



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ORIENTAÇÕES CURRICULARES 2020**

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**1º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
|--|---|---|
| <b>Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.</b> | <p><b>(EF12EF01-01/ES)</b> Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas. A prática deve ser organizada de forma a exigir habilidades mais simples possibilitando o trabalho de uma atitude positiva com relação às diferenças e possibilidades de aprender e desenvolver-se continuamente.</p> <p><b>(EF12EF02)</b> 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.</p> <p><b>(EF12EF03/ES)</b> Planejar e utilizar</p> | <p><b>Brincadeiras e Jogos:</b> <a href="https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/">https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/</a></p> <p><b>Laboratório de Brincadeiras e Jogos:</b><br/><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/dudamath-action-zone-40689">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/dudamath-action-zone-40689</a></p> <p><b>Para praticar:</b><br/><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/cama-de-gato">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/cama-de-gato</a></p> <p><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/caca-palavras-infantil">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/caca-palavras-infantil</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=B50JAWfR3fo">https://www.youtube.com/watch?v=B50JAWfR3fo</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>       |   |   |
|---------------------------------|---|---|
| <b>1º ANO</b>                   |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>          |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>             |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b> | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|                                 | <p>estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas. Como a modificação ou adaptação de regras de modo à torna-las mais flexíveis ou adaptando-as às características do espaço, o que já pode ser de praxe dos estudantes nos lugares onde moram.</p> <p><b>(EF12EF04/ES)</b> Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade, estabelecendo interações com outras disciplinas tanto da mesma área de conhecimento quanto das demais, adaptando às possibilidades disponíveis no espaço escolar.</p> |   |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>  |   |   |
|--|---|---|
| <b>1º ANO</b>  |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>   |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>  |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
| <p><b>Esportes de marca</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aprendizagens naturais: correr, saltar, pular, arremessar, lançar.</li></ul> <p><b>Esportes de precisão</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aprendizagens naturais como arremessar e lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico.</li></ul> <p><b>Ginástica geral</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Habilidades básicas: locomotoras, manipulativas e de</li></ul> | <p><b>(EF12EF05-01/ES)</b> Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes e seus fundamentos, explorando capacidades físicas e motoras por meio de atividades lúdicas e criativas.</p> <p><b>(EF12EF06-01/ES)</b> Discutir a importância da observação das normas e das regras básicas dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes.</p> <p><b>(EF12EF07)</b> Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança. A</p> | <p><b>Introdução:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc">https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVUBFs">https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVUBFs</a></p> <p><b>Lateralidade:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdULoqE">https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdULoqE</a></p> <p><b>Equilíbrio:</b><br/><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc">https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8">https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8</a></p> <p><b>Conscientização corporal:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=PxznFoIt3O4">https://www.youtube.com/watch?v=PxznFoIt3O4</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>  |   |   |
|--|---|---|
| <b>1º ANO</b>  |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>   |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>  |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
| estabilidade <ul style="list-style-type: none"><li>Esquema corporal: lateralidade, relação espacial, coordenação motora, equilíbrio etc;</li><li>Conscientização corporal.</li></ul> | aquisição da técnica deve ser desenvolvida gradativamente, respeitando características individuais dos estudantes e priorizando atividades lúdicas e criativas.<br><br><b>(EF12EF08-01/ES)</b> Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, considerando a utilização de habilidades motoras mais simples.<br><br><b>(EF12EF09)</b> Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.<br><br><b>(EF12EF10)</b> 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 |   |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>       |   |   |
|---------------------------------|---|---|
| <b>1º ANO</b>                   |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>          |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>             |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b> | <b>HABILIDADES</b>                                | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|                                 | desses elementos em distintas práticas corporais. |   |

