorporados ao nosso acervo motor e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas.	Propor a análise dos movimentos realizados para se identificar os elementos das ginásticas. Correr, saltar, manipular objetos, rolar, equilibrar-se são habilidades motoras presentes nas ginásticas e é importante propor a experimentação de modo que os alunos se apropriem desses movimentos de acordo com as suas características individuais. Organizar momentos em que os alunos possam participar ativamente da construção e elaboração de atividades que envolvam os elementos da ginástica e ginástica geral, através de circuitos e brincadeiras. Após as vivências socializar quais foram os principais desafios encontrados e como eles se organizarão para resolvê-los. A organização da habilidade por anos consiste em considerar como critério a complexidade de solicitação das habilidades motoras, iniciando com as mais simples, de acordo com as características dos alunos, para as mais complexas.
1° E 2°ANO	Ginásticas	Ginástica geral	(EF12EF09) Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.	Participar da ginástica geral significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. A ginástica geral tem como características a não competição, a diversidade musical, a utilização de elementos da cultura e o prazer pela prática. É uma modalidade utilizada, por exemplo, nas aberturas de jogos olímpicos e mundiais de futebol. As potencialidades e os limites do corpo relacionado aos movimentos permitem que os alunos reconheçam que nosso corpo é estruturado para realizar esses movimentos: temos ossos, músculos, articulações, coração, pulmões, cérebro e sistema nervoso que atuam em conjunto, possibilitando uma grande quantidade de movimentos. Desenvolver essa habilidade reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas possibilita a exploração de dois importantes aspectos relacionados ao movimento: 1. Habilidades motoras: são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas; 2. Capacidades físicas: são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimorados, como a força muscular, o equilíbrio e a velocidade.	Propor práticas nas quais os alunos identifiquem a ação das regiões corporais e as suas possibilidades de movimentos, como movimentar-se utilizando as mãos, os pés, os braços, o tronco, a cabeça e o pescoço durante a prática das ginásticas, de outras práticas corporais, assim como outros movimentos que os alunos realizam no seu dia a dia. Na identificação das potencialidades e limites do corpo, a habilidade possibilita também que se estabeleça relações com Ciências. Organizar a habilidade por anos consiste em considerar como critério a complexidade de solicitação dos movimentos e a solicitação de mais capacidades físicas durante a sua realização. Por exemplo, a solicitação da capacidade física de equilíbrio em um movimento estático sobre a trave, banco ou linhas da quadra e o movimento de equilíbrio presente ao manipular objetos em movimento, como uma corda ou bolas, ou, ainda, durante um salto e queda após uma corrida.
1° E 2°ANO	Ginásticas	Ginástica geral	(EF12EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.	Descrever as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral pressupõe que os alunos devem se apropriar e saber utilizar os quatro tipos de linguagens propostas na habilidade: 1. Linguagem corporal: forma de comunicação não-verbal que abrange gestos, posturas, expressões faciais, movimentos do corpo, entre outros; 2. Linguagem oral: utilizando a fala e em presença de interlocutor; 3. Linguagem escrita: na qual o contato com o interlocutor é indireto; 4. Linguagem audiovisual: que utiliza as linguagens verbal, sonora e visual para transmitir uma mensagem. Os elementos básicos das ginásticas apresentam determinadas capacidades físicas, que são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimoradas, como a força muscular, a agilidade, o equilíbrio e a velocidade. Os alunos devem identificar os elementos básicos das ginásticas (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) em outras práticas corporais, como nos jogos e brincadeiras, esportes e danças.	Oportunizar a exploração das linguagens que mais se aproximam do contexto dos alunos para explicar sobre as ginásticas e ginástica geral, fazendo uso de interações com o eixo "escrita" de Língua Portuguesa, na unidade temática Estratégias de produção do texto, onde se discute a finalidade da escrita, para quem escrever, onde o texto vai circular, qual o suporte do texto e a linguagem utilizada. É importante que o professor se reúna com o professor de sala para fazer uma análise conjunta de como organizar essas atividades. Estabelecer relações entre as habilidades motoras e as capacidades físicas presentes nos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, e as práticas corporais que fazem parte da cultura local, como nas danças regionais, jogos e brincadeiras, esportes ou situações do dia a dia dos alunos. A organização da habilidade por anos pode considerar utilizar linguagens mais usuais para as menos usuais ou a utilização de várias linguagens em sincretismo, ou seja, ao mesmo tempo, para descrever as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral.

1° E 2°ANO

Danças	Danças do contexto comunitário e regional	(EF12EF11) Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas), e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.	Experimentar diferentes danças do contexto comunitário e regional significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Danças do contexto comunitário e regional são aquelas que os alunos reconhecem, praticam e observam outros praticando no ambiente social que frequentam. Recriar danças é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens. Nesse grupo etário, espera-se, por exemplo, que o aluno utilize diferentes gestos para marcar o ritmo, como palmas, sapateados, percussão corporal ou em latas, baldes ou bastões contra o chão, utilizando seu repertório corporal para o improvisado e a criação. O reconhecimento e respeito às diferenças de desempenho evidenciadas nas experimentações possibilita a aprendizagem de importantes aspectos relacionados ao movimento: 1. Habilidades motoras: são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas, que, nas danças, estão presentes em um de seus elementos constitutivos: os gestos; 2. Capacidades físicas: são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimoradas, como o equilíbrio, a flexibilidade e a coordenação motora. São muito importantes para a aptidão física e para a saúde, e evidenciam as diferenças de desempenho corporal durante as práticas.	Organizar as aulas, partindo das vivências de danças que fazem parte do contexto comunitário e regional, propondo experiências positivas aos alunos. Ao participar de uma dança que exige movimentos com os quais não se está acostumado ou que proponha interação com os outros, alguns alunos sentem-se inseguros e é nesse momento que as diferenças se evidenciam. Propor uma aprendizagem sobre as danças do contexto comunitário e regional partindo de habilidades motoras mais simples para as mais complexas, estimulando os alunos a interagir com os colegas, e que possibilite a eles relatar o que sentiram durante as práticas. A mesma relação se estabelece com as capacidades físicas. As diferenças de agilidade, coordenação, ritmo ou equilíbrio entre os alunos interferem no desempenho durante as práticas de danças. Sugerir a identificação e o estudo das capacidades físicas exigidas nas danças, assim como a importância desses atributos para o dia a dia. A organização da habilidade por anos pode seguir um critério de complexidade das habilidades motoras, das mais simples para as mais complexas.
--------	---	---	--	---

1° E 2°ANO

Danças	Danças do contexto comunitário e regional	(EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.	Identificar significa que os alunos devem constatar, por meio da vivência e observação, quais são os elementos constitutivos das danças: 1. Ritmo: é uma qualidade presente nas danças, em outras práticas corporais, como pular corda, e em diferentes situações do dia a dia. Na dança, o ritmo é um movimento que ocorre com uma recorrência regular; 2. Espaço: todo movimento que realizamos ocorre em um ambiente físico ou espaço em uma relação de interação, adaptação e transformação. Ao dançar, os alunos movimentam-se pelos espaços, interagindo com os ambientes e com os colegas, conhecendo a si próprios e reconhecendo o outro; 3. Gestos: o estudo dos gestos nas danças possibilita a análise tanto de elementos técnicos, ao se identificar o movimento do corpo ou parte dele, como um giro ou um sobrepasso, como o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança. A aprendizagem sobre as diferentes manifestações das danças do contexto comunitário e regional, como as danças de roda, danças de rua, danças clássicas, danças folclóricas, danças de salão, entre outras, possibilita que os alunos reconheçam que essas práticas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social até chegar a eles. Essa percepção gera um sentido de continuidade, respeito e valorização às manifestações de diferentes culturas.	Propor que os alunos identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade a flexibilidade, entre outras, estão presentes nessa prática. Propiciar que os alunos experimentem e identifiquem quais são as habilidades motoras necessárias para a prática das danças. Nessa fase, é recomendável situar o foco na ampliação de aprendizagens de movimentos, e não na execução da técnica da dança em si. É importante propor situações de aprendizagens nas quais os alunos utilizem os movimentos da dança para conhecer-se, relacionar-se com os outros e explorar os espaços. O relato dos alunos sobre as danças que praticam e observam outros praticando no seu dia a dia podem servir de ponto de partida para que eles pesquisem sobre as origens dessas práticas, como essas danças chegaram até eles e a sua importância para a preservação da cultura, como as danças típicas das festas regionais ou danças folclóricas da sua região. Além disso, pode-se identificar quais agentes da comunidade (em associações, idosos, pessoas do convívio do aluno, universidades) são fontes para o resgate das danças do contexto comunitário e regional. A organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode propor que os alunos expliquem inicialmente danças que praticam e, a seguir, danças que pessoas do seu convívio praticam e praticavam, ampliando danças típicas da sua comunidade local. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF01LP04), da Língua Portuguesa; e (EF12AR14), da Arte, voltadas à percepção e registro dos elementos constitutivos do som e da música.
--------	---	---	--	--

3° AO 5° ANO

Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	(EF35EF01) Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.	Experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana presentes no contexto comunitário e regional, significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Recriar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens, e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando que, após a aprendizagem de uma brincadeira ou jogo popular do Brasil e de matriz indígena e africana que não conhecem, os alunos dialoguem e se organizem para recriar essas práticas corporais utilizando os materiais e espaços disponíveis na escola. Os alunos devem reconhecer e valorizar que as brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, fazem parte do patrimônio cultural de um povo, constituindo um conjunto de práticas que remetem à história, à memória e à identidade desse povo.	Propor jogos e brincadeiras com regras e exigências motoras das mais simples para as mais complexas, fazendo um aprofundamento na aprendizagem sobre a cultura na qual as brincadeiras e jogos se originaram. Sugerir a identificação de jogos e brincadeiras que se manifestam de modo semelhante na maneira de jogar em diferentes locais, mas que possuem nomes e movimentos adaptados à cultura local. Estabelecer relações com outros componentes, por meio de experiências de leituras que deem suporte para aprendizagens sobre como o povoamento e a formação das culturas das diversas regiões do país influenciaram as práticas dos jogos e brincadeiras do Brasil de matriz indígena e africana. É interessante que os alunos sejam apresentados a conceitos sobre patrimônio cultural para que reconheçam e valorizem as aprendizagens sobre os jogos e brincadeiras que não fazem parte do seu cotidiano. Há também oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF15AR24), da Arte; e (EF04LP12) e (EF04LP13), da Língua Portuguesa, voltadas à compreensão de instruções sobre jogos e brincadeiras.
----------------------	---	--	--	--

