



# PLANO DE CURSO

Ensino Fundamental - Anos Finais

# 2022



**ESCOLA DE FORMAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL  
DE EDUCADORES DE MINAS GERAIS**

EDUCAÇÃO



**MINAS  
GERAIS**

GOVERNO  
DIFERENTE.  
ESTADO  
EFICIENTE.

# EDUCAÇÃO FÍSICA



# PLANO DE CURSO ENSINO FUNDAMENTAL - Anos Finais

## 6º Ano



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	6º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Brincadeiras e Jogos</b>	(EF67EF01P6) Experimentar e fruir, na escola, jogos eletrônicos diversos, reconhecendo os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários. (EF67EF02P6) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias digitais e seus impactos na saúde e qualidade de vida das pessoas.	Jogos eletrônicos: sentidos e significados. Jogos cooperativos: Entender a diferença entre competição e cooperação. O sedentarismo associado aos avanços das tecnologias digitais. Jogos eletrônicos: impactos na saúde e na qualidade de vida. Influência da tecnologia sobre nossos movimentos.

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> <i>Linguagens</i>	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> <b>Educação Física</b>	<b>6º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Esportes</b>	(EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação. (EF67EF04P6) Vivenciar, um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios. (EF67EF05P6) Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos. (EF67EF07P6) Desenvolver alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.	Conceitos dos esportes de marca (atletismo, ciclismo, natação, entre outros). Conceitos dos esportes de precisão (tiro com arco, golfe, bocha, entre outros). Conceitos dos esportes de invasão (basquetebol, futebol de campo, futsal, handebol e pólo aquático, entre outros). Conceitos dos esportes técnico-combinatórios (ginástica olímpica, saltos ornamentais, GRD,
	(EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação. (EF67EF04P6) Vivenciar, um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios. (EF67EF05P6) Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos. (EF67EF07P6) Desenvolver alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.	Introdução das regras básicas dos esportes de marca. Introdução das regras básicas aos esportes de precisão. Introdução das regras básicas aos esportes de invasão Introdução das regras básicas dos Esportes técnico-combinatório

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>6º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Danças</b>	(EF67EF12P6) Planejar estratégias para aprender elementos constitutivos das Danças Urbanas e seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos), contextualizando-as ao seu tempo e espaço. (EF67EF13P6) Diferenciar as Danças urbanas e seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais.	Elaboração de coreografias com movimentos simples. Regras básicas do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.
<b>Esportes</b>	EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação. (EF67EF05P6) Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos.	Regras básicas do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.
<b>Danças</b>	EF67EF11P6) Experimentar e fruir Danças urbanas e seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos), contextualizando-as ao seu tempo e espaço e identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).	Teorias e conceitos das modalidades das danças urbanas (street, hip hop, entre outras). Elementos constitutivos das danças (movimentos corporais da dança, ritmos, espaço e musicalidade). Elaboração de coreografias com movimentos simples.

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	6º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação.</p> <p>(EF67EF04P6) Vivenciar, um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios.</p> <p>(EF67EF05P6) Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos.</p> <p>(EF67EF06P6) Planejar a organização de práticas dos esportes em suas diferentes manifestações: educacional, de rendimento e de participação</p> <p>(EF67EF07P6) Desenvolver alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.</p>	<p>Regras básicas do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.</p> <p>Fundamentos técnicos simples e modos de jogos básicos nas modalidades de Futsal, Vôlei, Handebol e basquete.</p> <p>As diferentes manifestações esportivas nas áreas: educacionais, de rendimento e de participação, como: olimpíadas, jogos pan-americanos, copa do mundo de futebol, entre outros.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO: *Linguagens*

ANO DE ESCOLARIDADE:

ANO LETIVO:

COMPONENTE CURRICULAR: **Educação Física**

**6º Ano – Ensino Fundamental**

**2022**

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Ginásticas</b>	<p>(EF67EF08P6) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade).</p> <p>(EF67EF09P6) Vivenciar a prática de exercícios físicos vinculados aos diferentes tipos de ginástica de condicionamento como possibilidade de promover a saúde.</p> <p>(EF67EF10P6) Reconhecer os elementos que caracterizam o exercício físico e a atividade física.</p>	<p>Introdução à ginástica artística.</p> <p>A importância do alongamento para a prática da ginástica.</p> <p>As modalidades pertencentes à ginástica artística em ambos os gêneros (barras assimétricas, argolas, solo, salto sobre a mesa, etc.).</p> <p>Elaboração de movimentos e séries simples da ginástica como fator de condicionamento físico.</p>
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação.</p> <p>(EF67EF04P6) Vivenciar, um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios.</p> <p>(EF67EF05P6) - Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos.</p> <p>(EF67EF07P6) Desenvolver alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.</p>	<p>Jogos recreativos de cooperação como: Queimada, Salve bandeira, Resta um, Pique-pega, Pare bola, entre outros.</p> <p>Técnicas de experimentação em esportes não disponíveis na comunidade local.</p>