FIQUE ATENTO ao “**Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.**”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**2º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
|--|---|---|
| <p><b>Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos de Regras.</li><li>• Jogos de Construção.</li><li>• Jogos Populares.</li><li>• Jogos Cooperativos.</li><li>• Jogos e Raciocínio.</li><li>• Cantigas de roda.</li><li>• Pantomina.</li><li>• Confecção de Brinquedos.</li></ul> | <p><b>(EF12EF01-02/ES)</b> Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas. A exigência das habilidades passa das mais simples para as mais complexas, trabalhando uma atitude positiva com relação às diferenças e possibilidades de aprender e desenvolver-se continuamente.</p> <p><b>(EF12EF02)</b> 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.</p> <p><b>(EF12EF03/ES)</b> Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas. Com a modificação ou adaptação de regras de</p> | <p><b>Brincadeiras e jogos:</b> <a href="https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/">https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/</a></p> <p><b>Laboratório de Brincadeiras e Jogos:</b><br/><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/dudamath-action-zone-40689">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/dudamath-action-zone-40689</a></p> <p><b>Para praticar:</b><br/><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/cama-de-gato">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/cama-de-gato</a></p> <p><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/caca-palavras-infantil">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/caca-palavras-infantil</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=B50JAWfR3fo">https://www.youtube.com/watch?v=B50JAWfR3fo</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**2º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
|--|--|---|
| <p><b>Esportes de marca</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aprendizagens naturais: correr, saltar, pular, arremessar, lançar, etc.</li></ul> <p><b>Esportes de precisão</b></p> | <p>modo à torna-las mais flexíveis ou adaptando-as às características do espaço, o que já pode ser de praxe dos estudantes nos lugares onde moram.</p> <p><b>(EF12EF04/ES)</b> Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade, estabelecendo interações com outras disciplinas tanto da mesma área de conhecimento quanto das demais, adaptando às possibilidades disponíveis no espaço escolar.</p> <p><b>(EF12EF05-02/ES)</b> Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes e seus fundamentos, explorando capacidades físicas e motoras por meio</p> | <p><b>Introdução:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc">https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVuBFs">https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVuBFs</a></p> <p><b>Lateralidade:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdUloqE">https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdUloqE</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**2º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>   | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Aprendizagens naturais como arremessar e lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico.</li><li>• Jogos Pré-esportivos</li><li>• Circuitos de atividades lúdicas envolvendo as habilidades motoras exploradas.</li></ul> <p><b>Ginástica geral</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Habilidades básicas: locomotoras, manipulativas e de estabilidade.</li><li>• Esquema corporal: lateralidade, relação espacial, coordenação motora, equilíbrio etc.;</li><li>• Conscientização corporal;</li><li>• Ginástica e processos históricos;</li><li>• Principais passos e pequenas</li></ul> | <p>de atividades lúdicas e criativas, aumentando a complexidade por meio de movimentos que exijam mais habilidades motoras para execução.</p> <p><b>(EF12EF06-02/ES)</b> Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes. Discutir é um processo que demanda habilidades como análise da situação, defesa de pontos de vista, escuta de opiniões diversas, entre outras. O exercício da reflexão e discussão possibilita inter-relações com outros componentes curriculares, como a Língua Portuguesa.</p> <p><b>(EF12EF07-02/ES)</b> Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança. A</p> | <p><b>Equilíbrio:</b></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc">https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8">https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8</a></p> <p><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial</a></p> <p><b>Conscientização corporal:</b></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=PxzFoIt3O4">https://www.youtube.com/watch?v=PxzFoIt3O4</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**2º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>   | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|---|--|---|
| coreografias. <ul style="list-style-type: none"><li>• Propriocepção;</li><li>• Imagem corporal</li><li>• Capacidades físicas: resistência, força, agilidade, flexibilidade, coordenação e equilíbrio.</li></ul> | aquisição da técnica deve ser desenvolvida gradativamente considerando a demanda de habilidades motoras mais complexas, respeitando características individuais dos estudantes e priorizando atividades lúdicas e criativas.<br><b>(EF12EF08-02/ES)</b> Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, considerando a experimentação de movimentos que exijam habilidades motoras mais complexas, de acordo com as características individuais dos estudantes por meio de atividades lúdicas e criativas.<br><b>(EF12EF09)</b> Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.<br><b>(EF12EF10)</b> Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características |   |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**2º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b> | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|---------------------------------|---|---|
|                                 | dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais. |   |