3° AO 5° ANO

Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os alunos em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização de forma segura. Nesta habilidade, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, referem-se a práticas que podem ser menos familiares aos alunos, exigindo que o professor proponha atividades que não necessariamente fazem parte de seu cotidiano.	Proporcionar que os alunos reconheçam que os aspectos de segurança para realização das práticas corporais incluem aprendizagens sobre: habilidades motoras, que são os movimentos requisitados para realização das práticas. As aulas devem propor experiências positivas ao aluno, porém, quando participa de uma brincadeira ou jogo que exige movimentos com os quais não está acostumado, é natural que esse aluno sinta insegurança. Oportunizar situações de aprendizagens nas quais os alunos experimentem as práticas corporais, socializem as sensações e dificuldades advindas delas e discutam sobre possibilidades de adaptação aos movimentos requisitados para que todos pratiquem e proponham gradativamente um aumento da complexidade de movimentos conforme superam as dificuldades encontradas; capacidades físicas, que são características ou qualidades que os movimentos apresentam e podem ser aprimorados, como a força muscular, a velocidade e a agilidade. Em um jogo que exige muita força muscular, como, por exemplo, em um cabo de guerra, as diferenças dessa capacidade entre os alunos podem ocasionar situações de risco. É importante discutir sobre as diferenças de força procurando: soluções para que todos participem com equidade; discutir sobre a importância do desenvolvimento da força muscular não só para a realização das práticas, mas também para outras tarefas do dia a dia, como carregar sacolas e mochilas ou subir escadas; estruturas corporais: para realizar movimentos, utilizamos nossas estruturas corporais. Propor situações de aprendizagem que possibilitem ao aluno adquirir conhecimentos básicos sobre a ação das estruturas corporais durante a realização dos movimentos para que reconheça potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para a prática segura de todos. A organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode levar em conta a relação entre a complexidade das práticas e a progressão do desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos. Pode-se estabelecer, como ponto de partida, um determinado jogo ou brincadeira, e solicitar aos alunos que elaborem estratégias cada vez mais complexas para a sua realização ou partir de jogos e brincadeiras com exigências mais simples para exigências mais complexas.
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.	Descrever as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana pressupõe que os alunos devem se apropriar e saber utilizar os quatro tipos de linguagens propostas na habilidade: 1. Linguagem corporal: forma de comunicação não-verbal que abrange gestos, posturas, expressões faciais, movimentos do corpo, entre outros; 2. Linguagem oral: utilizando a fala e em presença de interlocutor;3. Linguagem escrita: na qual o contato com o interlocutor é indireto;4. Linguagem audiovisual: que utiliza as linguagens verbal, sonora e visual para transmitir uma mensagem. Explicar as características dessas práticas significa identificar quais as habilidades motoras e capacidades físicas necessárias, quais as regras, os materiais, os espaços ou o número de participantes, a fim de que tenham informações para planejar as modificações e adaptações às práticas para que todos participem. A importância dos jogos e brincadeiras como patrimônio histórico e como elemento de preservação das culturas estabelece relações com as aprendizagens prévias da habilidade (EF35EF01).	Propor situações de aprendizagem que permitam o aprofundamento na compreensão da identidade cultural dos povos e, em particular, daqueles que constituíram o povo brasileiro. É interessante que os alunos sejam apresentados a conceitos sobre patrimônio cultural para que possam valorizar aprendizagens sobre os jogos e brincadeiras que não fazem parte do seu cotidiano e descrever sobre a sua importância para a preservação das culturas. A utilização das múltiplas linguagens proposta na habilidade possibilita a interação com a disciplina de Língua Portuguesa, na prática de linguagem e produção de textos (escrita compartilhada e autônoma). Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode propor o estudo dos jogos e brincadeiras divididos por regiões do Brasil, analisando sobre como a formação populacional influenciou as brincadeiras e jogos, ou seja, quais práticas eram utilizadas pelos povos que habitavam originalmente essas regiões e que permanecem preservadas e quais práticas foram trazidas pelos povos que migraram para essas regiões. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF35LP20), (EF03LP22), (EF03LP25), (EF03LP26), da Língua Portuguesa; e (EF15AR26), da Arte, voltadas à descrição e comunicação de informações por múltiplas linguagens (escrita, audiovisual, oral, artística).
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	(EF35EF04) Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.	Recriar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando que, após a aprendizagem de uma brincadeira ou jogo popular do Brasil e de matriz indígena e africana que não conhecem, os alunos observem e analisem os espaços disponíveis, tanto na escola como em outros locais que frequentam no seu dia a dia, como praças, ruas, terrenos vazios, praias, dialoguem sobre possibilidades de adequações das brincadeiras e jogos às características desses espaços e se organizem para recriar essas práticas utilizando os materiais disponíveis. Experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana presentes no contexto comunitário e regional, significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. Nesta habilidade, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, referem-se a práticas que podem ser menos familiares aos alunos, exigindo que o professor proponha atividades que não necessariamente fazem parte de seu cotidiano.	Partir da relação entre o ser humano e o ambiente físico. A todo momento, realizamos movimentos em diferentes ambientes físicos. Nessa interação, podemos nos adaptar, transformar ou controlar o ambiente de acordo com nossa necessidade. Propor que os alunos pensem nas brincadeiras e jogos que conhecem, naqueles realizados durante as aulas e pensem como esses jogos e brincadeiras podem ser recriados e experimentados na escola e também fora dela. Pensar em ações que unam a escola a outras entidades do poder público para incorporar ações que possibilitem a observação e análise dos espaços públicos e o diálogo sobre possíveis intervenções para melhor aproveitamento desses espaços. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade e inicialmente propor que os alunos analisem e proponham intervenções em locais disponíveis próximos à escola, o que lhes dará informações e suporte sobre como agir, por exemplo, nas relações com o poder público, na análise dos espaços, na confecção de materiais ou adaptação daqueles disponíveis. Em momentos posteriores, os alunos reproduzem o processo, individual ou coletivamente, em espaços próximos de onde moram, buscando auxílio de parentes e outras pessoas do seu convívio para as intervenções.

3° AO 5° ANO

Esportes	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão	(EF35EF05) Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.	Experimentar os esportes de campo e taco, rede/parede e invasão significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Os alunos devem identificar os elementos comuns aos esportes referidos: 1. Campo e taco: rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola; 2. Rede/parede: arremessar, lançar ou rebater a bola à quadra adversária na tentativa de fazê-los cometer um erro, sendo incapaz de devolvê-la; 3. Invasão: comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo. Criar estratégias constitui um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando que os alunos, ao tentar recuperar uma bola rebatida nos esportes de campo e taco, criem estratégias para uma distribuição dos jogadores pelo espaço. O trabalho coletivo e o protagonismo são ações importantes presentes nos esportes. O protagonismo prevalece nas modalidades individuais, como no salto em distância e no tiro ao alvo, mas é importante também nos esportes coletivos, visto que o aluno deve se empenhar em realizar a sua função para o bem coletivo. O trabalho coletivo ocorre quando um grupo de pessoas se dedica a realizar uma tarefa, como nos esportes coletivos, e possibilita troca de experiências, ajuda mútua, aprendizagem de novas habilidades motoras e compartilhamento de decisões. A identificação dos elementos comuns aos esportes são aprendizagens que possibilitam aos alunos se organizar para desenvolver práticas que incluam a todos na execução das modalidades.	Aprofundar esta habilidade a partir do estudo das características dos movimentos necessários para execução dos elementos comuns aos esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, como as habilidades motoras de rebater, correr, lançar, passar, chutar, arremessar e saltar. A experimentação dos esportes evidencia as capacidades físicas, como a força muscular, a flexibilidade, o equilíbrio e a coordenação motora, e permitem discussões sobre a importância do seu desenvolvimento tanto para a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo como para a saúde e qualidade de vida. Outro ponto refere-se à importância da ênfase na participação e não no resultado. Sugere-se que haja, no decorrer do desenvolvimento das aulas, momentos de reflexão nos quais os alunos possam valorizar aprendizagens relacionadas à participação, como, por exemplo, a importância do trabalho em equipe para se atingir um objetivo comum, e não ao fato de terem ganho ou perdido uma disputa. A organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode propor que os alunos experimentem esportes de campo e taco, rede/parede e invasão que praticam para aqueles que conhecem e não praticam, finalizando com aqueles que não conhecem. Outro critério refere-se à complexidade de movimentos requeridos para a prática ou às regras que regem a modalidade.
Esportes	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão	(EF35EF06) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).	Diferenciar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando aos alunos que, após identificarem as características do jogo e do esporte, observem e descrevam as principais diferenças entre as duas práticas. A habilidade propõe que os alunos identifiquem as diferenças entre as práticas corporais do jogo e do esporte. Apesar de terem características comuns, no esporte formal, há regras rígidas, direcionamento para a competição e o resultado, treinamento físico e técnico e profissionalização, enquanto no jogo, apesar da presença da competição, é possível a flexibilização de regras, materiais e espaços para a sua prática, e constitui uma manifestação voltada para o lazer.	É importante que os alunos percebam que os conceitos de jogo e esporte são utilizados de maneira muito similar. Por exemplo, chamamos uma partida oficial de vôlei na televisão de "jogo" de vôlei, apesar de ser um esporte. Pode-se apresentar aos alunos as diversas definições de esporte utilizadas no Brasil, investigando a sua origem e o seu significado. Salientar que os jogos são aqueles os quais as regras podem ser alteradas, e esporte, aqueles que as regras não mudam, independente do lugar em que se esteja. Outro exemplo que pode ser utilizado é o "Manifesto Mundial do Esporte", criado pela UNESCO e que divide o esporte em esporte educacional, voltado para crianças e adolescentes em idade escolar (Fundamental e Médio), esporte de participação, praticado no tempo livre, em situações de lazer e com finalidade de bem-estar físico e psicológico, e esporte de alto rendimento, fundamentado na competição, com regras e normas rígidas e com o objetivo de superação, competição e vitória. Organizar a habilidade por anos seguindo um critério de complexidade seria iniciar com aprendizagens sobre as aproximações do esporte com o jogo, que permite a adaptação de regras e espaços e um caráter mais informal, até o estudo do esporte formal, como uma manifestação cultural de grande impacto em nossa sociedade, que é orientada para a competição, exclusão dos menos hábeis, profissionalismo, treinamento exaustivo e regras rígidas.
Ginásticas	Ginástica geral	(EF35EF07) Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.	Experimentar os elementos de ginástica geral significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. A ginástica geral tem como características a não competição, a diversidade musical, a utilização de elementos da cultura e o prazer pela prática. É uma modalidade utilizada, por exemplo, nas aberturas de jogos olímpicos e mundiais de futebol. A combinação de elementos da ginástica geral pressupõe aprendizagens prévias das habilidades (EF12EF07), (EF12EF08) e (EF12EF10). A proposição de coreografias é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando aos alunos que inicialmente identifiquem os movimentos que conseguem realizar para, a seguir, propor combinações e elementos de ligação entre esses elementos. As coreografias podem ser organizadas individualmente ou em grupos de acordo com as habilidades dos alunos.	Propiciar que os alunos tomem contato com apresentações de ginástica geral, sejam presenciais ou assistindo-as na televisão ou internet. A partir da observação, é importante que percebam que os movimentos dos praticantes representam algo, ou seja, as coreografias contam uma história. Sugerir, então, que os alunos investiguem sobre eventos significativos da cultura local, como lendas, mitos ou outros elementos do folclore, propondo sequências de movimentos ginásticos que representem esses eventos. Propor que visitem entidades que promovem as ginásticas, como escolas de dança, centros de cultura, universidades ou outros locais que possam auxiliá-los na produção das coreografias. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos segundo critérios de complexidade pode propor: partir de coreografias com movimentos de ginástica simples, propondo que os alunos elaborem as coreografias de acordo com a sua habilidades e gosto pessoal, para a proposição de coreografias mais elaboradas, utilizando diferentes materiais e com movimentos de maior complexidade; partir de temas preexistentes, como temas do folclore e da cultura local, para a proposição de que os alunos sugiram e criem temas mais próximos da sua realidade. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar, com as habilidades (EF15AR08), (EF15AR10), (EF15AR11), da Arte; (EF04MA16), (EF05MA15), da Matemática; e (EF35EF09), da própria Educação Física, voltados à experimentação, descrição e representação do movimento de pessoas e objetos no espaço.