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	6º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Lutas</b>	<p>(EF67EF14P6) Experimentar e fruir diferentes lutas do Brasil, valorizando a segurança e integridade física de todos os participantes.</p> <p>(EF67EF15P6) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando a si próprio e seus pares.</p> <p>(EF67EF16P6) Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.</p> <p>(EF67EF17P6) Reconhecer preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, refletindo sobre alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito</p>	<p>Introdução às diferentes lutas existentes no Brasil (taekwondo, judô, capoeira, etc.).</p> <p>Movimentos básicos das lutas existentes no Brasil.</p> <p>Estratégias de segurança durante a prática das lutas.</p> <p>Importância do respeito e não preconceito ao oponente.</p> <p>As regras e movimentos básicos das lutas existentes no Brasil.</p>
<b>Ginásticas</b>	<p>(EF67EF08P6) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade).</p> <p>(EF67EF09P6) Vivenciar a prática de exercícios físicos vinculados aos diferentes tipos de ginástica de condicionamento como possibilidade de promover a saúde.</p>	<p>Importância da promoção da saúde vinculada ao condicionamento físico.</p> <p>Introdução à ginástica artística.</p> <p>A importância do alongamento para a prática da ginástica.</p> <p>As modalidades pertencentes à ginástica artística em ambos os gêneros (barras assimétricas, argolas, solo, salto sobre a mesa, etc.).</p> <p>Elaboração de movimentos e séries simples da ginástica como fator de condicionamento físico</p>

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>6º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	OBJETOS DE CONHECIMENTO
<b>Práticas Corporais de Aventuras</b>	<p>(EF67EF18P6) Identificar a origem das práticas corporais de aventura, reconhecendo suas características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e tipos de práticas.</p> <p>(EF67EF19P6) Identificar os riscos associados à realização de práticas corporais de aventura urbana e planejar estratégias para sua prevenção e superação</p> <p>(EF67EF20P6) Experimentar e fruir os movimentos que constituem as diferentes práticas corporais de aventura urbana.</p> <p>(EF67EF21P6) Vivenciar práticas corporais de aventura urbana, respeitando o patrimônio público, reconhecendo seus elementos e suas características, fruindo-as em harmonia com os direitos de todos os cidadãos.</p>	<p>Apresentação conceitual da origem e prática dos exercícios de aventura.</p> <p>Características dos exercícios de aventura.</p> <p>Importância do uso dos equipamentos de segurança na prática dos exercícios de aventura.</p> <p>Principais modalidades que constituem os exercícios de aventura (slackline, skate, Trekking, Arvorismo, Mountain bike, escalada, le parkour, etc).</p> <p>O respeito ao patrimônio público e a natureza, durante as práticas corporais de aventura.</p>
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P6) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e a cooperação.</p> <p>(EF67EF04P6) Vivenciar, um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios.</p> <p>(EF67EF05P6) Desenvolver e aplicar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios garantindo a participação de todos.</p> <p>(EF67EF07P6) Desenvolver alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.</p>	<p>Jogos recreativos de cooperação como: Queimada, Salve bandeira, Resta um, Pique-pega, Pare bola, entre outros.</p> <p>Técnicas de experimentação em esportes não disponíveis na comunidade local.</p>