FIQUE ATENTO ao “**Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.**”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**3º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>  |
|--|--|--|
| <p><b>Esportes de campo e taco</b><br/><b>Esportes de rede/parede</b><br/><b>Esportes de invasão</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos com regras (compreensão, discussão e construção).<br/>Jogos Pré-desportivos.</li></ul> <p><b>Ginástica geral</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Capacidades físicas: resistência, força, agilidade, flexibilidade, coordenação, equilíbrio.</li><li>• Lateralidade.</li><li>• Orientação espacial.</li><li>• Propriocepção.<br/>Imagem corporal.</li></ul> | <p><b>(EF35EF05-03/ES)</b> Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo. Com ênfase na participação e não no resultado.</p> <p><b>(EF35EF06)</b> Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).</p> <p><b>(EF35EF07-03/ES)</b> 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.</p> <p><b>(EF35EF08)</b> Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações</p> | <p><b>Esportes de rede/parede e de campo/taco para adaptar e experimentar em casa:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q-azRd6wSe0">https://www.youtube.com/watch?v=Q-azRd6wSe0</a></p> <p><b>Introdução:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc">https://www.youtube.com/watch?v=YofVgg4rSlc</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVUBFs">https://www.youtube.com/watch?v=H-0gNCVUBFs</a></p> <p><b>Lateralidade:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdULoqE">https://www.youtube.com/watch?v=4rmucdULoqE</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**3º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b> | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>  |
|---------------------------------|--|--|
|                                 | coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança. | <b>Equilíbrio:</b><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc">https://www.youtube.com/watch?v=nBvLzXFjSrc</a><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8">https://www.youtube.com/watch?v=i7DDAJDgHX8</a><br><a href="https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial">https://curriculointerativo.sedu.es.gov.br/odas/trabalhando-o-lancar-e-receber-barra-ensino-especial</a><br><br><b>Conscientização corporal:</b><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=PxzNfoIt3O4">https://www.youtube.com/watch?v=PxzNfoIt3O4</a> |

FIQUE ATENTO ao “**Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.**”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**4º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
|--|---|---|
| <p><b>Brincadeiras e jogos de matriz indígena, africana, europeia, entre outras.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• História dos jogos e brincadeiras populares e folclóricos;</li><li>• Jogos de construção;</li><li>• Jogos cooperativos;</li><li>• Jogos populares;</li><li>• Jogos de raciocínio;</li><li>• Produção de brinquedos.</li></ul> | <p><b>(EF35EF01-04/ES)</b> Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena, africana, europeia, entre outras, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural. É interessante que os estudantes sejam apresentados a conceitos sobre patrimônio cultural para que reconheçam e valorizem as aprendizagens sobre os jogos e brincadeiras, com exigências motoras mais complexas, que não fazem parte do seu cotidiano, aprofundando a aprendizagem sobre a cultura na qual as brincadeiras e jogos se originaram.</p> <p><b>(EF35EF02-04/ES)</b> Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena, africana, europeia, entre outras. Propondo atividades menos familiares aos estudantes, que não necessariamente façam parte do cotidiano dos estudantes, além de explorar conhecimentos sobre o corpo explorando a complexidade das práticas e a</p> | <p><b>Brincadeiras e jogos:</b><br/><a href="https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/">https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/</a></p> <p><b>Brincadeiras e jogos de matriz indígena:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=br-792tg4bw">https://www.youtube.com/watch?v=br-792tg4bw</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=QzAi--z5WIU">https://www.youtube.com/watch?v=QzAi--z5WIU</a></p> <p><b>Brincadeiras e jogos de matriz africana:</b><br/><a href="https://escolaeducacao.com.br/brincadeiras-africanas/">https://escolaeducacao.com.br/brincadeiras-africanas/</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**4º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>                                   | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>  |
|---|---|--|
| <b>Esportes de campo e taco</b><br><b>Esportes de rede/parede</b> | <p>progressão do desenvolvimento motor e cognitivo reconhecendo potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para prática segura de todos.</p> <p><b>(EF35EF03)</b> 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.</p> <p><b>(EF35EF04)</b> 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.</p> <p><b>(EF35EF05-04/ES)</b> Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias</p> | <p><b>Esportes de rede/parede e de campo/taco para adaptar e experimentar em casa:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q-azRd6wSe0">https://www.youtube.com/watch?v=Q-azRd6wSe0</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

