





# Quadros de Conteúdos e Objetivos de Aprendizagem

1º ano

Educação Física Componente Curricular da área de Linguagens.





#### INTRODUÇÃO



A Educação Física compõe a área de Linguagens nos currículos do Ensino Fundamental de todo Brasil, a partir da homologação da Base Nacional Comum Curricular, em 2017.

Segundo o documento, o objetivo é que os estudantes participem de práticas de linguagens diversificadas, se apropriando das especificidades, mas sem perder a visão do todo no qual estão inseridas. (BRASIL, 2017)

Nos anos iniciais do Ensino Fundamental, a Educação Física tematiza as práticas corporais, especialmente aquelas relativas às culturas infantis tradicionais e contemporâneas. Nesse contexto, a BNCC orienta que

Nos dois primeiros anos desse segmento, o processo de alfabetização deve ser o foco da ação pedagógica. Afinal, aprender a ler e escrever oferece aos estudantes algo novo e surpreendente: amplia suas possibilidades de construir conhecimentos nos diferentes componentes, por sua inserção na cultura letrada, e de participar com maior autonomia e protagonismo na vida social (BRASIL, 2017, p.59 – grifo nosso).

Nesse sentido, orientamos que toda ação do professor, deva observar a condição do estudante de "criança em fase de alfabetização". Respeitadas as especificidades, consideramos que todos os componentes curriculares atuam no desenvolvimento do mesmo sujeito: o estudante, e este sempre compreendido como centro de todas as ações da escola.

Em relação ao conhecimento específico de cada componente curricular, apresentamos os quadros com os conteúdos e objetivos de aprendizagem para cada ano. Compreendendo que existiram avanços na aprendizagem e, ao mesmo tempo, os impactos de dois anos de aulas remotas, a equipe de Apoio Pedagógico de Educação Física adequou o material para o ano letivo de 2023, ampliando para o quadro completo.

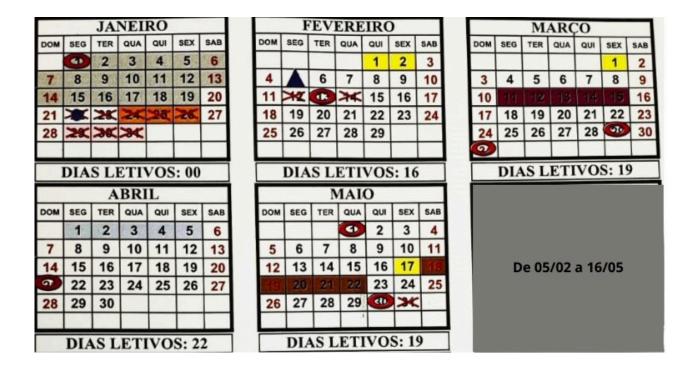
Os quadros estão separados por trimestres e apontam quais conteúdos deverão ser estudados em cada Unidade Temática, sempre relacionados aos objetivos de aprendizagem.

A partir dos objetivos de aprendizagem, foram elencados critérios de avaliação para cada trimestre, a ideia é garantir as aprendizagens essenciais necessárias para cada etapa de ensino, sem subestimar a capacidade de avanço de cada estudante.

Os descritores deverão orientar a avaliação do processo ensino aprendizagem e para isso o professor, juntamente com a coordenação pedagógica da unidade escolar, poderá escolher as ferramentas, os instrumentos de avaliação que melhor se adequam ao processo pedagógico percorrido. Desse processo emergem os registros que comporão as notas e os pareceres descritivos, cada um para a escolaridade exigida.