# PLANO DE CURSO ENSINO FUNDAMENTAL - Anos Finais

## 7º Ano



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Brincadeiras e Jogos</b>	<p>(EF67EF01P7) 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, reconhecendo suas diferentes funções sociais.</p> <p>(EF67EF02P7) Identificar e analisar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias digitais e nas respectivas exigências corporais demandadas por esses diferentes tipos de jogos, refletindo sobre seus impactos na saúde, qualidade de vida e relações sociais.</p>	<p>Jogos eletrônicos: Sentidos, significados e consequências.</p> <p>Causas do sedentarismo devido ao avanço das tecnologias digitais.</p> <p>Impactos na saúde e na qualidade de vida devido ao avanço dos jogos eletrônicos.</p> <p>Influência da tecnologia sobre nossos movimentos.</p> <p>Tipos de jogos eletrônicos (Jogos em celulares, computadores, tablets, etc.)</p> <p>Características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias</p> <p>Impactos na saúde, qualidade de vida e relações sociais.</p> <p>Consequências dos jogos eletrônicos nas atitudes cotidianas.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade.</p> <p>(EF67EF04P7) Praticar esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, utilizando habilidades técnico-táticas básicas, reconhecendo e respeitando as regras.</p> <p>(EF67EF05P7) Vivenciar, criar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios possibilitando ação assertiva e a intervenção em diversas situações de jogo.</p>	<p>Fundamentos conceituais e variações dos esportes de marca (atletismo, ciclismo, natação, entre outros).</p> <p>Conceitos dos esportes de precisão (tiro com arco, golfe, bocha, entre outros).</p> <p>Fundamentos conceituais e variações dos esportes de invasão (basquetebol, futebol de campo, futsal, handebol e pólo aquático, entre outros).</p> <p>Fundamentos conceituais e variações técnico-combinatórios (ginástica olímpica, saltos ornamentais, GRD, nado sincronizado, voleio entre outros).</p> <p>Estratégias, desafios técnicos e táticos nos Esportes.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Brincadeiras e Jogos</b>	(EF67EF01P7) 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, reconhecendo suas diferentes funções sociais.	Jogos eletrônicos: Sentidos, significados e consequências. - Causas do sedentarismo devido ao avanço das tecnologias digitais. - Impactos na saúde e na qualidade de vida devido ao avanço dos jogos eletrônicos. - Influência da tecnologia sobre nossos movimentos. - Tipos de jogos eletrônicos (Jogos em celulares, computadores, tablets, etc.) - Características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias - Impactos na saúde, qualidade de vida e relações sociais. - Consequências dos jogos eletrônicos nas atitudes cotidianas.

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade.</p> <p>(EF67EF04P7) Praticar esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, utilizando habilidades técnico-táticas básicas, reconhecendo e respeitando as regras.</p> <p>(EF67EF05P7) Vivenciar, criar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios possibilitando a ação assertiva e a intervenção em diversas situações de jogo.</p>	<p>Fundamentos conceituais e variações dos esportes de marca (atletismo, ciclismo, natação, entre outros).</p> <p>Conceitos dos esportes de precisão (tiro com arco, golfe, bocha, entre outros).</p> <p>Fundamentos conceituais e variações dos esportes de invasão (basquetebol, futebol de campo, futsal, handebol e pólo aquático, entre outros).</p> <p>Fundamentos conceituais e variações técnico-combinatórios (ginástica olímpica, saltos ornamentais, GRD, nado sincronizado, voleio entre outros).</p> <p>Estratégias, desafios técnicos e táticos nos Esporte</p>

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>7º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	<p>(EF67EF12P7) Planejar, recriar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas, bem como vivenciar processos de criação e improvisação.</p> <p>(EF67EF13P7) Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando, respeitando e reconhecendo a pluralidade das manifestações culturais, identificando a dança como possibilidade de superação de preconceito em nosso país.</p> <p>(EF67EF13P7) Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando, respeitando e reconhecendo a pluralidade das manifestações</p>	<p>Aprofundamento nas teorias das modalidades das danças urbanas e seus elementos constitutivos (movimentos corporais da dança, ritmos, espaço e musicalidade).</p> <p>Elaboração e execução de coreografias com gestos corporais simples.</p> <p>Aprofundamento das regras e fundamentos técnicos do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.</p>
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade.</p>	<p>Aprofundamento das regras dos esportes de precisão.</p> <p>Aprofundamento das regras dos esportes de invasão</p> <p>Aprofundamento das regras básicas dos Esportes técnico-combinatórios.</p> <p>Desenvolvimento de atitudes de respeito às regras técnico-táticas das variadas modalidades esportivas, durante a sua prática.</p> <p>Aprofundamento de estratégias para a solução dos desafios técnicos das modalidades esportivas</p>



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	(EF67EF11P7) Experimentar, vivenciar e fruir danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos, vivenciando as manifestações e representações da cultura rítmica regional do Brasil e de outros países	Aprofundamento nas teorias das modalidades das danças urbanas e seus elementos constitutivos (movimentos corporais da dança, ritmos, espaço e musicalidade). Elaboração e execução de coreografias com gestos corporais simples.
<b>Esportes</b>	(EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade. (EF67EF04P7) Praticar esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, utilizando habilidades técnico-táticas básicas, reconhecendo e respeitando as regras. (EF67EF05P7) Vivenciar, criar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios possibilitando a ação assertiva e a intervenção em diversas situações de jogo. (EF67EF07P7) Propor, planejar e utilizar estratégias para experimentação dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade.	Aprofundamento das regras e fundamentos técnicos do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	(EF67EF08P7) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (como força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática em frequência e intensidades diferentes. (EF67EF09P7) Vivenciar, estruturando coletivamente os tempos e espaços para sua prática, exercícios físicos vinculados aos diferentes tipos de ginástica com o objetivo de promoção da saúde.	Elaboração de coreografias de ginástica artística com movimentos e elementos técnicos mais elaborados. A importância do alongamento para a prática da ginástica. As modalidades pertencentes à ginástica artística em ambos os gêneros (barras assimétricas, argolas, solo, salto sobre a mesa, etc.). Elaboração de movimentos e séries com grau de dificuldade maior nas séries.
<b>Práticas Corporais de Aventura Urbanas</b>	(EF67EF19P7) Identificar os riscos associados à realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os equipamentos de proteção individual como limitadores de impacto e danos causados por incidentes e acidentes. (EF67EF20P7) Executar práticas corporais de aventura urbanas, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura e democrática em diversos espaços.	Características dos exercícios de aventura. Importância do uso dos equipamentos de segurança na prática dos exercícios de aventura. Principais modalidades que constituem os exercícios de aventura (slackline, skate, Trekking, Arvorismo, Mountain bike, escalada, le parkour, etc