**ENSINO FUNDAMENTAL**

**4º ANO**

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

**1º TRIMESTRE**

| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>   | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|--|--|---|
| <p><b>Esportes de invasão</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos com regras (compreensão, discussão e construção);</li><li>• Jogos Pré-desportivos.</li></ul> | <p>individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, por meio de atividades lúdicas e criativas. A experimentação dos esportes evidenciam as capacidades físicas, como a força muscular, a flexibilidade, o equilíbrio e a coordenação motora, e permitem discussões sobre a importância do seu desenvolvimento tanto para a aptidão física relacionada ao desempenho esportivo como para a saúde e qualidade de vida.</p> <p><b>(EF35EF06)</b> Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).</p> |   |



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>  |   |   |
|--|---|---|
| <b>5º ANO</b>  |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>   |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>  |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b>  | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b>   |
| <p><b>Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do Mundo.</b></p> <p>Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jogos cooperativos</li><li>• Jogos populares</li><li>• Jogos de tabuleiro</li><li>• Jogos de raciocínio</li></ul> <p>Jogos Pré-desportivos</p> | <p><b>(EF35EF01-05/ES)</b> 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.</p> <p><b>(EF35EF02-05/ES)</b> Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana. Explorando a complexidade das práticas e a progressão do desenvolvimento motor e cognitivo reconhecendo potenciais e limites corporais seus e de outros e, a partir daí, aja propondo estratégias para prática segura de todos, a partir da discussão sobre as diferenças de forças buscando soluções para que todos participem com equidade.</p> <p><b>(EF35EF03-05/ES)</b> 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</p> | <p><b>Brincadeiras e jogos:</b><br/><a href="https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/">https://impulsiona.org.br/jogos-e-brincadeiras-na-educacao-fisica/</a></p> <p><b>Brincadeiras e jogos de matriz indígena:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=br-792tg4bw">https://www.youtube.com/watch?v=br-792tg4bw</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=QzAi--z5WIU">https://www.youtube.com/watch?v=QzAi--z5WIU</a></p> <p><b>Brincadeiras e jogos de matriz africana:</b><br/><a href="https://escolaeducacao.com.br/brincadeiras-africanas/">https://escolaeducacao.com.br/brincadeiras-africanas/</a></p> <p><b>Esportes indígenas:</b><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=5-IVKWNpSG8">https://www.youtube.com/watch?v=5-IVKWNpSG8</a><br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=xH2UE687NG0">https://www.youtube.com/watch?v=xH2UE687NG0</a></p> |

FIQUE ATENTO ao “Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>



**GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**  
**Secretaria de Estado da Educação**  
Subsecretaria de Educação Básica e Profissional  
Assessoria de Apoio Curricular e Educação Ambiental

| <b>ENSINO FUNDAMENTAL</b>       |   |   |
|---------------------------------|---|---|
| <b>5º ANO</b>                   |   |   |
| <b>EDUCAÇÃO FÍSICA</b>          |   |   |
| <b>1º TRIMESTRE</b>             |   |   |
| <b>OBJETOS DE CONHECIMENTOS</b> | <b>HABILIDADES</b>  | <b>DOCUMENTOS E SUGESTÕES DE ATIVIDADES</b> |
|                                 | <p>cultural na preservação das diferentes culturas. A prática de brincadeiras e jogos como patrimônio histórico cultural e como elemento de preservação das culturas oportuniza o trabalho interdisciplinar com Língua Portuguesa, na prática da linguagem e produção de texto e Arte, voltadas à descrição e comunicação de informações por múltiplas linguagens.</p> <p><b>(EF35EF04)</b> 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.</p> |   |

FIQUE ATENTO ao “**Documento de transição dos currículos da rede estadual de educação do Espírito Santo.**”. O documento traz orientações sobre a transição do Currículo Básico Escola Estadual (2009) para o Currículo do Espírito Santo (2019), reelaborado à luz da BNCC. <https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/documentos-de-transicao/>