

REFERENCIAL CURRICULAR AMAPAENSE

ENSINO FUNDAMENTAL





EDUCAÇÃO FÍSICA





4.4.3 Educação Física

Competências Específicas de Educação Física para o Ensino Fundamental

I Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.

II Planejar e empregar estratégias para resolver desafios e aumentar as possibilidades de aprendizagem das práticas corporais, além de se envolver no processo de ampliação do acervo cultural nesse campo.

III Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.

IV Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal, analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.

V Identificar as formas de produção dos preconceitos, compreender seus efeitos e combater posicionamentos discriminatórios em relação às práticas corporais e aos seus participantes.

VI Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

VII Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

VIII Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.

IX Reconhecer o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.

X Experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

Educação Física nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental: Unidades Temáticas, Objetos de Conhecimento e Habilidades

Os alunos do Ensino Fundamental – Anos Iniciais vivenciam múltiplas experiências pessoais e sociais, o que torna necessário reconhecer a existência de infâncias no plural e, conseqüentemente, a singularidade de qualquer processo escolar e sua interdependência com as características da comunidade local. É importante

reconhecer, também, a necessária continuidade às experiências em torno do universo lúdico, desenvolvidas na Educação Infantil e consolidadas nessa primeira etapa do Ensino Fundamental. As crianças possuem conhecimentos que precisam ser, por um lado, reconhecidos e problematizados nas vivências escolares com vistas a proporcionar a compreensão do mundo e das relações e, por outro, ampliados de maneira a potencializar a inserção e o trânsito dessas crianças nas várias esferas da vida social.

A partir disso, a escola vislumbra o ser humano na sua totalidade, levando em consideração uma multiplicidade de valores abarcados dentro dos processos de ensino-aprendizagem, oferecendo uma formação integral aos alunos buscando o equilíbrio entre os conteúdos dos componentes curriculares, as práticas educativas e as habilidades socioemocionais.

Diante do compromisso com a formação estética, sensível e ética, a Educação Física, aliada aos demais componentes curriculares, assume compromisso claro com a qualificação para a leitura, a produção e a vivência das práticas corporais. Ao mesmo tempo, pode colaborar com os processos de letramento e alfabetização dos alunos, ao criar oportunidades e contextos para ler e produzir textos que focalizem as distintas experiências e vivências nas práticas corporais tematizadas. Para tanto, os professores devem buscar formas de trabalho pedagógico pautadas no diálogo, considerando a impossibilidade de ações uniformes.

Além disso, verificando a necessidade de flexibilidade na delimitação dos currículos e propostas curriculares de cada unidade de ensino, tendo em vista a adequação às realidades locais, as habilidades de Educação Física para o Ensino Fundamental – Anos Iniciais, estão sendo propostas no Documento Curricular do Estado do Amapá, organizadas em dois blocos (1º e 2º anos; 3º ao 5º ano) e se referem às seguintes unidades temáticas e seus respectivos objetos de conhecimento:





OBJETOS DE CONHECIMENTO

UNIDADES TEMÁTICAS	1º E 2º ANOS	3º AO 5º ANOS
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional: Brincadeiras de rua Cantigas de roda Jogos de família Brincadeiras de praças Jogos simbólicos Jogos adaptados Jogos circenses Jogos sensoriais	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana Jogos de tabuleiro Jogos cooperativos Jogos rítmicos Jogos de construção
Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Atividades recreativas com base no atletismo Atividades lúdicas dos esportes de marca Atividade lúdicas dos esportes de precisão: arco e flecha, boliche, bola ao alvo e outros.	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão Atividades lúdicas com materiais não convencionais (tacobol)
Ginásticas	Ginástica geral Ginástica com aparelhos não convencionais (caixas, galões de água, bambus, dentre outros), Tumbling, Trampolim, Rodas, Acrobacias	Ginástica geral Ginástica com aparelhos manuais (bolas, fitas, arcos e outros). Pequenos Jogos, Jogos Sociais e Jogos de Reação.
Danças	Danças do contexto comunitário e regional Marabaixo Batuque	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana Danças regionais Danças amapaenses
Lutas		Lutas do contexto comunitário e regional. Lutas de matriz indígena e africana. Luta corporal, como o Huka huka (matriz indígena).
Corporeidade	Dimensão temporal Dimensão Espacial Domínio corporal	
Capoeira		Práticas corporais regionalizadas




ORGANIZADOR CURRICULAR ÁREA DE LINGUAGEM – ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS
EDUCAÇÃO FÍSICA - BLOCO 1º E 2º ANOS