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO: *Linguagens*

ANO DE ESCOLARIDADE:

ANO LETIVO:

COMPONENTE CURRICULAR: **Educação Física**

**7º Ano – Ensino Fundamental**

**2022**

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade.</p> <p>(EF67EF04P7) Praticar esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, utilizando habilidades técnico-táticas básicas, reconhecendo e respeitando as regras.</p> <p>(EF67EF05P7) Vivenciar, criar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, dos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios possibilitando a ação assertiva e a intervenção em diversas situações de jogo</p> <p>(EF67EF06P7) Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (educacional, rendimento e de participação), identificando os sentidos e significados atribuídos a cada prática.</p>	<p>Aprofundamento das regras básicas do atletismo, natação, basquete, futebol de campo, futsal, handebol, ginástica olímpica, GRD, etc.</p> <p>Fundamentos técnicos simples e modos de jogos básicos nas modalidades de Futsal, Vôlei, Handebol e basquete.</p> <p>As diferentes manifestações esportivas nas áreas: educacionais, de rendimento e de participação, como: olimpíadas, jogos pan-americanos, copa do mundo de futebol, entre outros.</p> <p>Estratégias para experimentação dos esportes pouco praticados ou não acessíveis pela comunidade local.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Línguas	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Lutas</b>	<p>(EF67EF14P7) Experimentar e fruir diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física de todos os participantes, compreendendo e identificando as regras e habilidades motoras necessárias à prática da modalidade.</p> <p>(EF67EF15P7) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando seus pares como oponentes, bem como compreender a história das lutas no Brasil, identificando as regras e normas de segurança para a prática.</p> <p>(EF67EF16P7) Identificar as características das lutas do Brasil (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações e instituições, como: associações, federações e outras).</p> <p>(EF67EF17P7) Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.</p>	<p>Aprofundar nas diferentes lutas existentes no Brasil (taekwondo, judô, capoeira, etc.).</p> <p>Movimentos básicos das lutas existentes no Brasil.</p> <p>Estratégias de segurança durante a prática das lutas.</p> <p>Importância do respeito e não preconceito ao oponente.</p> <p>As regras e movimentos específicos das lutas existentes no Brasil.</p> <p>Importância da promoção da saúde vinculada ao condicionamento físico.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Práticas Corporais de Aventura Urbanas</b>	<p>(EF67EF18P7) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais e reconhecendo os elementos físicos integrantes dos espaços públicos urbanos como bens de acesso e uso coletivos.</p> <p>(EF67EF20P7) Executar práticas corporais de aventura urbanas, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura e democrática em diversos espaços.</p> <p>(EF67EF21P7) Recriar práticas corporais de aventura, reconhecendo a importância dos instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, e a organização dos seus tipos de práticas, planejando estratégias para superação dos riscos, reconhecendo a importância dos equipamentos de proteção individual para a prática destas atividades.</p>	<p>Apresentação conceitual da origem e prática dos exercícios de aventura.</p> <p>Características dos exercícios de aventura.</p> <p>Importância do uso dos equipamentos de segurança na prática dos exercícios de aventura.</p> <p>Principais modalidades que constituem os exercícios de aventura (slackline, skate, Trekking, Arvorismo, Mountain bike, escalada, le parkour, etc.).</p> <p>Estratégias necessárias e importância do respeito ao patrimônio público e a natureza, durante a prática de exercícios de aventura.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	7º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	(EF67EF08P7) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (como força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática em frequência e intensidades diferentes. (EF67EF09P7) Vivenciar, estruturando coletivamente os tempos e espaços para sua prática, exercícios físicos vinculados aos diferentes tipos de ginástica com o objetivo de promoção da saúde. (EF67EF10P7) Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática destes, dentro e fora do ambiente escolar, com vistas à promoção da saúde, qualidade de vida, construção e ampliação das redes de sociabilidade.	Elaboração de coreografias de ginástica artística com movimentos e elementos técnicos mais elaborados. A importância do alongamento para a prática da ginástica. As modalidades pertencentes à ginástica artística em ambos os gêneros (barras assimétricas, argolas, solo, salto sobre a mesa, etc.). Elaboração de movimentos e séries com grau de dificuldade maior nas séries.
<b>Esportes</b>	EF67EF03P7) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, oportunizando e valorizando o trabalho coletivo, o protagonismo e a criatividade.	Aprofundamento no conhecimento teórico das regras e fundamentos das modalidades esportivas (atletismo, futsal, handebol, vôlei, basquete, etc.).