3° AO 5° ANO	Ginásticas	Ginástica geral	(EF35EF08) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias vivências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização. A ginástica geral tem como características a não competição, a diversidade musical, a utilização de elementos da cultura e o prazer pela prática. É uma modalidade utilizada, por exemplo, nas aberturas de jogos olímpicos e mundiais de futebol. Os elementos básicos da ginástica geral são: equilíbrios, saltos, giros, rotações e acrobacias, com e sem materiais. Para que adotem procedimentos de segurança, os alunos devem (a) reconhecer as potencialidades e os limites do corpo, identificando que nosso corpo é estruturado para realizar movimentos: temos ossos, músculos, articulações, coração, pulmões, cérebro e sistema nervoso que atuam em conjunto, possibilitando uma grande quantidade de movimentos; (b) considerar dois importantes aspectos relacionados ao movimento: 1. Habilidades motoras: são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas; 2. Capacidades físicas: são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimorados, como a força muscular, o equilíbrio e a coordenação motora.	Propiciar que os alunos reconheçam que nosso corpo tem potencial para o movimento devido às estruturas corporais, que são os ossos, as articulações, os músculos, o coração, os pulmões, o cérebro e o sistema nervoso. À medida que vivenciam os movimentos de rotação, equilíbrio, saltos, acrobacias, entre outros, podem reconhecer as regiões corporais e as estruturas solicitadas. Por exemplo, durante uma sequência de saltos, são solicitados principalmente os membros inferiores e as articulações do tornozelo, joelho e quadril para amortecer o impacto na aterrissagem. Esse conhecimento possibilita aos alunos terem autonomia para adotar medidas de segurança não só durante as aulas de Educação Física, mas sempre que se envolverem em atividades físicas no seu dia a dia. Na identificação das potencialidades e limites do corpo, a habilidade possibilita também que se estabeleça relações com Ciências. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade relaciona esta sugestão à habilidade (EF35EF08), pois partir da elaboração de coreografias com movimentos de ginástica simples para movimentos mais complexos exige mais das estruturas corporais, assim como a necessidade de se refletir sobre medidas de segurança adequadas.
3° AO 5° ANO	Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	(EF35EF09) Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	Experimentar danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. Recriar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando aos alunos que utilizem as aprendizagens prévias sobre gestos, ritmos e espaços para movimentar-se nas danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Ao identificar as origens das danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, os alunos devem reconhecer que essas práticas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social até chegar a eles. Essa percepção gera um sentido de continuidade, preservação e valorização dos significados das danças para as culturas nas quais se originaram.	Propor situações de aprendizagem que permitam o aprofundamento na compreensão da identidade cultural dos povos e, em particular, daqueles que constituíram o povo brasileiro. Essas aprendizagens são importantes para que os alunos possam perceber por que existem diferentes tipos de dança e que são atribuídos diferentes significados a elas de acordo com a cultura local daqueles que a praticam. Organizar de forma que se estude as danças por região do Brasil, analisando se existem danças que são praticadas em todos os estados que compõem a região, quais são as danças de matriz indígena e quais são de matriz africana, quais as que sofreram influência do povoamento da região e quais são praticadas também em outras regiões do Brasil. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode propor o estudo das danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana divididos por regiões do Brasil, inicialmente conhecendo e vivenciando essas danças e aprofundando a análise sobre como a formação populacional influenciou as danças, ou seja, quais práticas eram utilizadas pelos povos que habitavam originalmente essas regiões e que permanecem preservadas e quais práticas foram trazidas pelos povos que migraram para essas regiões. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar, com as habilidades (EF15AR08), (EF15AR10), (EF15AR11), da Arte; (EF04MA16), (EF05MA15), da Matemática; e (EF35EF07), da própria Educação Física, voltados à experimentação, descrição e representação do movimento de pessoas e objetos no espaço.
3° AO 5° ANO	Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	(EF35EF10) Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana.	Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes significa que os alunos devem perceber como se manifestam os elementos de (1) ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular; (2) espaço, que se refere ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação; (3) gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança. A identificação desses elementos constitutivos possibilita aos alunos compará-los, observando quais são comuns e quais são diferentes nas danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana.	Elaborar maneiras para que os alunos identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras, estão presentes nas práticas. A experimentação das danças deve ser incentivada como fator de ampliação de repertório motor dos alunos e como oportunidade de se conhecer diferentes manifestações culturais da prática corporal. Os alunos devem comparar as danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana com aquelas que conhecem em termos de exigências físicas, habilidades motoras necessárias para a sua execução e intencionalidade daqueles que dançam (lazer, apresentação, ritual, celebração). Além disso, o estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular de Geografia. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode ser desenvolvida a partir de pesquisas sobre as danças mais tradicionais das regiões do Brasil e aprofundando para danças que se realizam em contextos mais regionais. Por exemplo, o bumba meu boi, que é praticado de diferentes formas de acordo com a localidade — se manifesta em grandes eventos, como no festival de Parintins, e em festas regionais realizadas em pequenas cidades.

3° AO 5° ANO

Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	(EF35EF11) Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana.	Formular e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização de forma segura. Executar os elementos constitutivos pressupõe conhecimentos sobre (1) ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular; (2) espaço, que refere-se ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação; (3) gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança. Os alunos devem perceber como esses elementos se manifestam nas danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana.	Propor que os alunos identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras, estão presentes nas práticas. A experimentação das danças deve ser incentivada como fator de ampliação de repertório motor dos alunos e como oportunidade de se conhecer diferentes manifestações culturais da prática corporal. A partir da experimentação, os alunos identificam e compartilham as principais dificuldades na sua realização, elaborando coletivamente estratégias para que todos consigam participar das práticas. Esta habilidade é uma oportunidade de os alunos se aprofundarem sobre as aprendizagens das danças, realizando pesquisas junto a escolas de dança, centros culturais, entidades de preservação de cultura ou universidades. Organizar a habilidade seguindo um critério de complexidade sobre os elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana. Iniciando com ritmos e gestos mais simples, um critério de complexidade pode ser desenvolvido a partir do aprofundamento dos elementos constitutivos das danças.
--------	---	--	---	--

3° AO 5° ANO

Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	(EF35EF12) Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.	Identificar situações de injustiça e preconceito significa que os alunos devem reconhecer que as danças e outras práticas corporais, como os esportes, os jogos e brincadeiras ou as ginásticas são praticadas de forma diferente de acordo com a sua origem e o ambiente social em que se manifestam, e que o contato com práticas de uma cultura muito diferente pode gerar situações de não aceitação e intolerância. As aprendizagens sobre as origens das práticas corporais e o seu significado para aqueles que as praticam constituem elementos importantes para se discutir e debater soluções para a superação de injustiça e preconceitos expressos nessas manifestações.	Proporcionar momentos de reflexão, em que os alunos identifiquem que o preconceito parte de uma opinião ou conceito formado antes de se ter os conhecimentos adequados sobre o assunto. Pode-se, desse modo, propor aprofundamentos sobre algumas leis que possibilitam reflexões sobre os direitos dos brasileiros, como a Lei de Direitos Humanos, o Estatuto do Índio ou o Estatuto da Igualdade Racial. Os alunos devem reconhecer que as danças e demais práticas corporais são manifestações da cultura corporal de movimento a que todo cidadão tem direito de praticar. Podem-se propor visitas a instituições locais que promovam as danças e promover diálogos com seus participantes, investigando quais as situações de preconceito e injustiça que identificam nessas práticas e discutir alternativas para superá-las. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos poderia partir da investigação e proposição de combate a preconceitos nas danças, ampliando, em anos posteriores, para outras práticas corporais.
--------	---	--	--	--

3° AO 5° ANO

Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana	(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Recriar é um processo complexo, que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesse grupo etário, pode se desenvolver, por exemplo, solicitando aos alunos que, após a experimentação de modalidades de lutas presentes no contexto comunitário e regional e de lutas de matriz indígena e africana, organizem-se para adaptá-las as características dos espaços e materiais disponíveis para que todos participem. Nesta habilidade, lutas presentes no contexto comunitário e regional são aquelas que os alunos identificam e reconhecem no ambiente social no qual vivem. Já as lutas de matriz indígena e africana são as originadas nessas culturas, e possuem significados que variam de acordo com o seu contexto de prática, manifestando-se de diversas formas, como em celebrações, ritos de passagem, disputas entre grupos, jogos ou apresentações.	Iniciar com o relato dos alunos sobre as lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana que conhecem, praticam e observam outros praticando no seu ambiente social pode servir de ponto de partida para o desenvolvimento da habilidade. A partir desses relatos, experimentar e recriar as práticas, adaptando as regras às características dos alunos e os materiais e espaços disponíveis às exigências da modalidade. Organizar para que fique claro a forma de como os jogos e brincadeiras estão associados à modalidade, para que a prática seja significativa e não se torne apenas mais uma brincadeira. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos poderia propor experimentações de lutas com movimentos e regras mais simples para lutas com exigências corporais e regras mais complexas.
-------	---	---	--	---

3° AO 5° ANO

Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana	(EF35EF14) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização. Nesta habilidade, lutas presentes no contexto comunitário e regional são aquelas que os alunos identificam e reconhecem no ambiente social no qual vivem. Já as lutas de matriz indígena e africana são as originadas nessas culturas, e possuem significados que variam de acordo com o seu contexto de prática, manifestando-se de diversas formas, como em celebrações, ritos de passagem, disputas entre grupos, jogos ou apresentações. A aprendizagem sobre as normas de segurança incluem questões relativas ao espaço, como, por exemplo, o tipo de solo (areia, gramado, piso duro), materiais (colchões para amortecer quedas ou luvas) e a obediência às regras, prezando o respeito ao oponente na prática das lutas de matriz indígena e africana.	Esta habilidade pode ser explorada propondo o estudo das lutas em diferentes aspectos: a compreensão histórica das lutas, que fazem parte da história humana, inicialmente como práticas de sobrevivência, modificando-se através dos tempos até chegar às modalidades que conhecemos hoje; a característica imprevisível e previsível das lutas. As lutas de demonstração têm caráter previsível, com movimentos coreografados, como os katas. Nas lutas de enfrentamento, o caráter é imprevisível, pois, entre outras coisas, não existe a definição de um tempo estabelecido e sim de um tempo máximo. Em uma luta de judô, por exemplo, um ippon define a luta independentemente do tempo; as habilidades motoras necessárias para a prática das modalidades, como socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar. Todas elas demandam uma técnica específica que varia de acordo com a modalidade estudada; as capacidades físicas presentes nas lutas, como a força muscular, a resistência muscular e a potência muscular, que podem ser aprimoradas com as práticas das lutas. Organizar as atividades práticas de forma que os alunos associem o que está sendo feito com os conceitos de cada luta. A organização da habilidade por anos poderia propor experimentações de lutas com movimentos e regras mais simples para lutas com exigências corporais e regras mais complexas.
-------	---	--	---	--

3° AO 5° ANO

Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana	(EF35EF15) Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.	Identificar as características das lutas refere-se a aprendizagens que permitam aos alunos reconhecer que estas são práticas onde estão presentes o enfrentamento físico direto, um conjunto de regras estabelecidas, a oposição entre indivíduos, um objetivo centrado no corpo da outra pessoa, ações de caráter simultâneo entre os participantes e a imprevisibilidade. Lutas presentes no contexto comunitário e regional refere-se àquelas que os alunos identificam e reconhecem no ambiente social no qual vivem. Já as lutas de matriz indígena e africana são as originadas nessas culturas, e possuem significados que variam de acordo com o seu contexto de prática, manifestando-se de diversas formas, como em celebrações, ritos de passagem, disputas entre grupos, jogos ou apresentações. Reconhecer as diferenças entre brigas e lutas significa que os alunos devem aprender que as lutas são modalidades esportivas compostas de regras e técnicas de golpes sistematizados, enquanto que a briga é o enfrentamento entre duas ou mais pessoas, sem regras ou fundamentos pedagógicos, com a intenção de agredir e com o uso de violência desmedida.	Enfatizar com os alunos sobre a distinção entre as lutas e as brigas. O aprofundamento sobre as características das lutas constitui ponto de partida para esse entendimento. As lutas são modalidades esportivas compostas de regras e técnicas de golpes sistematizados, com ações contra um oponente e com respeito entre os praticantes. Propor a experimentação e a fruição das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, identificando essas características. A briga é o enfrentamento entre duas ou mais pessoas, sem regras ou fundamentos pedagógicos, com a intenção de agredir e com o uso de violência desmedida. Outra proposta na habilidade refere-se ao reconhecimento das diferenças entre as lutas e as demais práticas corporais. Uma ação presente nas lutas que as diferenciam das demais e deve ser trabalhada com os alunos é a de que a luta tem o objetivo centrado no corpo da outra pessoa. Essa situação muitas vezes causa desconforto e recusa em participar das práticas. É aconselhável iniciar as experimentações das lutas com atividades mais simples, explorando o contato com o outro, como movimentos de deslocar o colega de um determinado espaço e desequilíbrios, além de vivenciar os golpes das lutas em materiais como bexigas, colchonetes ou bolas. A organização da habilidade por anos poderia propor aprendizagens sobre lutas que os alunos conhecem e fazem parte do seu contexto social para lutas menos familiares.
-------	---	---	--	---

