

EDUCAÇÃO  
FÍSICA

6º 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

**6º ANO - ENSINO FUNDAMENTAL****1º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	<b>CONTEÚDOS PRIVILEGIADOS</b>
Esporte	(EF05EF05B) Identificar as características das práticas lúdicas esportivas e dos jogos pré-desportivos diferenciando-os dos esportes de campo taco, rede / parede.	Esporte de campo e taco, rede/parede	Jogos populares: Taco/betis, base quatro.
Esporte	(EF05EF06) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).	Esporte de campo e taco, rede/parede	Voleibol, Tenis de Mesa.
Esporte	(EF06EF03) Experimentar e fruir esportes de marca e invasão valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo	Esporte de marca e invasão	Atletismo: Corridas de velocidade. Futsal, Handebol.
Esporte	(EF06EF04) Praticar um ou mais esporte de marca e invasão oferecido pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras	. Esporte de marca e invasão	Atletismo: Salto em distância. Futsal, Handebol.
Esporte	(EF06EF05) Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, e invasão, como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar.	Esporte de marca e invasão	Atletismo: Salto em altura. Futsal, Handebol.
Esporte	(EF06EF22*) Vivenciar um ou mais esportes paralímpicos, respeitando as diferenças individuais e valorizando a importância dessa prática	Esporte Paralímpico	Voleibol sentado, Goalbol, Futebol de cinco.

**2º BIMESTRE**

UNIDADES TEMÁTICAS	HABILIDADES	OBJETOS DE CONHECIMENTO	
Danças	(EF05EF09) Recriar e fruir danças do mundo, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	Danças do mundo	Street Dance”: Locking, Popping, Breaking, Hip Hop Freestyle, House Dance, Funk.
Danças	(EF06EF11) Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).	Dança urbanas	Street Dance”: Locking, Popping, Breaking, Hip Hop Freestyle, House Dance, Funk.
Danças	(EF06EF12) Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças urbanas.	. Danças urbanas	Street Dance”: Locking, Popping, Breaking, Hip Hop Freestyle, House Dance, Funk.
Ginástica	(EF05EF07) Planejar e experimentar coletivamente novas combinações de diferentes elementos (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) na ginástica geral, com diferentes temas do cotidiano.	Ginástica Geral	Ginástica Geral.
Ginástica	(EF06EF08) Experimentar e fruir exercícios que solicitem diferentes capacidades físicas condicionamento físico	Ginástica de físicos da ginástica de condicionamento físico	Ginástica aeróbica, funcional, laboral, localizada.
Ginástica	(EF06EF09) Construir, coletivamente, procedimentos e normas de convívio que viabilizem a participação de todos na prática de exercícios físicos.	Ginástica de condicionamento físico	Ginástica aeróbica, funcional, laboral, localizada.

**3º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Práticas Corporais de Aventura	(EF06EF18) Experimentar e fruir diferentes práticas corporais de aventura urbanas, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.	Práticas corporais de aventura urbanas	Skate, Rappel, Parkour, Paintball, Slackline, BMX, Buildering.
Práticas Corporais de Aventura	(EF06EF21) Identificar a origem das práticas corporais de aventura e as possibilidades de recriá-las, reconhecendo as características	Práticas corporais de aventura urbanas	Skate, Rappel, Parkour, Paintball, Slackline, BMX, Buildering.
Corpo, movimento e saúde	(EF05EF18*) Identificar as capacidades físicas mobilizadas na prática das brincadeiras e jogos e da ginástica geral.	Capacidades físicas	Força, velocidade, agilidade, resistência e flexibilidade.
Corpo, movimento e saúde	(EF05EF19*) Reconhecer a importância do aquecimento para a prática das brincadeiras e jogos e dos esportes	Formas de Aquecimento	Alongamento, Calistenia.
Corpo, movimento e saúde	(EF06EF23*) Identificar as capacidades físicas predominantemente mobilizadas na prática dos esportes e da ginástica, relacionando a melhoria do desempenho ao desenvolvimento das mesmas	Capacidades físicas	Força, velocidade, agilidade, resistência e flexibilidade.
Corpo, movimento e saúde	(EF06EF25*) Identificar e diferenciar exercício físico de atividade física	Exercício físico e atividade física	Diferenças entre exercício físico e atividade física.

**4º BIMESTRE**

<b>UNIDADES TEMÁTICAS</b>	<b>HABILIDADES</b>	<b>OBJETOS DE CONHECIMENTO</b>	
Brincadeiras e jogos	(EF05EF04) Experimentar e recriar individual e coletivamente, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos do mundo	Brincadeiras e jogos do mundo	Pega-pega, esconde-esconde, amarelinha, pular corda, queimada, taco/betis.

Brincadeiras e jogos	(EF06EF01) Experimentar e fruir, na escola e fora dela, jogos eletrônicos diversos, identificando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais e etários.	Jogos eletrônicos	Jogos: tipos de jogos. Evolução dos jogos eletrônicos.
Brincadeiras e jogos	(EF06EF24*) Praticar um ou mais jogos de tabuleiro, utilizando as habilidades técnicas básicas e respeitando as regras.	Jogos de tabuleiro	Damas, Xadrez, Ludo, Trilha.
Lutas	(EF05EF15) Identificar as semelhanças e diferenças das lutas do contexto comunitário e regional, incluindo as de matrizes indígena e africana.	Lutas do contexto comunitário e regional-indígena e africana	Capoeira, Jiu-Jitsu, Uca-uca.
Lutas	(EF06EF14) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.	Capacidades físicas	Força, velocidade, agilidade, resistência e flexibilidade.
Lutas	(EF06EF16) Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.	Lutas do Brasil	Capoeira, Jiu-Jitsu, Uca-uca.