# PLANO DE CURSO ENSINO FUNDAMENTAL - Anos Finais

## 8º Ano



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	8º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Brincadeiras e Jogos</b>	(EF89EF22MGP8) Compreender e validar a importância da vivência e fruição das brincadeiras e jogos ao longo da vida, refletindo sobre fatores que podem influenciar o distanciamento dessas práticas.	Jogos e brincadeiras no cotidiano familiar e social. Jogos e brincadeiras e suas transformações a partir dos avanços tecnológicos. Resgate a jogos e brincadeiras da herança cultural.
<b>Ginásticas</b>	(EF89EF09P8) Reconhecer os fatores de risco relacionados ao uso de substâncias para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais, assim como promover ações para a redução do consumo de álcool, tabaco e outras drogas.	A prática excessiva de exercícios físicos e o uso de anabolizantes e estimulantes. Mudanças no corpo físico: sedentarismo, obesidade, dietas. Corpo físico: saúde e padrões de beleza.



# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> <i>Linguagens</i>	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> <b>Educação Física</b>	<b>8º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P8) 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 a cooperação.</p> <p>(EF89EF02P8) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.</p> <p>(EF89EF03P8) Desenvolver e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de campo, taco, rede/parede, invasão e combate.</p> <p>(EF89EF04P8) Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas.</p> <p>(EF89EF05P8) Identificar e interpretar as transformações históricas do fenômeno esportivo e discutir alguns de seus problemas (doping, corrupção, violência etc.).</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais.</p>
<b>Práticas corporais de aventura na natureza</b>	<p>(EF89EF19P8) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, reconhecendo a importância dos ambientes naturais enquanto promotores da saúde integral, individual e coletiva.</p> <p>(EF89EF20P8) Identificar os riscos envolvidos na realização de práticas corporais de aventura na natureza, apresentando atitudes de respeito e prudência com intuito de construir relação harmoniosa para sua prática.</p> <p>(EF89EF21P8) Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização) das práticas corporais de aventura na natureza, bem como suas funções e transformações históricas.</p>	<p>As práticas corporais de aventura e as estruturas corporais que nos permitem realizar movimentos: ossos, músculos, articulações, coração, pulmões e o cérebro e o sistema nervoso.</p> <p>Práticas corporais de aventura: riscos e cuidados.</p> <p>Práticas corporais de aventura e o meio ambiente.</p> <p>Práticas corporais de aventura: equipamentos de segurança, indumentárias, técnicas.</p>

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>8º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	<p>(EF89EF12P8) Experimentar e fruir danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas.</p> <p>(EF89EF13P8) Criar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão.</p> <p>(EF89EF14P8) Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais, atuando no combate às diferentes formas de discriminação e promovendo a cidadania através do fomento às ações de inclusão, inclusive de pessoas com deficiência.</p> <p>(EF89EF15P8) Vivenciar e identificar as características (história, ritmos, gestos, coreografias e músicas) das diferentes modalidades de danças de salão, diferenciando-os.</p>	<p>Danças de salão elementos constitutivos: ritmo, espaço e gestos.</p> <p>Práticas corporais: estereótipos e preconceitos.</p> <p>Diversidade cultural e as danças de salão.</p> <p>Danças de salão: agilidade, flexibilidade e equilíbrio.</p> <p>Dança de salão: parceria e companheirismo.</p>
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P8) - 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 a cooperação.</p> <p>(EF89EF02P8) - Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.</p> <p>(EF89EF03P8) - Desenvolver e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate</p> <p>(EF89EF04P8) - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas.</p> <p>(EF89EF06P8) - Reconhecer os locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo e produzindo alternativas para utilizá-los de forma individual e coletiva no tempo livre, prezando pela inclusão e valorização das redes de sociabilidade.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	8º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	(EF89EF12P8) Experimentar e fruir danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas. (EF89EF13P8) Criar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão.	Danças de salão elementos constitutivos: ritmo, espaço e gestos. Práticas corporais: estereótipos e preconceitos. Diversidade cultural e as danças de salão.
<b>Esportes</b>	(EF89EF02P8) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.	Esportes de rede/parede, campo e taco e invasão e combate: regras, táticas. Esportes de rede/parede, campo e taco e invasão e combate: prática. Esportes de rede/parede, campo e taco e invasão e combate: colaboração X competição.