6° E 7° ANO

Brincadeiras e jogos	Jogos eletrônicos	(EF67EF01) Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.	Experimentar jogos eletrônicos significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Jogos eletrônicos são aquelas modalidades de jogos que se utilizam de tecnologia de um computador e podem ser jogados em celulares, tablets, computadores pessoais ou em equipamentos criados mais especificamente para esse uso, chamados de consoles. Valorizar e respeitar sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários significa compreender que os jogos eletrônicos são potencialmente aderentes em termos comportamentais e que as pessoas se utilizam dessas práticas como forma de diversão, educação ou por razões profissionais.	Durante as aulas, propiciar aos alunos momentos para que haja o contato com os jogos eletrônicos. Perguntar aos alunos quais jogos eletrônicos eles conhecem, jogam ou já jogaram. Hoje o acesso a jogos eletrônicos é constante nos celulares, computadores, televisores, entre outros. Indagar os alunos sobre as sensações causadas nas vivências dos diferentes jogos e analisar coletivamente quais foram os preferidos. Analisar com os alunos sobre os jogos que “onlines”, individuais, coletivos, jogos esportivos, os que podem também ser utilizados para a compreensão das regras das modalidades esportivas e também para conhecer esportes que não são do cotidiano deles, como por exemplo o futebol americano, rúgbi e basebol. Proporcionar momentos de análise acerca da prática excessiva desses jogos eletrônicos, conscientizando sempre sobre os benefícios de uma vida ativa.
----------------------	-------------------	---	---	--

6° E 7° ANO

Brincadeiras e jogos	Jogos eletrônicos	(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.	Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos significa compreender que essas práticas acompanharam a evolução das tecnologias, inicialmente sendo praticados em equipamentos específicos para esse fim, com imagens simples, que limitavam os tipos de jogos disponíveis e utilizando consoles conectados por fios aos joysticks e ao televisor, passando a ser disponíveis em aparelhos portáteis, como tablets e celulares, com imagens gráficas de alta resolução e com variados tipos de jogos que podem ser praticados individual ou coletivamente utilizando conexões sem fios. Deve-se compreender também que eles sofreram modificações no seu modo de prática, inicialmente com jogos com pouca modificação para jogos com maior envolvimento corporal. Jogos eletrônicos são aquelas modalidades de jogos que se utilizam de tecnologia de um computador e podem ser jogados em celulares, tablets, computadores pessoais ou em equipamentos criados mais especificamente para este uso, chamados de consoles.	Organizar oportunidades para que os alunos, após as vivências dos jogos eletrônicos comparem aqueles que não exigem nenhuma atividade física, aqueles que exigem algum esforço físico (como por exemplo os que usam sensor de movimento: Nintendo Wii, Kinect e PS move) e os jogos não eletrônicos. Aproveitar a oportunidade para discutir com os alunos sobre os problemas que o excesso de tempo dedicados aos jogos eletrônicos podem ocasionar e suas relações com sedentarismo e prática de atividade física. Analisar coletivamente os benefícios e os malefícios dos avanços tecnológicos. Propor pesquisas com os familiares sobre qual a preferência deles nos horários de lazer: jogos eletrônicos? Jogos eletrônicos com movimento? Ou outros tipos de jogos que não são eletrônicos? A partir dessa pesquisa pode-se fazer uma análise coletiva e socialização dos resultados encontrados.
----------------------	-------------------	--	---	--

6° E 7° ANO

Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	(EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.	Experimentar os esportes significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Os esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos; os esportes de precisão, pelo ato de arremessar ou lançar um objeto, procurando acertar ou aproximá-lo de um alvo específico; os esportes de invasão, por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo; e os esportes técnico-combinatórios são quando o resultado da ação motora é comparado à qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios. O trabalho coletivo ocorre quando um grupo de pessoas se dedica a realizar uma tarefa, como nos esportes coletivos, e possibilita troca de experiências, ajuda mútua, aprendizagem de novas habilidades motoras e compartilhamento de decisões. O protagonismo prevalece nas modalidades individuais, como no salto em distância e no tiro ao alvo, mas é importante também nos esportes coletivos, visto que o aluno deve se empenhar em realizar a sua função para o bem coletivo.	Proporcionar durante as aulas atividades que contemplem uma ampla variedade de esportes. Permitir aos alunos o contato com os esportes: de marca, como por exemplo as diversas provas do atletismo; de precisão, que são aqueles que visam acertar um alvo ou aproximar um objeto do alvo; os de invasão, como futebol, futsal, handebol, basquetebol, rúgbi, entre outros; e os técnicos combinatórios, como por exemplo a ginástica. Para que os alunos possam experimentar estes esportes é necessário fazer as adaptações de espaço e materiais dentro da aula, tornando o trabalho efetivo e que atinja todos os alunos da sala. Propor aos alunos, após as práticas conversas sobre quais habilidades motoras são exigidas nas diferentes modalidades praticadas, quais as capacidades físicas que eles utilizaram (força muscular, coordenação motora, agilidade, equilíbrio e velocidade). Estes são atributos muito importantes para a aptidão física e para a saúde, que se evidenciam durante a prática de determinada modalidade. Em um jogo de basquete, por exemplo, a pouca coordenação motora compromete o quicar da bola no chão. Durante as vivências também identificar com os alunos quais foram os desafios táticos encontrados, as soluções que tiveram que encontrar para resolução dos conflitos e desafios apresentados. Sugerir que os alunos pesquise sobre essas modalidades, investigando sua origem, regras e materiais necessários para a sua prática. Organizar o trabalho com as modalidades esportivas sempre partindo das atividades mais simples para as mais complexas, para que os alunos possam ir solucionando os desafios apresentados de forma gradativa. Partir dos esportes que eles conhecem mais, para aqueles que eles conhecem menos, para ampliar o conhecimento dos alunos. Verificar a possibilidade de visitas à clubes e também de trazer pessoas ligadas às práticas desses esportes para a escola para momentos de partilhas de suas experiências, dialogando sobre a importância do trabalho coletivo e do protagonismo na prática das modalidades.
----------	---	---	---	---

DCR

6° E 7° ANO

Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	(EF67EF04) Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.	Praticar os esportes significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. Os esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos; os esportes de precisão, pelo ato de arremessar ou lançar um objeto, procurando acertar ou aproximá-lo de um alvo específico; os esportes de invasão, por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo; e os esportes técnico-combinatórios são quando o resultado da ação motora é comparado à qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios. Usar habilidades técnico-táticas básicas significa se apropriar de aprendizagens sobre os principais movimentos requisitados nas modalidades e sobre como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo. Respeitar as regras significa compreender que as normas e regras são estabelecidas para garantir a segurança e equidade entre os participantes.	
Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	(EF67EF05) Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Solucionar os desafios técnicos e táticos significa que os alunos devem, mediante situações nas quais se deparam com dificuldades em realizar os movimentos requisitados nas modalidades ou como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo, compartilhar sugestões para que consigam superá-las. Os esportes de marca se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos; os esportes de precisão, pelo ato de arremessar ou lançar um objeto, procurando acertar ou aproximá-lo de um alvo específico; os esportes de invasão, por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo; e os esportes técnico-combinatórios são quando o resultado da ação motora é comparado à qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios.	
Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	(EF67EF06) Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).	Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes significa compreender que a prática corporal caracteriza-se originalmente pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regida por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição. Com o passar do tempo, passou-se a utilizar o termo esporte para definir uma série de atividades no contexto de lazer, da educação e da saúde.	

6° E 7° ANO

Apresentar aos alunos as diversas definições de esporte utilizadas no Brasil, a sua origem e o seu significado. Um exemplo é o "Manifesto Mundial do Esporte", criado pela UNESCO, e que divide o esporte em esporte educacional, voltado para crianças e adolescentes em idade escolar (fundamental e médio), esporte de participação, praticado no tempo livre, em situações de lazer e com finalidade de bem-estar físico e psicológico, e esporte de alto rendimento, que são as práticas fundamentadas na competição, com regras e normas rígidas e com o objetivo de superação, competição e vitória. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade seria iniciar com aprendizagens sobre as aproximações do esporte com o jogo, que permite a adaptação de regras e espaços e um caráter mais informal, até o estudo do esporte formal, como uma manifestação cultural de grande impacto em nossa sociedade, que é orientada para a competição, exclusão dos menos hábeis, profissionalismo, treinamento exaustivo e regras rígidas. Propor também aos alunos análises sobre essas diferenças apresentadas entre os esportes e quais eles possuem acesso fora da escola: no seu bairro possuem espaços públicos para praticar esportes? Você pratica algum esporte em seu tempo livre? Em sua cidade existem times profissionais? Se sim, você já foi a algum jogo? Essas perguntas podem auxiliar o entendimento dos alunos sobre essas diferenciações entre as práticas esportivas.

DCR

6° E 7° ANO

	Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	(EF67EF07) Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.	Propor e produzir alternativas, nesta habilidade, refere-se às aprendizagens que possibilitam ao aluno ter condições de realizar, de forma autônoma, uma determinada prática corporal, não só durante as aulas, como também para além delas. Ao experimentar os esportes e outras práticas corporais, como jogos, brincadeiras, danças, ginásticas e lutas na escola, os alunos devem dialogar sobre quais não praticam e não observam pessoas praticando nos espaços que frequentam e, baseados nas características desses espaços, dialogar sobre soluções que possam fazer outras pessoas praticá-los.	Abordar com os alunos sobre a práticas dos esportes nos ambientes externos às escolas: praças, campos, parques, quadras etc. Quais esportes são praticados nesses espaços? Quais esportes poderiam ser praticados? E por fim, quais esportes ele já praticou nesses espaços? Podem ser propostos encontros entre agentes do poder público, líderes comunitários e a escola, propondo soluções sobre como utilizar esses espaços para que esses esportes possam se tornar acessíveis à comunidade. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode sugerir que os alunos se organizem inicialmente para produzir alternativas de práticas nos espaços disponíveis no entorno da escola, ampliando essas ações para outros ambientes da comunidade. Havendo possibilidade, organizar uma ida com os alunos até estes espaços, para mostrar como é possível ocupar este espaço.
6° E 7° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico	(EF67EF08) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Exercícios físicos são tipos de atividades físicas orientadas para um determinado fim e, no caso da habilidade, se relacionam com a aptidão física. As capacidades físicas são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimoradas com o treinamento. As sensações provocadas pelo exercício físico dependem da intensidade, modalidade de exercício e do nível de condicionamento dos praticantes, e podem incluir ofegância, fadiga ou sudorese.	Organizar na elaboração das atividades, formas para que todos participem da prática de exercícios físicos, tendo como objetivo a percepção do mesmo como promoção à saúde. Enfatizar processos que levem os alunos a: compreenderem a relação entre exercício físico e saúde, identificando as principais capacidades físicas e estruturas corporais envolvidas nesses processos; reconhecerem que existem diferenças de condicionamento físico entre eles e propor atividades que sejam adequadas a todos. Uma possibilidade de aumento da complexidade da habilidade pode propor o estudo de modalidades de exercícios que trabalhem capacidades físicas isoladamente para exercícios combinando capacidades físicas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF69LP23), (EF69LP24), (EF69LP28) e (EF67LP15), da Língua Portuguesa, no que se refere à compreensão e contribuição com textos normativos e regimentos. É importante que os alunos compreendam que essas práticas podem ser prazerosas, e para isso, o professor pode organizar essas práticas também em forma de circuitos e competições.
6° E 7° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico	(EF67EF09) Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde.	O construir coletivamente a que a habilidade se refere é um processo que demanda outras habilidades, como conhecer e experimentar os diferentes tipos de exercícios e compreender as características dessa prática corporal. Exercícios físicos são tipos de atividades físicas orientadas para um determinado fim e, no caso da habilidade, se relacionam com a aptidão física. Procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos significa que os alunos devem propor práticas respeitando as características individuais, nível de condicionamento e gosto pessoal de cada aluno. Os exercícios físicos recomendados para a promoção da saúde para esta faixa etária devem ser de intensidade moderada a vigorosa e incluir exercícios aeróbicos e exercícios resistidos (exercícios realizados contra uma resistência, o que pode ser feito com o próprio corpo ou com a utilização de pesos).	Propiciar aos alunos as aprendizagens necessárias para incluir a participação de todos na prática de exercícios com o objetivo de promover a saúde, enfatizando os processos que levem os alunos a: compreenderem a relação entre exercício físico e saúde, identificando as principais capacidades físicas e estruturas corporais envolvidas nesses processos; reconhecerem que existem diferenças de condicionamento físico entre eles e propor atividades que sejam adequadas a todos. Uma possibilidade de aumento da complexidade da habilidade pode propor o estudo de modalidades de exercícios que trabalhem capacidades físicas isoladamente para exercícios combinando capacidades físicas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF69LP23), (EF69LP24), (EF69LP28) e (EF67LP15), da Língua Portuguesa, no que se refere à compreensão e contribuição com textos normativos e regimentos.
6° E 7° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico	(EF67EF10) Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.	Diferenciar exercício físico de atividade física demanda compreender essas duas manifestações. Atividades físicas são qualquer movimento corporal utilizando os músculos esqueléticos. O exercício físico é um tipo de atividade física orientado para um determinado fim, como melhorar o desempenho físico de um atleta ou aprimorar a aptidão física para a saúde. Propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar significa que os alunos devem se apropriar dos conhecimentos sobre tipos de exercício físico e possibilidades de praticá-los fora do ambiente escolar, como, por exemplo, correr, fazer séries de abdominais ou flexões de braços.	Explicitar durante as atividades as diferenças entre atividade física e exercício físico. Atividade física, constitui qualquer movimento realizado pelos músculos esqueléticos, produzindo um gasto energético acima do repouso, e o exercício físico, como um tipo de atividade física que consiste em movimentos corporais programados, estruturados e sistematicamente repetitivos que têm objetivos específicos, como melhorar o condicionamento físico para a saúde ou desempenho esportivo. Propor aos alunos que observem e registrem as atividades físicas que fazem parte do seu dia a dia, observando se são fisicamente ativos, e diferenciando quais são atividades físicas de quais são exercícios físicos. Por exemplo, alguns alunos permanecem mais tempo em atividades sedentárias, outros caminham bastante, ajudam os familiares nas tarefas de casa ou praticam uma modalidade esportiva de modo sistematizado. A partir dessa observação, pode-se discutir sobre a importância de ser fisicamente ativo, quais são as capacidades físicas importantes para a saúde e como desenvolver essas capacidades utilizando locais e meios disponíveis no seu dia a dia de forma segura. Além disso, pode-se aprofundar a habilidade relacionando as capacidades físicas às estruturas corporais envolvidas no exercício — por exemplo, na capacidade cardiorrespiratória, há o envolvimento conjunto das estruturas dos músculos, coração e pulmões. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode partir de ações criadas pelos alunos para aumentar a quantidade de atividade física realizada por eles diariamente, ampliando para sugestões para a comunidade escolar, como pais, professores e demais funcionários da escola e, a seguir, para a comunidade em geral.