## 1º TRIMESTRE



SEMANA DO MOVIMENTO E DA SAÚDE: 11 A 15/03





	EDUCAÇÃO FÍSICA 1º trimestre								
Unidade temática	Objeto de Conhecimen to	Objetivos de Aprendizagem	Conteúdos Específicos	Descritores	LINK				
		CULTURA CORPORAL DE MOVIM	ENTO E A CORPOR	EIDADE					
Compreen são e Conhecim ento do Corpo	<b>07</b> .Reconheci mento do Corpo	(RCP) Experimentar e explorar sensações corporais diversas e compreender como o corpo movimenta-se, comunica-se, relaciona-se e expressa-se por meio dos sentidos. (LONDRINA) Compreender o corpo uno. (LONDRINA) Expressar através de múltiplas linguagens o esquema corporal. (LONDRINA) Identificar as partes do corpo, sua localização e funções dos membros. (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características do corpo humano, identificando, questionando padrões estéticos e prevenindo práticas de bullying.  INTEGRAÇÃO: INTEGRA COM O OBJETIVO DE CIÊNCIAS: [EF01CI02] E ENSINO RELIGIOSO [EF01ER01]	Significado de corpo humano, esquema corporal, segmentos maiores e menores.	<ul> <li>Identifica o seu corpo como um todo.</li> <li>Reconhece as partes que constituem o seu corpo por meio oral e em imagens.</li> <li>Compreende o conceito de corporeidade.</li> <li>Experimenta e explora diversas sensações corporais.</li> <li>Descreve e/ou expressa por múltiplas linguagens seu esquema corporal</li> <li>Compreende como o corpo se movimenta, expressa e se relaciona por meio dos sentidos.</li> <li>Identifica e nomeia as partes</li> </ul>	■ 1º TRIM				





Capacitati vas e   (LONDRINA) Experimentar, fruir e identificar diferentes posições corporais de ocupação do espaço, compreendendo a relação do corpo e espaço que ocupa.   (LONDRINA) Planejar e utilizar estratégias para posicionar o corpo de diferentes espaços.   (LONDRINA) Planejar e utilizar estratégias para posicionar o corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.   (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), a   espaço que ocupa.   - Utiliza estratégias para posicionar o corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.   - Descreve, por meio de múltiplas linguagens, a orientação espacial.   - Relaciona a lateralidade com as diversas práticas corporais e situações cotidianas.					do corpo e suas funções. - Reflete sobre preconceitos relacionados ao padrão estético e práticas de bullying.
diferentes posições corporais de ocupação do espaço, compreendendo a relação do corpo e espaço que ocupa.  (LONDRINA) Planejar e utilizar estratégias para posicionar o corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.  (LONDRINA) Planejar e utilizar estratégias para posicionar o corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.  (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), a linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), a	Estruturas Capacitati		dos lados do corpo e a predominância lateral, permitindo um conhecimento de si mesmo em relação ao outro. (LONDRINA) Relacionar a lateralidade com as práticas corporais.  INTEGRAÇÃO: INTEGRA COM O OBJETIVO DE CIÊNCIAS: [EF01CI02] E MATEMÁTICA: E	Nominação dos	predominância lateral, permitindo um conhecimento de si mesmo em relação ao outro.  - Identifica diferentes posições corporais de ocupação do espaço, compreendendo a relação do corpo e
orientação espaciai.	•	e estruturação espaço-temp	diferentes posições corporais de ocupação do espaço, compreendendo a relação do corpo e espaço que ocupa.  (LONDRINA) Planejar e utilizar estratégias para posicionar o corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.  (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas	Orientação	corpo de diferentes formas e em diferentes espaços.  - Descreve, por meio de múltiplas linguagens, a orientação espacial.  - Relaciona a lateralidade com as diversas práticas corporais e





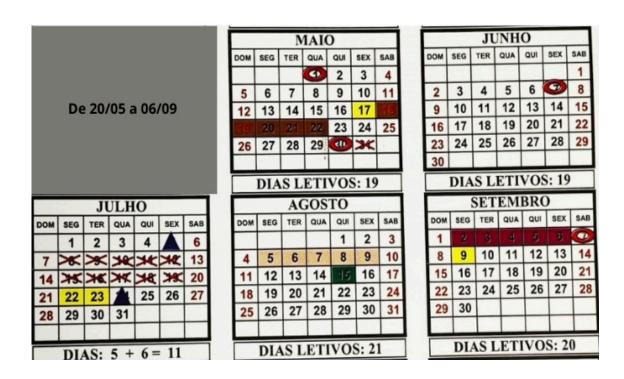
Aspectos relacionad os à saúde	<b>14</b> .Composiçã o corporal	(LONDRINA) Conhecer suas medidas de estatura e massa corporal identificando e questionando padrões estéticos e prevenindo práticas de bullying. (LONDRINA) Identificar os principais sistemas orgânicos e sua relação de reciprocidade com o movimento corporal. (LONDRINA) Relacionar a composição corporal às práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura). (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), o sistema esquelético e a composição corporal.	1EF0014  Massa corporal e estatura: avaliação antropométrica	<ul> <li>Reconhece as partes do corpo e suas especificidades ao movimentar.</li> <li>Compreende procedimentos de higiene pessoal para o bem-estar e evitar meios de contaminação.</li> <li>Identifica em si e nos outros as posturas adequadas e os desvios posturais.</li> <li>Compreende os hábitos de autocuidados, alimentares e posturais.</li> <li>Reconhece a importância da utilização de materiais pessoais, da organização do espaço, e equipamentos adequados para a realização do movimento, considerando a segurança.</li> </ul>	
--------------------------------------	------------------------------------	---	--	---	--