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> <i>Linguagens</i>	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> <b>Educação Física</b>	<b>8º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	<p>(EF89EF07P8) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais e objetivos de diferentes programas.</p> <p>(EF89EF08P8) Compreender as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, avaliando a relação das diferentes mídias nesses processos, a fim de combater formas de discriminação e preconceito.</p> <p>(EF89EF10P8) Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando os possíveis benefícios para melhoria da qualidade de vida.</p> <p>(EF89EF11P8) - Identificar os elementos constitutivos e os fundamentos culturais e filosóficos dos diversos tipos de ginástica de conscientização corporal e discutir a prática dessas manifestações, avaliando a possibilidade delas contribuírem para a melhoria das condições de vida, autoconhecimento, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.</p>	<p>Exercícios físicos e atividades físicas: diferenças.</p> <p>Exercícios físicos, exigências corporais e sensações experimentadas.</p> <p>Ginásticas de conscientização corporal: modalidades, origem, modos de prática.</p> <p>Ginástica de conscientização corporal e os efeitos para a saúde e qualidade de vida.</p>
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P8) 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 a cooperação.</p> <p>(EF89EF02P8) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.</p> <p>(EF89EF03P8) - Desenvolver e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos dos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate</p> <p>(EF89EF04P8) - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	8º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Lutas</b>	(EF89EF16P8) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente (EF89EF17P8) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas. (EF89EF18P8) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização das lutas, reconhecendo, valorizando e respeitando as culturas de origem.	Lutas: principais modalidades. Lutas: regras e normas de segurança. Habilidades motoras para a prática das diversas modalidades de lutas: socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar. Lutas: ambientes físicos para a prática. Características técnico-táticas das lutas das mais simples às mais complexas. O processo de esportivização das lutas e sua repercussão nas mídias. 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. Lutas como práticas corporais, rituais e práticas de sobrevivência.
<b>Práticas corporais de aventura</b>	(EF89EF19P8) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, reconhecendo a importância dos ambientes naturais enquanto promotores da saúde integral, individual e coletiva.	Práticas corporais de aventura e o meio ambiente. Práticas corporais de aventura e a formação integral dos sujeitos (contato, respeito, proximidade, equilíbrio).

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	8º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>EF89EF01P8) 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 a cooperação.</p> <p>(EF89EF02P8) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.</p> <p>(EF89EF03P8) Desenvolver e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate.</p> <p>(EF89EF04P8) Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais.</p>

# PLANO DE CURSO

## ENSINO FUNDAMENTAL

### - Anos Finais

# 9º Ano



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Brincadeiras e Jogos</b>	(EF89EF22MGP9) Compreender e analisar a importância dos jogos e das brincadeiras ao longo da vida dos sujeitos, identificando princípios, valores e atitudes éticos e estéticos presentes nos tempos e espaços de experimentação, vivência e fruição, fomentando sua realização.	Jogos e brincadeiras no cotidiano familiar e social. Jogos e brincadeiras e suas transformações a partir dos avanços tecnológicos. Resgate a jogos e brincadeiras da herança cultural.
<b>Ginásticas</b>	(EF89EF09P9) Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais, recorrendo a fatos e ao conhecimento científico produzido.	A prática excessiva de exercícios físicos e o uso de anabolizantes e estimulantes. Mudanças no corpo físico: sedentarismo, obesidade, dietas. Corpo físico: saúde e padrões de beleza.



# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>9º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P9) Experimentar, fruir e avaliar os diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) nos esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo, a inclusão e a cooperação e aprimorando seus conhecimentos técnicos e táticos</p> <p>(EF89EF02P9) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade</p> <p>(EF89EF03P9) 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, propondo uma investigação das origens, regras e materiais necessários à prática da modalidade</p> <p>(EF89EF04P9) 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</p> <p>(EF89EF05P9) Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo problematizando o doping, a corrupção, a violência etc., interpretando a forma como as mídias os apresentam, reconhecendo e refletindo sobre situações de violência no esporte, manifestada entre atletas e torcedores</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 1º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	(EF89EF11P9) Identificar e comparar 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.	Ginásticas de conscientização corporal: modalidades, origem, modos de prática. Ginástica de conscientização corporal e os efeitos para a saúde e qualidade de vida.
<b>Esportes</b>	(EF89EF02P9) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.	Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico. Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco (invasão e combate).