6° E 7° ANO

Danças	Danças urbanas	(EF67EF11) Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Danças urbanas são modalidades de danças que surgiram em guetos e centros urbanos, em geral praticadas em espaços públicos, fora de ambientes formais. Os elementos constitutivos das danças são: (1) ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular; (2) espaço, que refere-se ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação; e (3) gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança.	Sugerir que os alunos identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras, estão presentes nas práticas. A experimentação das danças deve ser incentivada como fator de ampliação de repertório motor dos alunos e como oportunidade de se conhecer diferentes manifestações culturais da prática corporal. Além disso, o estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular de Geografia. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode ser desenvolvida promovendo aprendizagens sobre o percurso histórico das danças urbanas, partindo-se das suas modalidades originais para aquelas que são praticadas nos dias de hoje.
--------	----------------	--	--	--

6° E 7° ANO

Danças	Danças urbanas	(EF67EF12) Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Os elementos constitutivos das danças são: (1) ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular; (2) espaço, que refere-se ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação; e (3) gesto, que é o movimento aliado a um significado, que constitui a expressão daquilo que é observado nos movimentos de quem dança. Danças urbanas são modalidades de danças que surgiram em guetos e centros urbanos, em geral praticadas em espaços públicos, fora de ambientes formais.	Solicitar aos alunos que identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras, estão presentes nas práticas. A experimentação das danças deve ser incentivada como fator de ampliação de repertório motor dos alunos e como oportunidade de se conhecer diferentes manifestações culturais da prática corporal. Os alunos devem planejar estratégias para aprender os elementos constitutivos das danças urbanas, propondo-se, por exemplo, visitas a locais onde pessoas praticam essas modalidades de danças para observar os movimentos dos praticantes, convidar um praticante de danças urbanas para uma visita e oficina na escola ou assistir a vídeos com tutoriais e apresentações de danças urbanas. Além disso, o estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular de Geografia.
--------	----------------	--	--	---

6° E 7° ANO

Danças	Danças urbanas	(EF67EF13) Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais.	Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança significa que os alunos devem vivenciar os diferentes tipos de danças e as danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos e características presentes nessas modalidades, para, então, poder compará-las. As danças urbanas são modalidades de danças que surgiram em guetos e centros urbanos, em geral praticadas em espaços públicos, fora de ambientes formais. Valorizar e respeitar sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais significa compreender que as danças urbanas foram criadas em locais onde viviam pessoas de grupos minoritários e que, com o passar do tempo, foram criadas diversas modalidades de danças urbanas praticadas por diferentes grupos sociais.	Retomar com os alunos as modalidades de dança aprendidas ao longo dos anos anteriores e comparar com as danças urbanas: sua origem e os movimentos que surgiram a partir da sua criação, o significado para aqueles que inicialmente praticavam a modalidade e o seu significado nos dias atuais, os movimentos dos praticantes em comparação com outras modalidades de dança, as letras das músicas e as vestimentas utilizadas pelos dançarinos, o ambiente físico (espaço) no qual é praticada etc. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode ser desenvolvida promovendo aprendizagens sobre o percurso histórico das danças urbanas, partindo-se das suas modalidades originais para aquelas que são praticadas nos dias de hoje. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com a habilidade (EF69AR13), da Arte, no que se refere à investigação de diferentes tipos de danças.
--------	----------------	---	---	--

6° E 7° ANO

Lutas	Lutas do Brasil	(EF67EF14) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Lutas do Brasil, na habilidade, referem-se àquelas praticadas pelo território brasileiro, porém, em esferas sociais menos familiares aos alunos. Valorizar a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, refere-se às aprendizagens sobre normas de segurança, que incluem questões relativas ao espaço, como, por exemplo, o tipo de solo (areia, gramado, piso duro), materiais (colchões para amortecer quedas ou utilização de luvas) etc.	Propor o estudo das lutas partindo dos seguintes aspectos: compreensão histórica das lutas no Brasil, no que diz respeito a quais são as modalidades típicas brasileiras, quais foram introduzidas no país ao longo dos anos e como elas se manifestam nos dias de hoje; identificação das regras e normas de segurança para a prática das lutas, visto que grande parte das lutas pressupõem contato físico entre os praticantes; habilidades motoras necessárias para a prática das modalidades, como socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar, cada um com sua técnica específica; capacidades físicas presentes nas lutas, como a força muscular, a resistência muscular e a potência muscular, que podem ser aprimoradas com as práticas das lutas; qual o ambiente físico no qual determinada luta é praticada, como ringue, tatame, espaços abertos ou fechados; quais as vestimentas dos praticantes, como luvas, protetores, quimonos, e a sua utilidade durante as lutas. Utilizar atividades adaptadas em formas de brincadeiras, associando aos objetivos das diversas modalidades de lutas. Isso permite que os alunos compreendam melhor quais são os objetivos das lutas e ampliem eu gosto pela prática.
-------	-----------------	--	---	---

6° E 7° ANO

	Lutas	Lutas do Brasil	(EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Lutas do Brasil, na habilidade, refere-se àquelas praticadas pelo território brasileiro, porém, em esferas sociais menos familiares aos alunos. Respeitar o colega como oponente significa compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa. Desse modo, devem respeitar as normas da modalidade e discutir sobre procedimentos de prática que considerem a inclusão de todos com segurança.	
6° E 7° ANO	Lutas	Lutas do Brasil	(EF67EF16) Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.	Identificar as características das lutas do Brasil refere-se a aprendizagens sobre alguns de seus elementos: a) códigos: condutas que devem assumir durante as práticas; B) rituais: elementos específicos que fazem parte da luta, como cumprimentar o adversário e o juiz antes do enfrentamento; c) elementos técnico-táticos: são movimentos específicos que os praticantes devem dominar, como os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô; d) indumentária: são as vestimentas utilizadas, como o quimono no karatê; e) materiais: equipamentos utilizados pelos lutadores, como luvas, protetores de boca, protetores de cabeça etc.; d) instalações: locais de disputa, como tatames ou ringues. Lutas do Brasil, na habilidade, refere-se àquelas praticadas pelo território brasileiro, porém, em esferas sociais menos familiares aos alunos.	
6° E 7° ANO	Lutas	Lutas do Brasil	(EF67EF17) Problematicar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.	Problematicar preconceitos e estereótipos significa fazer questionamentos e reflexões relacionados ao universo das lutas e demais práticas, como esportes, danças, jogos e brincadeiras e ginásticas, observando que são praticados de formas diferentes de acordo com a sua origem e o ambiente social no qual se manifestam, e que o contato com práticas de culturas diferentes pode gerar situações de não aceitação e intolerância. As aprendizagens sobre as origens das práticas corporais e o seu significado para aqueles que as praticam constituem elementos importantes para se discutir e debater soluções para a superação de injustiça e preconceitos expressos nessas manifestações.	Durante as aulas, é interessante que os alunos identifiquem que o preconceito parte de uma opinião ou conceito formado antes de se terem os conhecimentos adequados sobre o assunto. Pode-se, desse modo, propor aprofundamentos sobre algumas leis que possibilitam reflexões sobre os direitos dos brasileiros, o Estatuto do Índio ou o Estatuto da Igualdade Racial ou a Declaração Universal dos Direitos Humanos. Os alunos devem reconhecer que as lutas e demais práticas corporais são manifestações da cultura corporal de movimento a que todo cidadão tem direito. Podem-se propor visitas a instituições locais que promovam lutas ou convidar praticantes de lutas da localidade para uma visita à escola e promover diálogos com os alunos, investigando quais as principais situações de preconceito ou estigmatização aos praticantes das modalidades e alternativas para superá-las. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente a investigação e proposição de combate a preconceitos nas lutas, ampliando, em anos posteriores, para outras práticas corporais. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com a habilidade (EF69AR15), da Arte, no que se refere à problematização de estereótipos e preconceitos relacionados a práticas corporais. Há, também, oportunidade de trabalho interdisciplinar com as habilidades (EF69LP01), (EF69LP11), (EF69LP13), (EF69LP14), (EF69LP15), (EF06LP01), (EF67LP19), da Língua Portuguesa; e (EF69AR33), da Arte, no que se refere à compreensão crítica de diferentes pontos de vista sobre temas controversos e de relevância social.
6° E 7° ANO	Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	(EF67EF18) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. As práticas corporais de aventura urbana exploram formas de experimentação corporal em ambientes urbanos, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Valorizar a própria integridade física e as dos demais significa reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com o bem-estar de todos. Por exemplo, durante uma prática de skate, os alunos que não têm contato com o equipamento devem procurar formas de práticas seguras, como andar inicialmente sentados, apoiando na parede ou com o auxílio dos colegas.	Explorar aprendizagens sobre os princípios dos esportes de aventuras, que surgiram como alternativa aos esportes tradicionais, com modalidades onde não há regras que delimitam a sua prática. Os praticantes buscam descobrir soluções e superar seus próprios limites ao executar uma manobra ou transpor um obstáculo. Propor situações de aprendizagens que permitam a identificação dessas características durante a sua prática, como, por exemplo, em uma sequência sobre a modalidade de aventura urbana de Parkour, pode-se: analisar o ambiente e os percursos possíveis de serem realizados; propor percursos de acordo com a própria habilidade; discutir sobre como aprimorar as habilidades motoras e capacidades físicas necessárias para superar desafios mais complexos; propor o aumento dos desafios de acordo com o próprio desenvolvimento. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente a investigação e proposição de práticas de aventura urbana que conheçam ou praticam para aquelas que não fazem parte do seu contexto social.