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Brincadeiras e jogos	<p>Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional</p> <p>Brincadeiras de rua</p> <p>Cantigas de roda</p> <p>Jogos de família</p> <p>Brincadeiras de praças</p> <p>Jogos simbólicos</p> <p>Jogos adaptados</p> <p>Jogos circenses</p> <p>Jogos sensoriais</p>	<p>(EF12EF01) Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas.</p> <p>(EF12EF02) Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.</p> <p>(EF12EF03) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas.</p> <p>(EF12EF04) Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade.</p> <p>(EF12EF-AP01) Brincar em diferentes contextos: livremente, de faz de conta, de forma dirigida, de modo que o repertório lúdico seja ampliado.</p> <p>(EF12EF-AP02) Realizar brincadeiras e jogos reconhecendo as diferenças de gênero, étnico-raciais, religiosas, de classe social e de aparência e/ou desempenho corporal.</p>
Esportes	<p>Esportes de marca</p> <p>Esportes de precisão</p> <p>Atividades recreativas com base no atletismo</p> <p>Atividades lúdicas dos esportes de marca</p> <p>Atividade lúdicas dos esportes de precisão: arco e flecha, boliche, bola ao alvo e outros</p>	<p>(EF12EF05) Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes.</p> <p>(EF12EF06) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as demais participantes.</p> <p>(EF12EF-AP03) Realizar prática de esportes de marca reconhecendo as diferenças de gênero, étnico-raciais, religiosas, de classe social e de aparência e/ou desempenho corporal.</p> <p>(EF12EF-AP04) Vivenciar a prática de esportes de marca, tendo como princípio: o lúdico, a participação e a inclusão de todos.</p>





UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Ginásticas	<p>Ginástica geral</p> <p>Ginástica com aparelhos não convencionais (caixas, galões de água, bambus, dentre outros), Tumbling, Trampolim, Rodas, Acrobacias</p>	<p>(EF12EF07) Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.</p> <p>(EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral.</p> <p>(EF12EF09) Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.</p> <p>(EF12EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.</p>
Danças	<p>Danças do contexto comunitário e regional</p> <p>Marabaixo</p> <p>Batuque</p>	<p>(EF12EF11) Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas) e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.</p> <p>(EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.</p> <p>(EF12EFAP-05) Explorar expressões corporais e jogos teatrais por meio de dramatizações, imitando e criando expressões faciais, gestos, posturas, vocalização e sons, intencionalmente, através de atividades.</p> <p>(EF12EF-AP06) Realizar rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e danças presentes na cultura popular a partir de princípios da justiça, equidade, solidariedade, com ênfase para relações igualitárias de gênero.</p>
Corporeidade	<p>Dimensão temporal</p> <p>Dimensão espacial</p> <p>Domínio corporal</p>	<p>(EF12EF-AP07) Experimentar e fruir, nas diferentes dimensões intelectual, emocional, corporal e social, atividades que considere o aluno na sua totalidade de ser humano e suas relações com o mundo.</p> <p>(EF12EF-AP08) Realizar movimentos numa multiplicidade de situações, de modo que construam um repertório amplo, para que não tenha restrição nas suas possibilidades.</p>





EDUCAÇÃO FÍSICA - BLOCO 3º AO 5º ANO

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Brincadeiras e jogos	<p>Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo</p> <p>Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana</p> <p>Jogos de tabuleiro</p> <p>Jogos cooperativos</p> <p>Jogos rítmicos</p> <p>Jogos de construção</p>	<p>(EF35EF01) Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.</p> <p>(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os alunos em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.</p> <p>(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.</p> <p>(EF35EF04) Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.</p> <p>(EF35EF-AP01) Aprender os conceitos de jogos e brincadeiras identificando e compreendendo as características e as regras básicas dos jogos e brincadeiras.</p> <p>(EF35EF-AP02) Vivenciar as diferentes formas de jogo, dentro de um contexto lúdico e abrangente.</p>
Esportes	<p>Esportes de campo e taco</p> <p>Esportes de rede/parede</p> <p>Esportes de invasão</p> <p>Atividades lúdicas com materiais não convencionais (tacobol)</p>	<p>(EF35EF05) Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.</p> <p>(EF35EF06) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer) e reconhecer a diversidade presente na comunidade.</p>





UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana Luta corporal, como o Huka huka (matriz indígena)	(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana. (EF35EF14) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança. (EF35EF15) Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais. (EF35EF-AP07) Reconhecer as diferenças de gênero, étnico-raciais, religiosas, de classe social e de aparência e/ou desempenho corporal das lutas. (EF35EF-AP08) Compreender o processo histórico e os princípios fundamentais de algumas modalidades de lutas. (EF35EF-AP09) Exercitar sua autonomia de ação e pensamento diante das manifestações das lutas, compreendendo seus diferentes sentidos e interesses constitutivos.
Capoeira	Práticas corporais regionalizadas	(EF35EF-AP10) Vivenciar as relações corporais de tempo e espaço, consigo mesmo e com o outro. (EF35EF-AP11) Vivenciar ritmos e sons, conhecendo os cantos da capoeira como expressões de luta por reconhecimento social.

4.4.3.2 Educação Física nos Anos Finais do Ensino Fundamental: Unidades Temáticas, Objetos de Conhecimento e Habilidades

De acordo com a BNCC no Ensino Fundamental – Anos Finais, é de se esperar que os estudantes estejam preparados para se deparar com diversos docentes, que atuem com maior independência e dominem uma série de conhecimentos, o que torna mais complexas as interações e a sistemática de estudos. Ainda assim, os alunos nessa fase de escolarização têm maior capacidade de apreciação das mais diversas manifestações da cultura corporal, podendo ocorrer com a incorporação de mais aspectos e detalhes. Ao vivenciá-las, os alunos podem apreciar a beleza, a estética, discutir o contexto de sua produção, avaliar algumas técnicas e estratégias,

observar os padrões de movimento, entre inúmeras outras possibilidades. Podem, principalmente, aprender a contemplar essa diversidade e perceber as inúmeras opções que existem, tanto para praticar quanto para apreciar (PCN's, 1998). Essas características permitem aos estudantes maior aprofundamento nos estudos das práticas corporais na escola.

Nesse contexto, e para aumentar a flexibilidade na delimitação dos currículos e propostas curriculares, tendo em vista a adequação às realidades locais, as habilidades de Educação Física para o Ensino Fundamental – Anos Finais foram organizadas em dois blocos (6º e 7º anos; 8º e 9º anos) e se referem às unidades temáticas e seus respectivos objetos de conhecimento.




ORGANIZADOR CURRICULAR ÁREA DE LINGUAGENS – ENSINO FUNDAMENTAL – EDUCAÇÃO FÍSICA – ANOS FINAIS
EDUCAÇÃO FÍSICA - BLOCO DE 6º E 7º ANOS

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Brincadeiras e jogos	Jogos eletrônicos	<p>(EF67EF01) Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.</p> <p>(EF67EF02) Identificar as transformações nas características dos jogos eletrônicos em função dos avanços das tecnologias e nas respectivas exigências corporais colocadas por esses diferentes tipos de jogos.</p> <p>(EF67EF-AP01) Construir e reconstruir novos jogos eletrônicos.</p>
	Jogos eletrônicos nas comunidades tradicionais	<p>(EF67EF-AP02) Compreender que os jogos eletrônicos são produções do mundo contemporâneo e podem ser vivenciados de forma diferente em todos os tempos e lugares.</p> <p>(EF67EF-AP03) Vivenciar, coletivamente, jogos eletrônicos, ressignificando sua prática, levando em consideração os conhecimentos dos alunos no contexto em que estão inseridos.</p>
Esportes	Esportes de marca Esportes de precisão Esportes de invasão Esportes técnico-combinatórios	<p>(EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.</p> <p>(EF67EF04) Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.</p> <p>(EF67EF05) Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.</p> <p>(EF67EF06) Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).</p> <p>(EF67EF07) Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.</p> <p>(EF67EF-AP04) Participar da proposição e da produção de alternativas nas práticas pré-desportivas dos esportes aprendidos nas aulas.</p>