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	<p>(EF89EF12P9) Vivenciar e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural, respeitando e compartilhando as tradições, propondo pesquisas sobre as origens e percurso histórico, movimentos necessários a prática, estilos musicais e locais vinculados à sua prática</p> <p>(EF89EF13P9) Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos, vestimentas) das danças de salão, criando coreografias a partir de princípios colaborativos e de inclusão.</p> <p>(EF89EF14P9) Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão, e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação, compreendendo a dança como prática possibilitadora do desenvolvimento de valores, atitudes, afetividade, confiança, criatividade, sensibilidade, respeito às diferenças e inclusão.</p> <p>(EF89EF15P9) Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem, compreendendo suas transformações e adaptações culturais/regionais.</p>	<p>Danças de salão elementos constitutivos: ritmo, espaço e gestos.</p> <p>Práticas corporais: estereótipos e preconceitos.</p> <p>Diversidade cultural e as danças de salão.</p> <p>Danças de salão: agilidade, flexibilidade e equilíbrio.</p> <p>Dança de salão: parceria e companheirismo.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO: *Linguagens*

ANO DE ESCOLARIDADE:

ANO LETIVO:

COMPONENTE CURRICULAR: **Educação Física**

**9º Ano – Ensino Fundamental**

**2022**

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P9) - Experimentar, fruir e avaliar os diferentes papéis(jogador, árbitro e técnico) nos esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo, a inclusão e a cooperação e aprimorando seus conhecimentos técnicos e táticos.</p> <p>(EF89EF02P9) - Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF03P9) - 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, propondo uma investigação das origens, regras e materiais necessários à prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF04P9) - 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</p> <p>(EF89EF05P9) - Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo problematizando o doping, a corrupção, a violência etc., interpretando a forma como as mídias os apresentam, reconhecendo e refletindo sobre situações de violência no esporte, manifestada entre atletas e torcedores.</p> <p>(EF89EF06P9) - Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo alternativas para utilizá-los no tempo livre em parceria com a comunidade escolar, como possibilidade de aquisição e manutenção da saúde e qualidade de vida.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:		ANO LETIVO:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental		2022	

## 2º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Danças</b>	(EF89EF12P9) - Vivenciar e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural, respeitando e compartilhando as tradições, propondo pesquisas sobre as origens e percurso histórico, movimentos necessários a prática, estilos musicais e locais vinculados à sua prática (EF89EF13P9) - Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos, vestimentas) das danças de salão, criando coreografias a partir de princípios colaborativos e de inclusão.	Danças de salão elementos constitutivos: ritmo, espaço e gestos. Práticas corporais: estereótipos e preconceitos. Diversidade cultural e as danças de salão. Danças de salão: agilidade, flexibilidade e equilíbrio. Dança de salão: parceria e companheirismo
<b>Esportes</b>	(EF89EF02P9) - Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.	Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco (invasão e combate).

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> <i>Linguagens</i>	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> <b>Educação Física</b>	<b>9º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	<p>(EF89EF07P9) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais e objetivos de cada programa, reconhecendo a importância de uma prática planejada e adequada às características, necessidades, intenções, afinidades e objetivos de cada sujeito.</p> <p>(EF89EF08P9) Interpretar as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, relacionando-as a momentos e fatos sócio-histórico-culturais considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.)</p> <p>(EF89EF10P9) Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando seus elementos constitutivos e as exigências corporais dos mesmos.</p>	<p>Exercícios físicos e atividades físicas: diferenças.</p> <p>Exercícios físicos, exigências corporais e sensações experimentadas.</p> <p>Ginásticas de conscientização corporal: modalidades, origem, modos de prática.</p> <p>Ginástica de conscientização corporal e os efeitos para a saúde e qualidade de vida.</p>
<b>Lutas</b>	<p>(EF89EF16P9) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente, desenvolvendo capacidades físicas como força, resistência, equilíbrio, flexibilidade e potência muscular, compreendendo que elas podem ser aprimoradas com a prática.</p> <p>(EF89EF17P9) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.</p> <p>(EF89EF18P9) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiática das lutas, valorizando a sua prática sustentada por princípios e valores éticos e inclusivos, que estimulem o fortalecimento da honra e da integridade nos seus praticantes, repudiando situações de subjugação e violência</p>	<p>Lutas: principais modalidades.</p> <p>Lutas: regras e normas de segurança.</p> <p>Habilidades motoras para a prática das diversas modalidades de lutas: socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar.</p> <p>Lutas: ambientes físicos para a prática.</p> <p>Características técnico-táticas das lutas das mais simples às mais complexas.</p> <p>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.</p> <p>Lutas como práticas corporais, rituais e práticas de sobrevivência.</p>