DCR

6° E 7° ANO	Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	(EF67EF19) Identificar os riscos durante a realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação.	Identificar os riscos significa reconhecer que as práticas corporais de aventura urbana possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos, portanto, é uma prática onde os riscos estão presentes e devem ser gerenciados. As práticas corporais de aventura urbana exploram formas de experimentação corporal em ambientes urbanos, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Os reconhecimentos dos riscos na presença dessas práticas corporais devem servir de base para discutir quais modalidades serão realizadas e quais principais ações motoras estão presentes na sua realização. A partir dessa análise, devem estabelecer coletivamente medidas para superar os riscos, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos praticantes.	Proporcionar aprendizagens aos alunos sobre as práticas de aventura urbanas que permitam a eles identificar as estratégias necessárias para identificar e controlar os possíveis riscos, que podem incluir os locais no qual serão realizadas as práticas, quem irá participar, quais habilidades motoras são requisitadas para as atividades e quais os materiais e recursos disponíveis. De posse dessas informações, os alunos devem discutir coletivamente sobre maneiras de se realizar as práticas de modo que todos possam participar com segurança, como, por exemplo, criar obstáculos de diferentes tamanhos ou criar situações de desafio de níveis variados para que possam praticar as modalidades escolhidas de acordo com as suas habilidades. À medida que progridem, podem escolher desafios de maior dificuldade. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente a investigação do risco e a proposição de estratégias de segurança de práticas de aventura urbana que conhecem ou praticam para aquelas que não fazem parte do seu contexto social.
6° E 7° ANO	Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	(EF67EF20) Executar práticas corporais de aventura urbanas, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura em diversos espaços.	Executar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. As práticas corporais de aventura urbana exploram formas de experimentação corporal em ambientes urbanos, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Patrimônio público é um conjunto de bens à disposição da população e que deve ser utilizado com um senso de coletividade e preservação. Utilizar alternativas para práticas seguras significa considerar os seguintes elementos: a) Qual prática será realizada; b) Quem irá realizar essa prática; c) Quais habilidades motoras são requisitadas para as práticas; d) Qual o local de realização das práticas; e) Quais os materiais e recursos disponíveis. A partir da análise desses elementos, os alunos devem refletir sobre maneiras de realização das práticas de aventuras urbanas nos espaços públicos disponíveis, analisando os riscos tanto para si mesmos como para os frequentadores e propondo soluções para uma prática segura.	É importante que os alunos aprendam os conceitos de patrimônio público, que são bens que estão à disposição da coletividade e não se referem apenas a bens materiais. A Lei de Ação Popular nº 4.717/65 define patrimônio público, em seu artigo 1º, parágrafo 1º, como o conjunto de bens e direitos de valor econômico, artístico, estético, histórico ou turístico. Uma das classificações de bens públicos são os "bens de uso comum do povo", que incluem os rios, mares, estradas, ruas e praças, entre outros. Propor reflexões sobre a noção de patrimônio público como um conjunto de bens e direitos que pertence a todos e não a um determinado indivíduo ou entidade. Pode-se propor visitas a bens públicos para que os alunos observem, analisem e vivenciem modalidades de aventuras urbanas nesses espaços, propondo práticas que sejam seguras tanto para si mesmos como para os seus frequentadores, e que preservem o bem público para que outras pessoas possam usufruir desses locais. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente as práticas nos bens públicos no entorno da escola, ampliando para a observação e proposição de práticas em locais que os alunos frequentam no seu dia a dia.
6° E 7° ANO	Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	(EF67EF21) Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas.	Identificar a origem das práticas corporais de aventura significa compreender que essas manifestações surgiram da vontade de superar obstáculos impostos pela natureza, resultando em modalidades de práticas não convencionais. Recriar é um processo que demanda uma série de outras aprendizagens e que, nesta habilidade, pressupõe que os alunos reconheçam suas características, como: a) Instrumentos: materiais utilizados para as práticas, como bicicleta, skate, cordas, pranchas de surfe; b) Equipamentos de segurança: capacete, luvas, colete salva-vidas, joelheiras, entre outros; c) Indumentária: vestimentas apropriadas para as práticas, como bermudas largas para a prática do skate ou calçados reforçados para o montanhismo; d) Organização: refere-se a possíveis classificações das práticas, como, por exemplo, o ambiente físico no qual são realizadas (água, ar, terra).	Organizar atividades que possibilitem as aprendizagens sobre as práticas corporais de aventura urbana que incluem: a sua origem, quais as pessoas que as praticavam, a sua evolução ao longo do tempo e quais as pessoas que as praticam atualmente; quais os princípios das práticas, como a ausência de regras e a superação de limites; quais as habilidades motoras requeridas para a sua prática e como podemos aprendê-las e aprimorá-las; quais as capacidades físicas solicitadas durante a sua prática, como o equilíbrio, a agilidade, o tempo de reação e a flexibilidade; qual o ambiente físico no qual são praticadas, como rua, parque, local com obstáculos, espaços abertos ou fechados; quais as vestimentas dos praticantes, como luvas, capacetes, óculos, joelheiras, e a sua utilidade durante a prática; quais as principais práticas corporais de aventura urbana que existem atualmente e como recriá-las adaptando os espaços e materiais disponíveis. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente aprendizagens sobre as práticas que podem adaptar na escola para práticas que utilizem os espaços disponíveis no entorno da escola, partindo para a solicitação de que alunos observem e compartilhem outros locais que frequentam e que têm potencial para as práticas, discutindo sobre como realizá-las nesses ambientes.

8° E 9° ANO

Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF01) Experimentar diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) e fruir os esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Os alunos devem vivenciar os papéis de jogador, que é aquele em que se participa ou atua no jogo, árbitro, que desempenha a função de fazer cumprir as regras, e técnico, que orienta e dirige uma equipe ou atleta. Esportes de rede/parede têm como característica arremessar, lançar ou rebater a bola à quadra adversária na tentativa de fazê-los cometer um erro, sendo incapaz de devolvê-la. Em esportes de campo e taco, os praticantes devem rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases enquanto os defensores não recuperam o controle da bola. Esportes de invasão se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo. Esportes de combate se caracterizam por disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa. O protagonismo prevalece nas modalidades individuais, como no salto em distância e no tiro ao alvo, mas é importante também nos esportes coletivos, visto que o aluno deve se empenhar em realizar a sua função para o bem coletivo. O trabalho coletivo ocorre quando um grupo de pessoas se dedica a realizar uma tarefa, como nos esportes coletivos, e possibilita troca de experiências, ajuda mútua, aprendizagem de novas habilidades motoras e compartilhamento de decisões.	Oportunizar durante as aulas a experimentação de diferentes papéis nos esportes, possibilitando ao aluno explorar situações de aprendizagem nas quais os alunos exercitem o senso de justiça, o diálogo e a alteridade. No papel de árbitro, por exemplo, devem ser observadas as regras e a integridade dos participantes. No papel de técnico, os alunos devem observar as características dos jogadores e explorar o seu potencial máximo para que possam, individual ou coletivamente, atingir os objetivos finais da modalidade. Como jogadores, devem apropriar-se de conhecimentos sobre as táticas e regras e aprimorar seus movimentos para que possam participar da maneira mais efetiva possível das modalidades. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos consiste em considerar como critério a complexidade das regras e solicitação das habilidades motoras dos esportes, iniciando com as mais simples, de acordo com as características dos alunos, para as mais complexas. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com a habilidade (EF69AR08), no que se refere à investigação e experimentação de diferentes papéis relacionados aos sistemas da arte e do esporte. Considerar que em algumas modalidades os alunos já possuem um conhecimento prévio, e isso pode ajudar a nortear a complexidade das atividades sugeridas durante as aulas.
Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF02) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.	Praticar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. Esportes de rede/parede tem como característica arremessar, lançar ou rebater a bola à quadra adversária na tentativa de fazê-los cometer um erro, sendo incapaz de devolvê-la. Em esportes de campo e taco, os praticantes devem rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases enquanto os defensores não recuperam o controle da bola. Esportes de invasão se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo. Esportes de combate se caracterizam por disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa. Usar habilidades técnico-táticas básicas significa se apropriar de aprendizagens sobre os principais movimentos requisitados nas modalidades e sobre como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo.	Propor aprendizagens sobre as modalidades dos esportes de campo e taco, rede e parede, invasão e combate, investigando-se sobre as suas origens, regras e materiais necessários para a prática. Para que se consiga utilizar as habilidades técnico-táticas das modalidades, é interessante propor a identificação das demandas motoras para as práticas, como: habilidades motoras, que são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas, propor situações de aprendizagem nas quais os alunos consigam observar, experimentar e refletir sobre as habilidades motoras necessárias para as práticas das modalidades e o que precisam fazer para solucionar os desafios que se apresentam; capacidades físicas e motoras, que são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimoradas, como a força muscular, a coordenação motora, a agilidade, o equilíbrio e a velocidade, estas são atributos muito importantes para a aptidão física e para a saúde, que se evidenciam durante a prática de determinada modalidade; táticas, que incluem, além dos posicionamento e papéis dos alunos, os motivos da suas ações durante o jogo, estas são aprendizagens importantes para saber como agir individual e coletivamente. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos consiste em considerar como critério a complexidade das regras e a solicitação das habilidades motoras dos esportes, iniciando com as mais simples, de acordo com as características dos alunos, para as mais complexas.
Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF03) Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.	Formular e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Solucionar os desafios técnicos e táticos significa que os alunos devem, mediante situações nas quais se deparam com dificuldades em realizar os movimentos requisitados nas modalidades ou como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo, compartilhar sugestões para que consigam superá-las. Em esportes de campo e taco, os praticantes devem rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases enquanto os defensores não recuperam o controle da bola. Esportes de invasão se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo. Esportes de combate se caracterizam por disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa.	Propiciar formas para que os alunos pesquisem sobre as modalidades, investigando sua origem, regras e materiais necessários para a sua prática. Para que se consiga elaborar estratégias para resolver os desafios técnico-táticos das modalidades, é importante que os alunos identifiquem as necessidades de movimentos para as práticas, como: habilidades motoras, que são todos os movimentos que aprendemos, são incorporados e podem ser utilizados em tarefas cada vez mais específicas, propor situações de aprendizagem nas quais os alunos consigam observar, experimentar e refletir sobre as habilidades motoras necessárias para as práticas das modalidades e o que precisam fazer para solucionar os desafios que se apresentam; capacidades físicas e motoras, que são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimoradas, como a força muscular, a coordenação motora, a agilidade, o equilíbrio e a velocidade, estas são atributos muito importantes para a aptidão física e para a saúde, que se evidenciam durante a prática de determinada modalidade, em um jogo de basquete, por exemplo, a pouca coordenação motora compromete o quicar da bola no chão. A partir da identificação dessa dificuldade, pode-se propor atividades que aprimorem essa capacidade física; táticas, que incluem, além dos posicionamento e papéis dos alunos, os motivos das suas ações durante o jogo, estas são aprendizagens importantes para saber como agir individual e coletivamente; táticas que são os métodos necessários para se atingir um objetivo e, em relação aos jogadores, envolve, entre outras coisas, as funções que realizam em uma partida; regras, que são estabelecidas nos esportes para garantir uma disputa justa entre os jogadores e assegurar a sua segurança, para isso é importante que os alunos saibam as regras e reconheçam a importância de obedecer as regras, criando momentos de discussão nos quais os alunos dialoguem sobre os objetivos do jogo e sobre como podem organizar-se dentro de suas possibilidades e

