

# EDUCAÇÃO FÍSICA

4º ANO

# 4º ANO

Habilidades essenciais a serem desenvolvidas no ano de 2021, visando recuperação e organização do trabalho remoto e presencial.

REDE MUNICIPAL DE  
ENSINO DE  
PINHALZINHO

**EDUCAÇÃO FÍSICA****4º ANO - ENSINO FUNDAMENTAL****1º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Brincadeiras e jogos	(EF04EF01) Experimentar, fruir e identificar as brincadeiras e jogos do Brasil, incluindo os de matrizes indígena e africana, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.	Brincadeiras e jogos do Brasil incluindo de matriz indígena e matriz africana	Brincadeiras de diversas regiões do Brasil: variação de práticas e nomes, pesquisar e realizar as brincadeiras;
Brincadeiras e jogos	(EF03EF02B) Criar estratégias para resolver conflitos durante a participação em brincadeiras e jogos do Brasil, incluindo os de matrizes indígena e africana.	Brincadeiras e jogos do Brasil matriz indígena e africana	Práticas de origem indígena: cama de gato, peteca, bolinha de gude, pião, rodas cantadas, cinco Marias, cabo de guerra, perna de pau e bilboque
Brincadeiras e jogos	(EF04EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os alunos em brincadeiras e jogos do Brasil, incluindo os de matrizes indígena e africana.	Brincadeiras e jogos do Brasil incluindo de matriz indígena e matriz africana	Prática de origem africana: pega-pega, terra-mar, ampe, pegue a cauda, saltando feijão;
Brincadeiras e jogos	(EF04EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e jogos do Brasil, incluindo os de matrizes indígena e africana, explicando a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.	Brincadeiras e jogos do Brasil incluindo de matriz indígena e matriz africana	Continuação de brincadeiras a fim de acentuar a importância dos mesmos realizados de forma lúdica e prazerosa
Brincadeiras e jogos	(EF03EF17*) Experimentar e fruir jogos de tabuleiro, identificando características desses jogos.	Jogos de Tabuleiro	Reconhecer jogos de tabuleiro, estudar suas regras e executar os jogos tais como dama, xadrez, ludo, gamão, trilha, resta um, etc.
Brincadeiras e jogos	(EF04EF17*) Experimentar jogos de tabuleiro, e reconhecer a importância das regras para planejar e utilizar diferentes estratégias.	Jogos de Tabuleiro	Introduzir as regras para execução dos jogos de tabuleiro.

**2º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Lutas	(EF03EF13) Experimentar e fruir diferentes lutas presentes nos contextos comunitário, incluindo as de matrizes indígena e africana, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.	Lutas do contexto comunitário Matriz Indígena e africana	Práticas corporais lúdicas; Jogos de oposição;
Lutas	(EF04EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto regional, incluindo as de matrizes indígena e africana.	Lutas do contexto regional - matriz indígena e africana	Utilizar os movimentos básicos da luta , a fim de proporcionar conhecimento dos mesmos; Iniciação a lutas com regras.
Lutas	(EF04EF15) Identificar as características das lutas do contexto regional, incluindo as de matrizes indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e demais práticas corporais.	Lutas do contextoregional - matriz indígena e africana	Conhecimento de diferentes tipos de lutas e como realiza-las;
Dança	(EF04EF09) Experimentar, fruir e recriar danças do Brasil, incluindo as de matrizes indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	Danças do Brasil - matriz indígena e africana	Danças típicas de diferentes regiões do Brasil;
Dança	(EF04EF10) Identificar e comparar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças do Brasil, incluindo as de matrizes indígena e africana.	Danças do Brasil - matriz indígena e africana	Danças regionais (origem), como era a dança antigamente e dias atuais

**3º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Ginástica	(EF03EF07A) Experimentar, fruir e criar combinações de diferentes elementos da ginástica e da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, com e sem materiais), valorizando o trabalho coletivo.	Ginástica geral	Utilizar os movimentos básicos da ginástica a fim de desenvolvimento corporal;
Ginástica	(EF04EF07) Experimentar, fruir e criar, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos na ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes elementos da cultura local.	Ginástica geral	Realizar diversos exercícios de ginástica, através de jogos e brincadeiras.
Ginástica	(EF03EF07B) Planejar e apresentar coreografias com diferentes elementos da ginástica e da ginástica geral. (equilíbrios, saltos, giros, rotações, com e sem materiais) e com diferentes elementos da cultura regional	Ginástica geral	Circuito de ginástica;
Ginástica	(EF04EF08) Planejar e utilizar estratégias para resolver os desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo.	Ginástica geral	Movimentos (elementos) básicos da ginástica: Estrela, avião, rolamentos, saltos, ponte, ponte invertida, paradas;
Brincadeiras e Jogos	(EF03EF16*) Experimentar e descrever, por meio de múltiplas linguagens, as brincadeiras e jogos inclusivos, explicando a importância desses jogos para a participação de todos.	Brincadeiras e Jogos inclusivos	Incluir jogos caso seja necessário uma adaptação para a participação de todos os alunos, reconhecendo e identificando a dificuldade de cada um.
Brincadeiras e Jogos	(EF04EF16*) Colaborar na proposição e produção de alternativas para a prática de brincadeiras e jogos inclusivos, experimentando-as e produzindo textos audiovisuais para divulgá-las na escola.	Brincadeiras e Jogos inclusivos	Incluir jogos caso seja necessário uma adaptação para a participação de todos os alunos, reconhecendo e identificando a dificuldade de cada um.

**4º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Corpo, Movimento e Saúde	(EF03EF18*) Identificar as habilidades motoras básicas envolvidas nas brincadeiras e jogos e nos jogos pré-desportivos	Habilidades Motoras Básicas	Utilizar todas as forams de habilidades motoras através de jogos e brincadeiras diversificando conforme a evolução
Corpo, Movimento e Saúde	(EF04EF18*) Identificar as diferentes habilidades motoras básicas envolvidas na ginástica, nas danças e nas lutas.	Habilidades Motoras Básicas	Utilizar todas as forams de habilidades motoras através de jogos e brincadeiras diversificando conforme a evolução.
Corpo, Movimento e Saúde	(EF04EF19*) Experimentar diferentes formas de aquecimento na prática de danças e ginásticas, reconhecendo a importância do mesmo.	Formas de aquecimento	Diversificar as formas de aquecimento através de brincadeiras, ou em rodas a fim do reconhecimento da importância do aquecimento nas atividades.
Esporte	(EF03EF05) Experimentar e fruir jogos pré-desportivos de campo e taco, invasão, identificando seus elementos comuns e reconhecendo a importância do trabalho em equipe para o alcance de um objetivo comum	Jogos Pré- Desportivos de campo e taco e de invasão	Iniciar jogos baseado em experiências de movimentos já adquiridas, tais como volei, basquete, futebol, handebol, etc.
Esporte	(EF04EF05) Experimentar jogos pré-desportivos de rede e parede, e invasão, criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.	Jogos pré-desportivos de rede e parede de invasão	Iniciar regras básicas dos jogos utilizados