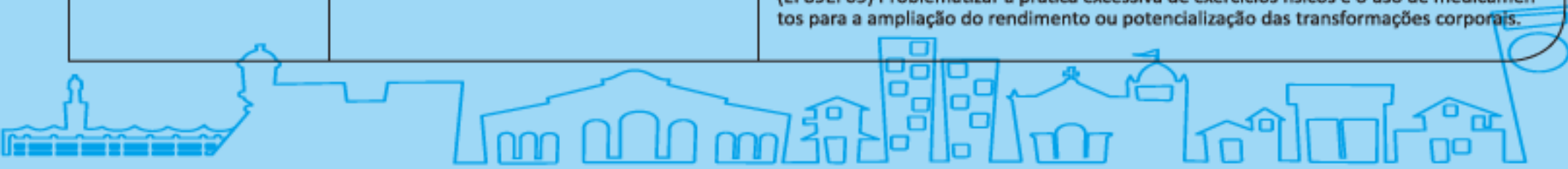
UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Esportes	Atividades pré-desportivas de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios	(EF67EF-AP05) Promover a participação na proposição e na produção de alternativas pré-desportivas para praticar os esportes aprendidos nas aulas, e em outros momentos escolares.
Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico	(EF67EF08) Experimentar e fruir exercícios físicos que solicitem diferentes capacidades físicas, identificando seus tipos (força, velocidade, resistência, flexibilidade) e as sensações corporais provocadas pela sua prática. (EF67EF09) Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos, com o objetivo de promover a saúde. (EF67EF10) Diferenciar exercício físico de atividade física e propor alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar.
Danças	Danças urbanas Danças de rua Danças criativas	(EF67EF11) Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos). (EF67EF12) Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas. (EF67EF13) Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais.
Lutas	Lutas do Brasil	(EF67EF14) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais. (EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente. (EF67EF16) Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil. (EF67EF17) 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. (EF67EF-AP06) Expressar e partilhar suas reflexões, hipóteses e comentários acerca das lutas, de suas experiências e as de seus colegas.
Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura urbanas Futlana e slackline	(EF67EF18) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais. (EF67EF19) Identificar os riscos durante a realização de práticas corporais de aventura urbanas e planejar estratégias para sua superação. (EF67EF20) Executar práticas corporais de aventura urbanas, respeitando o patrimônio público e utilizando alternativas para a prática segura em diversos espaços. (EF67EF21) Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características (instrumentos, equipamentos de segurança, indumentária, organização) e seus tipos de práticas.



Capoeira	Capoeira da Angola Capoeira regional Capoeira contemporânea	(EF67EF-AP07) Compreender as manifestações da capoeira como movimento de resistência e luta pelo reconhecimento da equidade social. (EF67EF-AP08) Vivenciar as manifestações corporais da capoeira, legitimando a diversidade cultural e contribuindo com a desconstrução de estereótipos.
----------	---	---

EDUCAÇÃO FÍSICA-BLOCO DE 8º E 9º ANOS

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Esportes	Esportes de rede/parede Esportes de campo e taco Esportes de invasão Esportes de combate Esportes adaptados (Bocha)	(EF89EF01) Experimentar diferentes papéis (jogador, árbitro e técnico) e fruir os esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. (EF89EF02) Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas. (EF89EF03) Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica. (EF89EF04) Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate. (EF89EF05) Identificar as transformações históricas do fenômeno esportivo e discutir alguns de seus problemas (doping, corrupção, violência etc.) e a forma como as mídias os apresentam. (EF89EF06) Verificar locais disponíveis na comunidade para a prática de esportes e das demais práticas corporais tematizadas na escola, propondo e produzindo alternativas para utilizá-los no tempo livre. (EF89EF-AP01) Refletir sobre o sexismo socialmente imposto sobre determinadas práticas esportivas.
Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal Padrões de beleza e saúde	(EF89EF07) Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito. (EF89EF08) Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático e outros). (EF89EF09) Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.





UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	HABILIDADES
Ginásticas		(EF89EF10) Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando as exigências corporais dos mesmos. (EF89EF11) Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.
Danças	Danças de salão Danças circulares	(EF89EF12) Experimentar, fruir e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas. (EF89EF13) Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão. (EF89EF14) Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação. (EF89EF15) Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem.
Lutas	Lutas do mundo Lutas orientais Lutas ocidentais	(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente. (EF89EF17) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas. (EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a mediação de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.
Práticas corporais de aventura	Práticas corporais de aventura na natureza Prática indígena: Xikunahity ou Hiara	(EF89EF19) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura na natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, respeitando o patrimônio natural e minimizando os impactos de degradação ambiental. (EF89EF20) Identificar riscos, formular estratégias e observar normas de segurança para superar os desafios na realização de práticas corporais de aventura na natureza. (EF89EF21) Identificar as características (equipamentos de segurança, instrumentos, indumentária, organização) das práticas corporais de aventura na natureza, bem como suas transformações históricas.
Capoeira	Contextualização Regionalidades	(EF89EF-AP02) Vivenciar a capoeira como manifestação da resistência negra e da cultura afro-brasileira. (EF89EF-AP03) Refletir criticamente sobre a capoeira na sua totalidade.