DCR

8° E 9° ANO	Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF04) Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.	Identificar significa se apropriar de aprendizagens sobre alguns elementos dos esportes, como: Elementos técnicos ou técnico-táticos individuais: são os principais movimentos requisitados nas modalidades e dizem respeito a saber como se posicionar nos espaços e tomar decisões durante uma situação de jogo. Combinações táticas: combinações de posicionamentos coletivos em uma situação de jogo que podem se modificar durante a sua disputa. Sistemas de jogo: maneira como se divide pelo espaço e como se ocupam os espaços do campo. Regras das modalidades esportivas: conjunto de procedimentos que devem ser seguidos pelos praticantes para assegurar equidade e segurança. Diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna significa analisar as modalidades utilizando como referência os critérios de cooperação, interação com o adversário, desempenho motor e objetivos táticos da ação. As categorias de esportes definidas na habilidade referem-se a: Esportes de campo e taco, em que os praticantes devem rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases enquanto os defensores não recuperam o controle da bola; esportes de invasão, que se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/campo defendida pelos adversários, protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo; e esportes de combate, que se caracterizam por disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa.	aprendagem sobre os objetivos do jogo e sobre como podem organizar-se dentro de suas possibilidades e limitações individuais, propondo novas organizações táticas. Propor que se iniciem as aprendizagens com modalidades que fazem parte do contexto social dos alunos para modalidades menos familiares a eles. Durante as aulas, propor atividades diferenciadas, com variações de números de jogadores, adaptações das regras, para que todos consigam participar da aula e para que eles consigam perceber o quanto as habilidades exigidas dentro do jogo podem modificar com essas adaptações.
8° E 9° ANO	Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF05) Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo e discutir alguns de seus problemas (doping, corrupção, violência etc.) e a forma como as mídias os apresentam.	Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo significa reconhecer que o esporte sofreu inúmeras mudanças no seu percurso histórico até chegar ao modelo que conhecemos hoje, representando uma das manifestações culturais de maior influência em nossa sociedade. Discutir alguns de seus problemas significa reconhecer que estar entre os primeiros traz fama e reconhecimento financeiro aos seus praticantes, e que, por isso, algumas vezes se utilizam de substâncias ilícitas para tal fim. Além disso, a exposição nas mídias e o uso do esporte como instrumento político atraem um grande aporte financeiro de empresas e governos, e os seus gerenciadores nem sempre agem de forma correta na administração dos recursos.	Propor aprendizagens que possibilitem a identificação do esporte como um dos fenômenos culturais de maior impacto em nossa sociedade, enfatizando: a sua utilização como instrumento de superioridade racial e ideológica, por exemplo, durante os períodos de guerras mundiais e da Guerra Fria; a utilização de substâncias dopantes devido à supervalorização de se estar sempre entre os primeiros, o que aumenta a possibilidade de mais patrocínios e melhores salários; o alto investimento financeiro e a grande visibilidade nas mídias que algumas modalidades esportivas recebem em detrimento de outras; a utilização inadequada dos recursos financeiros por parte dos governos, confederações, clubes e dirigentes; a violência no esporte, que se manifesta tanto entre os atletas como nas torcidas. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor que os alunos identifiquem as principais modalidades em termos de recursos e quais os principais problemas identificados para, a seguir, pesquisar sobre modalidades menos conhecidas, estabelecendo relações entre exposições na mídia e os problemas observados.
8° E 9° ANO	Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate	(EF89EF06) Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo e produzindo alternativas para utilizá-los no tempo livre.	Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e demais práticas corporais significa que os alunos devem adotar uma postura crítica e proativa no sentido de agir na identificação do acesso às práticas de esportes e demais práticas corporais, como jogos e brincadeiras, ginásticas, danças, práticas de aventura e lutas, primordialmente nos espaços públicos. Propor e produzir alternativas, nesta habilidade, referem-se às aprendizagens que possibilitam ao aluno ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal, não só durante as aulas, como também para além delas.	Observar em conjunto com os alunos, a relação entre os movimentos e o ambiente físico na Educação física. A todo momento, realizamos movimentos em diferentes locais. Nessa interação, podemos nos adaptar, transformar ou controlar o ambiente de acordo com nossa necessidade. Portanto, esta habilidade pode ser contextualizada pelo por meio do estímulo à observação e registro dos espaços públicos disponíveis no entorno da escola, nos quais podem ser propostas intervenções para adaptação e prática dos esportes e demais práticas corporais aprendidos na escola. Propor encontros entre agentes do poder público, líderes comunitários e a escola, propondo soluções sobre como utilizar esses espaços para que esses esportes possam ser acessíveis à comunidade. Para organizar as habilidades por anos pode propor inicialmente intervenções de prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola utilizando os espaços disponíveis no entorno da escola, partindo para a solicitação de que alunos observem e compartilhem outros locais que frequentam no seu tempo livre e que têm potencial para as práticas, discutindo sobre como realizá-las nesses ambientes.
8° E 9° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal	(EF89EF07) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Exercícios físicos são tipos de atividades físicas orientadas para um determinado fim e, no caso da habilidade, se relaciona com a aptidão física. Exigências corporais de diferentes programas refere-se às sensações corporais experimentadas durante as práticas, aliadas às capacidades físicas, que são características que nossos movimentos apresentam e que podem ser aprimorados com o treinamento, como a força muscular, a resistência muscular localizada e a flexibilidade. Reconhecer a importância de uma prática individualizada significa que os alunos devem compreender que os exercícios físicos devem ser adequados às necessidades e capacidades de cada um em termos de intensidade, duração e frequência.	Fazer com que os alunos percebam que os programas de exercícios físicos devem ser sempre orientados e adaptados para uma finalidade específica, como aumento de massa muscular, melhora da postura ou do condicionamento cardiorrespiratório. Os alunos precisam perceber essa relação do porquê praticar atividades físicas. As sensações advindas da prática devem ser compartilhadas, pois nem sempre os exercícios são agradáveis a todos. Por exemplo, um programa que vise a melhora do condicionamento cardiorrespiratório irá aumentar a frequência cardíaca e respiratória dos praticantes. Durante uma atividade de corrida, mesmo que duas pessoas estejam na mesma velocidade, haverá diferença nas frequências cardíacas e na sensação de cansaço provocadas pelo exercício; enquanto, para um, o exercício é confortável, para outro, não é, indicando que a intensidade da corrida deve ser ajustada ao condicionamento físico de cada praticante. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente que os alunos investiguem e experimentem uma série de programas e tipos de exercícios físicos existentes. Em uma segunda fase, podem, a partir das suas experiências e expectativas com o resultado, propor sequências de atividades individualizadas para que as pratiquem individual e coletivamente. Esse processo pode se estender para a comunidade escolar e depois para a sociedade, em convênio com clubes, academias e secretarias de esporte e saúde do município.

DCR

8° E 9° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal	(EF89EF08) Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).	Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza significa compreender que esses conceitos são mutáveis e dependem do contexto social, histórico e cultural no qual se está inserido. Considerar a forma como são apresentados nos diferentes meios refere-se a aprendizagens que possibilitem aos alunos analisar as diferenças daquilo que se estabelece como padrão nos meios de comunicação e aquilo que a ciência estabelece como saudável.	Para esta habilidade, fazer relações com o componente de História, na medida em que os alunos analisam as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza. É interessante que os alunos compreendam as variações de padrões por meio da história, como, por exemplo, o corpo feminino, que, na Grécia Antiga, era valorizado de acordo com um modelo de harmonia e equilíbrio, na Idade Média, por questões morais, passou a ser escondido atrás de vestimentas longas, no Renascimento eram valorizadas as mulheres de ancas largas e mais volumosas, até chegar aos dias de hoje, onde é valorizado um padrão de mulheres mais esguias. Sugerir que os alunos investiguem sobre as transformações históricas dos padrões relatados de acordo com o gênero, desempenho, saúde ou beleza, estabelecendo uma ordem de maior para menor familiaridade dos objetos de conhecimento.
8° E 9° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal	(EF89EF09) Problematicar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.	Problematicar significa fazer questionamentos e reflexões sobre a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de substâncias como anabolizantes e estimulantes. Ampliar o rendimento significa dispor de mais energia e disposição para realizar exercícios físicos. Potencialização das transformações corporais refere-se às mudanças no corpo, em geral desejadas por quem faz uso dessas substâncias, como aumento de massa magra ou redução da gordura corporal.	Enfatizar com os alunos temas que nos dias de hoje estão muito presentes no cotidiano dos alunos, abordando tanto aspectos de saúde, como o sedentarismo, a obesidade e uma alimentação balanceada, como aspectos de estética corporal associada a padrões de beleza correntes na mídia. Propor que os alunos investiguem a utilização de suplementos alimentares e medicamentos com fins de emagrecimento e aumento da massa muscular. Pode-se propor um convite a uma nutricionista ou médico para que possam explicar aos alunos os seus riscos e benefícios de acordo com os casos nos quais é recomendada a sua utilização. Propor que os alunos investiguem inicialmente a utilização de substâncias lícitas para ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais, passando para a utilização de substância ilícitas.
8° E 9° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal	(EF89EF10) Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando as exigências corporais dos mesmos.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Ginásticas de conscientização corporal reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tais como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo. As exigências corporais dependem da intensidade, tipo de ginástica experimentada e do nível de condicionamento dos praticantes.	Propor aprendizagens sobre quais são as principais modalidades de ginástica de conscientização corporal que existem, onde se originaram, quais as suas principais características, a sua evolução nos modos de prática, assim como quais as diferenças entre essas modalidades de ginástica e outras ginásticas que os alunos conhecem e já experimentaram. Solicitar pesquisas para ampliação do conhecimento apreendido. Criar momentos de discussão nos quais os estudantes compartilhem as suas sensações das vivências das ginásticas e possam fazer escolhas acerca de quais se adequam mais às suas características. Sugerir que os alunos investiguem inicialmente as modalidades de ginástica de conscientização corporal que conhecem ou praticam, passando para aquelas menos familiares.
8° E 9° ANO	Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal	(EF89EF11) Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.	Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico significa reconhecer quais são as características das duas modalidades, como capacidades físicas, habilidades motoras, relação com o ambiente físico, sensações corporais durante as vivências, objetivos esperados pelos praticantes e fazer comparações entre as duas práticas. Discutir como cada uma das práticas pode contribuir para melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo significa debater sobre as sensações observadas ao experimentar as práticas e poder, dentro das suas expectativas e do que as ginásticas possibilitam, desenvolver aprendizagens sobre como utilizá-las para esses fins.	
8° E 9° ANO	Danças	Danças de salão	(EF89EF12) Experimentar, fruir e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Danças de salão são aquelas executadas por um par de dançarinos. Valorizar a diversidade cultural, na habilidade, significa que os alunos podem aprender, por meio das danças, sobre diversos tipos de culturas que existem. Respeitar as tradições dessas culturas significa reconhecer que as danças surgiram e se manifestam de formas diferentes, assumindo significados de acordo com o ambiente social no qual são praticadas, como, por exemplo, em celebrações, apresentações ou atos religiosos.	Oportunizar aos alunos momentos em que compartilhem quais danças de salão conhecem ou praticam, propondo pesquisas sobre suas origens e percurso histórico, movimentos necessários para a sua prática, estilos musicais e locais de prática. Estabelecer contato com entidades que promovem danças de salão, como clubes, academias, universidades, para aprofundamento das pesquisas e aprendizagens sobre as modalidades. Organizar com os alunos formas para que entrevistem a comunidade escolar para investigar aqueles que praticam as danças de salão, propondo oficinas nos quais possam compartilhar suas experiências. Propiciar vivências práticas das danças, partindo das danças mais conhecidas, como o forró, passando para aquelas menos familiares. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com a habilidade (EF69AR09), da Arte, no que se refere à experimentação e fruição de diversos tipos de dança.