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental	ANO LETIVO:
			2022

## 3º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P9) Experimentar, fruir e avaliar os diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) nos esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo, a inclusão e a cooperação e aprimorando seus conhecimentos técnicos e táticos.</p> <p>(EF89EF02P9) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF03P9) 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, propondo uma investigação das origens, regras e materiais necessários à prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF04P9) 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</p> <p>(EF89EF05P9) - Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo problematizando o doping, a corrupção, a violência etc., interpretando a forma como as mídias os apresentam, reconhecendo e refletindo sobre situações de violência no esporte, manifestada entre atletas e torcedores.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais</p>

# PLANO DE CURSO

<b>ÁREA DE CONHECIMENTO:</b> Línguas	<b>ANO DE ESCOLARIDADE:</b>	<b>ANO LETIVO:</b>
<b>COMPONENTE CURRICULAR:</b> Educação Física	<b>9º Ano – Ensino Fundamental</b>	<b>2022</b>

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Ginásticas</b>	(EF89EF10P9) Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando seus elementos constitutivos e as exigências corporais dos mesmos.	Ginásticas de conscientização corporal: modalidades, origem, modos de prática. Ginástica de conscientização corporal e os efeitos para a saúde e qualidade de vida.
<b>Lutas</b>	(EF89EF16P9) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente, desenvolvendo capacidades físicas como força, resistência, equilíbrio, flexibilidade e potência muscular, compreendendo que elas podem ser aprimoradas com a prática. (EF89EF17P9) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas. (EF89EF18P9) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiática das lutas, valorizando a sua prática sustentada por princípios e valores éticos e inclusivos, que estimulem o fortalecimento da honra e da integridade nos seus praticantes, repudiando situações de subjugo e violência	Lutas: principais modalidades. Lutas: regras e normas de segurança. Habilidades motoras para a prática das diversas modalidades de lutas: socar, chutar, segurar, agarrar ou empurrar. Lutas: ambientes físicos para a prática. Características técnico-táticas das lutas das mais simples às mais complexas. 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. Lutas como práticas corporais, rituais e práticas de sobrevivência.



# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Práticas corporais de Aventura</b>	(EF89EF19P9) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, valorizando a segurança e integridade física individual e coletiva, respeitando e se responsabilizando pela preservação do patrimônio natural. (EF89EF20P9) Identificar riscos, formular estratégias e observar normas de segurança para superar os desafios na realização de práticas corporais de aventura na natureza. (EF89EF21P9) Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização, locais de prática) das práticas corporais de aventura na natureza, refletindo sobre seus impactos, funções e importância, reconhecendo o valor e o direito de existência da natureza e de cada um seus recursos, independente das formas de apropriação humana.	As práticas corporais de aventura e as estruturas corporais que nos permitem realizar movimentos: ossos, músculos, articulações, coração, pulmões e o cérebro e o sistema nervoso. Práticas corporais de aventura: riscos e cuidados. Práticas corporais de aventura e o meio ambiente. Práticas corporais de aventura: equipamentos de segurança, indumentárias, técnicas.
<b>Esportes</b>	(EF89EF02P9) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.	Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico. Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco (invasão e combate).

# PLANO DE CURSO

ÁREA DE CONHECIMENTO:	Linguagens	ANO DE ESCOLARIDADE:	ANO LETIVO:
COMPONENTE CURRICULAR:	Educação Física	9º Ano – Ensino Fundamental	2022

## 4º BIMESTRE

UNIDADE TEMÁTICA	HABILIDADE	CONTEÚDOS RELACIONADOS
<b>Esportes</b>	<p>(EF89EF01P9) - Experimentar, fruir e avaliar os diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) nos esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo, a inclusão e a cooperação e aprimorando seus conhecimentos técnicos e táticos.</p> <p>(EF89EF02P9) - Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas, diferenciando as habilidades motoras necessárias para a prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF03P9) - 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, propondo uma investigação das origens, regras e materiais necessários à prática da modalidade.</p> <p>(EF89EF04P9) - 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</p> <p>(EF89EF05P9) - Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo problematizando o doping, a corrupção, a violência etc., interpretando a forma como as mídias os apresentam, reconhecendo e refletindo sobre situações de violência no esporte, manifestada entre atletas e torcedores.</p>	<p>Esportes de rede/parede, campo e taco o papel do árbitro, jogador e técnico.</p> <p>Táticas e regras dos esportes de rede/parede, campo e taco.</p> <p>Esportes ao longo do tempo: Doping, violência, patrocínio, entre outros.</p> <p>Esportes: habilidades motoras, capacidades físicas e táticas.</p> <p>Esportes de rede/parede, campo e taco: regras.</p> <p>Esportes colaborativos e individuais</p>



**ESCOLA DE FORMAÇÃO**  
E DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL  
DE EDUCADORES DE MINAS GERAIS

EDUCAÇÃO



**MINAS  
GERAIS**

GOVERNO  
DIFERENTE.  
ESTADO  
EFICIENTE.