8° E 9° ANO	Danças	Danças de salão	(EF89EF13) Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Apropriar-se dos elementos constitutivos das danças de salão, que são aquelas executadas por um par de dançarinos, significa estarem aptos a compreender e executar o ritmo, que é um movimento que ocorre com uma recorrência regular, utilizar-se do espaço, que refere-se ao ambiente físico no qual nos movimentamos em uma relação de interação, adaptação e transformação, e quais gestos, que são os movimentos aliados a um significado, constituem a expressão daquilo que é observado nos movimentos dos praticantes da dança.	Propor que os alunos identifiquem a presença das capacidades físicas durante as práticas das danças de salão. Além do ritmo, que é um elemento constituinte das danças, outras capacidades, como a coordenação motora, o equilíbrio, a agilidade, a flexibilidade, entre outras, estão presentes nas práticas. A experimentação das danças de salão deve ser incentivada como fator de ampliação de repertório motor dos alunos e como oportunidade de se conhecer diferentes manifestações culturais da prática corporal. O estudo do elemento constituinte espaço possibilita interações com o componente curricular de Geografia. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade pode ser desenvolvida promovendo aprendizagens sobre o percurso histórico das danças de salão, partindo-se das suas modalidades originais para aquelas que são praticadas nos dias de hoje.
8° E 9° ANO	Danças	Danças de salão	(EF89EF14) Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação.	Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais significa levantar questões a respeito dos julgamentos que se fazem das danças de salão, brincadeiras e jogos, ginásticas, lutas ou práticas de aventura sem conhecimento sobre o assunto, e que podem levar à intolerância ou repúdio. Propor alternativas para a sua superação refere-se a aprendizagens que possibilitam aos alunos construir argumentos para esse fim, como conhecer as origens das práticas corporais e o seu significado para aqueles que as praticam.	Após as vivências relacionadas às danças de salão, aprofundar esta habilidade a partir de situações de aprendizagem que envolvam pesquisas sobre as origens das danças de salão que os alunos conhecem e praticam, sobre como essas danças chegaram até eles, como são os seus gestos e qual significado atribuem a elas. Propor o envolvimento dos alunos em reflexões sobre a habilidade, como, por exemplo, discussões sobre por que algumas pessoas não gostam de dançar ou por que existem preconceitos contra modalidades de danças ou aos seus praticantes. Organizar a habilidade por anos segundo um critério de complexidade, partindo das discussões sobre estereótipos e preconceitos das danças de salão para outras práticas corporais, como brincadeiras e jogos, lutas, esportes e práticas de aventura. Há, aqui, oportunidade de trabalho interdisciplinar com a habilidade (EF69AR15), da Arte, no que se refere à problematização de estereótipos e preconceitos relacionados a práticas corporais. Há, também, oportunidade de trabalho com as habilidades (EF69LP01), (EF69LP11), (EF69LP13), (EF69LP14), (EF69LP15), (EF06LP01), (EF67LP19), da Língua Portuguesa; e (EF69AR33), da Arte, no que se refere à compreensão crítica de diferentes pontos de vista sobre temas controversos e de relevância social.
8° E 9° ANO	Danças	Danças de salão	(EF89EF15) Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem.	Analisar as características das danças de salão significa examinar mais detalhadamente os seus ritmos ou tipos, como forró, gafieira, salsa, entre outros, os gestos, que são os movimentos executados durante as danças, as coreografias, que são os passos que compõem a dança, e as músicas, que são determinadas de acordo com o tipo de dança praticada. Analisar as transformações históricas e os grupos de origem significa compreender que, assim como as outras modalidades de danças, as danças de salão tiveram origem em determinadas épocas e culturas e sofreram adaptações e transformações de acordo com os locais de prática.	Propor que os alunos pesquisem sobre as origens das danças de salão, que eram praticadas nas cortes por grupos de nobres, e o seu percurso histórico, no qual foram incorporados outros ritmos de acordo com os locais para onde foram levadas. É importante que os alunos aprendam sobre como as danças chegaram ao Brasil, quais danças de salão são típicas do país e quais são aquelas praticadas no ambiente no qual vivem. Pode-se propor que os alunos visitem instituições em sua localidade que promovem as danças de salão e dialoguem com professores e praticantes acerca das práticas para aprender sobre as suas características. Para organização da habilidade por anos, seguir um critério de complexidade das danças de salão, partindo de danças com características mais simples para aquelas com características mais complexas.
8° E 9° ANO	Lutas	Lutas do mundo	(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. Lutas do mundo, na habilidade, referem-se às modalidades de lutas que são menos familiares aos alunos. Respeitar o colega como oponente significa compreender que as lutas propõem a oposição entre indivíduos e objetivo centrado no corpo da outra pessoa. Desse modo, devem respeitar as normas da modalidade e discutir sobre procedimentos de práticas que considerem a inclusão de todos com segurança.	Propor atividades e jogos adaptados para que os alunos adquiram conhecimentos relacionados às lutas. Após as vivências, contextualizar a prática das lutas do mundo nos seguintes aspectos: a identificação das regras e normas de segurança para a prática das lutas, visto que grande parte das práticas pressupõem contato físico entre os praticantes; as habilidades motoras necessárias para a prática das modalidades, como socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar, todas elas demandam uma técnica específica que varia de acordo com a modalidade estudada; as capacidades físicas presentes nas lutas, como a força muscular, a resistência muscular e a potência muscular, que podem ser aprimoradas com as práticas das lutas; qual o ambiente físico no qual é praticada, como ringue, tatame, espaços abertos ou fechados e como podem adaptar as práticas aos espaços disponíveis na escola. Organizar as habilidades por anos, para estabelecer que inicialmente os alunos aprendam sobre lutas do mundo que conhecem para pesquisas e práticas de lutas que não conhecem.

DCR

8° E 9° ANO

Lutas	Lutas do mundo	(EF89EF17) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.	Planejar e utilizar estratégias refere-se ao conhecimento originado pela observação e análise das próprias experiências corporais e daquelas realizadas por outros. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem se compartilha a sua realização. Reconhecer as características técnico-táticas significa compreender os movimentos específicos das lutas que os praticantes devem dominar, como, por exemplo, os rolamentos, técnicas de projeção e técnicas de imobilização no judô.	
-------	----------------	--	---	--

8° E 9° ANO

Lutas	Lutas do mundo	(EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiatização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.	Discutir as transformações históricas significa levantar questões sobre o processo de evolução das lutas, que têm suas origens associadas à sobrevivência, defesa pessoal ou combate militar e, com o passar do tempo, foram transformadas em modalidades desportivas. Midiatização refere-se ao processo de divulgação e propagação de algumas modalidades de lutas. Ao identificar as origens das lutas, os alunos devem reconhecer que essas práticas foram transmitidas de geração em geração e sofreram transformações e adaptações de acordo com as características do ambiente físico e social no qual eram praticadas até chegar a eles. Essa percepção gera um sentido de continuidade, preservação e valorização dos significados das lutas para as culturas nas quais se originaram.	Após as vivências das lutas, propor que os alunos escolham uma ou mais lutas do mundo e desenvolvam pesquisas sobre a sua origem, o contexto histórico e a intenção de seus criadores ao propor a modalidade, como a luta se propagou por outros países, como foi o processo de esportivização e como a modalidade é apresentada pelas mídias. É importante que haja a compreensão do percurso histórico das lutas como práticas corporais que fazem parte da evolução do ser humano, inicialmente como práticas de sobrevivência e, com o passar do tempo, assumindo características tanto ritualísticas, como modalidades de lutas indígenas, quanto esportivas, como o boxe e a luta olímpica. Para organizar essa habilidade por anos, propor o estudo das lutas de curta distância, como o sumô e o jiu-jitsu, para lutas de média distância, como o tae-kwon-do e o Muay Thai, para lutas de longa distância, como a esgrima e o kendô.
-------	----------------	--	---	---

8° E 9° ANO

Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura na natureza	(EF89EF19) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental.	Experimentar significa se apropriar de aprendizagens que só podem ser acessadas pela experiência corporal, ou seja, devem ser efetivamente vivenciadas. O fruir se relaciona às aprendizagens que permitem ao aluno desfrutar da realização de uma determinada prática corporal ou apreciá-la quando realizada por outros. As práticas corporais de aventura na natureza exploram formas de experimentação corporal em ambientes naturais, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Valorizar a própria integridade física e as dos demais significa reconhecer que, como as práticas corporais de aventura não possuem regras ou normas de conduta, os participantes devem utilizar os conhecimentos sobre si, sobre os materiais a serem utilizados e sobre o ambiente no qual irão se movimentar para criar suas próprias práticas, tomando cuidado com a segurança e o bem-estar de todos. Patrimônio natural, na habilidade, refere-se às áreas onde são realizadas as práticas de aventura na natureza, e que os alunos devem conscientizar-se da importância de se pensar em práticas que preservem esses ambientes.	Propor situações de aprendizagem nas quais os alunos consigam observar, experimentar e refletir sobre as habilidades motoras necessárias para a realização das modalidades de aventuras na natureza e discutir sobre como superar os desafios impostos pela prática, de modo que todos participem de maneira segura. No momento das práticas, observar se os alunos identificam que quais capacidades são exigidas e em quais tiveram mais dificuldades, sugerindo adaptações, usar materiais de apoio e também utilizar-se do auxílio dos colegas para que superem os desafios e consigam realizar determinada atividade. A experimentação e a reflexão sobre os movimentos realizados tanto nas práticas corporais de aventura como em outras situações do dia a dia possibilita a percepção da ação integrada das estruturas do corpo, a importância de se desenvolvê-las e os cuidados que devemos ter para realizar movimentos com segurança e autonomia. O trabalho com esta habilidade possibilita interação com outras disciplinas, propondo temas como preservação do meio ambiente, urbanização ou utilização consciente dos recursos naturais. Organizar a habilidade por anos, seguindo um critério de complexidade das práticas corporais de aventura na natureza, partindo de modalidades com exigências mais simples para as mais complexas.
--------------------------------	--	--	--	---

8° E 9° ANO

Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura na natureza	(EF89EF20) Identificar riscos, formular estratégias e observar normas de segurança para superar os desafios na realização de práticas corporais de aventura na natureza.	Identificar riscos significa reconhecer que as práticas corporais de aventura na natureza possuem uma característica de incerteza quanto a modos de prática e quanto a objetivos a serem atingidos: portanto, são práticas onde os riscos estão presentes e devem ser gerenciados. As práticas corporais de aventura na natureza exploram formas de experimentação corporal em ambientes naturais, centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. O reconhecimento dos riscos na presença dessas práticas corporais deve servir de base para discutir quais modalidades serão realizadas e as principais ações motoras presentes na sua realização. A partir dessa análise, devem estabelecer coletivamente medidas para superar os desafios de forma segura, como utilizar equipamentos de segurança, realizar as práticas com auxílio dos colegas ou organizar as práticas de acordo com as habilidades dos praticantes.	Propor aprendizagens aos alunos sobre as práticas de aventura na natureza que permitam a eles identificar as estratégias necessárias para controlar possíveis riscos, que podem incluir os locais nos quais serão realizadas as práticas, quem irá participar, quais habilidades motoras são requisitadas para as atividades e quais são os materiais e recursos disponíveis. De posse dessas informações, os alunos devem discutir coletivamente sobre maneiras de realizar as modalidades de modo que todos possam participar com segurança, como, por exemplo, iniciar com modalidades de pouca solicitação técnica e baixo risco, como o trekking, ou propor práticas de desafio de níveis variados para que possam praticar as modalidades escolhidas de acordo com as suas habilidades. À medida que progredirem, podem escolher desafios de maior dificuldade. Uma possibilidade de organização da habilidade por anos pode propor inicialmente a investigação do risco e a proposição de estratégias de segurança de práticas de aventura urbana que conhecem ou praticam para aquelas que não fazem parte do seu contexto social.
--------------------------------	--	--	---	--

Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura na natureza	(EF89EF21) Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização) das práticas corporais de aventura na natureza, bem como suas transformações históricas.	Identificar as características descritas na habilidade refere-se a conhecer o significado de: a) Instrumentos: materiais utilizados para as práticas, como cordas, paraquedas, botes, remos, entre outros; b) Equipamentos de segurança: capacete, luvas, colete salva-vidas, joelheiras, entre outros; c) Indumentária: vestimentas apropriadas para as práticas, como óculos para o paraquedismo, bermuda larga para o surfe, calçados reforçados para o trekking; d) Organização: refere-se a possíveis classificações das práticas, como, por exemplo, o ambiente físico no qual são realizadas (água, ar, terra). Transformações históricas das práticas corporais de aventura na natureza referem-se à evolução e popularização das modalidades, influenciando o seu modo de prática, assim como as suas características.	Propor que os alunos observem, de acordo com as características descritas na habilidade, quais práticas são acessíveis para a experimentação nos locais onde vivem. Propor que façam visitas ou convidem praticantes ou entidades que desenvolvem as modalidades, estabelecendo discussões e experimentações alternativas de acordo com o acesso dos alunos aos espaços naturais próximos à escola. A organização da habilidade por anos pode propor inicialmente a investigação das transformações históricas de esportes de aventura de acordo com a sua organização, iniciando com esportes praticados no ar, a seguir, terra e, por fim, água.
--------------------------------	--	---	---	--