	(LONDRINA) Compreender o que são hábitos de	1EF0015	
	autocuidado.	Hábitos higiênicos	
	(LONDRINA) Planejar, utilizar estratégias e colaborar na	Habitos Higienicos	
	proposição e na produção de alternativas para adoção		
	de hábitos saudáveis.		
	(LONDRINA) Identificar postura adequada e erros de		
	postura em diferentes posições corporais.		
<b>15</b> .Cuidados	(LONDRINA) Identificar situações de risco às práticas		
com o corpo	corporais (em relação aos espaços).		
	(LONDRINA) Compreender a importância de roupas e		
	calçados adequados para as práticas corporais.		

# 2º TRIMESTRE



**FESTIVAL ESPORTIVO: A CONFIRMAR** 

DIA DO DESAFIO: 29/05

LONDRINA MAIS: A CONFIRMAR A DATA





	EDUCAÇÃO FÍSICA - 1º ANO 2º trimestre							
Unidade temática	Objeto de Conhecimento	Objetivos de Aprendizagem	Conteúdos Específicos	Descritores	LINK			
		CULTURA CORPORAL DE MOVIM	ENTO E AS PRÁTICA	S CORPORAIS				
Danças	<b>06.</b> Brincadeiras cantadas e cantigas de roda	(EF12EF11) Experimentar e fruir diferentes brincadeiras cantadas, cantigas de roda, brincadeiras rítmicas e expressivas, e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal, valorizando os aspectos motores, culturais e sociais de cada uma delas. (EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das brincadeiras cantadas, cantigas de roda, brincadeiras rítmicas e expressivas, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.	1EF0006  Brincadeiras cantadas e cantigas de roda.  Sugestão: adoletá, caranguejo, ciranda cirandinha, escravos de Jó	- Reconhece as brincadeiras cantadas e cantigas de roda, enquanto uma manifestação cultural e sua diversidade, assim como, experimenta, frui e (re)cria movimentos/passos básicos destas manifestações.	<b>₩</b> Planeja			
Ginásticas	<b>05</b> .Ginástica Geral	(EF12EF07) Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica, da ginástica geral e do movimento humano, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.	1EF0005 Ginástica Geral. Exercícios no solo: Vela e avião. Equilíbrios: Vela, Ponte, Aviãozinho,	<ul> <li>Identifica as principais características da Ginástica Geral.</li> <li>Conceitua a Ginástica Geral.</li> <li>Reconhece os Equilíbrios e Deslocamentos como</li> </ul>				





LONDRINA	(EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica, da ginástica geral e do movimento humano. (EF12EF09) Participar da ginástica geral, identificando e vivenciando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal. (EF12EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica, da ginástica geral e do movimento humano, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais, bem como em ações e tarefas do cotidiano, questionando padrões estéticos e	Prancha, Prancha Lateral, entre outras.  Deslocamentos: exemplo: andar ou correr alternando as direções (para frente, para trás, lateralmente).	elementos básicos da ginástica geral.  - Participa com autonomia dos movimentos de Equilíbrios e Giros, respeitando os limites do próprio corpo e utilizando estratégias de segurança.	
Brincadeiras e Jogos O1.Brincadeiras e Jogos da cultura popular presentes no contexto	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	1EF0001  Brincadeiras e Jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário local e regional.	- Explica, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares, do contexto comunitário local e regional e de salão.	







comunitário	diferenças individuais	Sugestão: amarelinha	- Participa com	
local e regional	de desempenho dos colegas,	e jogos com corda.	autonomia das práticas das	
	valorizando o trabalho coletivo e		brincadeiras e jogos populares	
	enfatizando a manifestação do lúdico.		e Jogos de salão estudados,	
	(EF12EF02) Explicar, por meio de	1EF0002	observando as regras e respeitando os colegas.	
	múltiplas linguagens (corporal, visual,	Brincadeiras e Jogos	,	
	oral e escrita), as brincadeiras e os	de Salão	Propõe individual e/ou	
	jogos populares, do contexto	ue Salao	coletivamente reelaborações de novas regras, fases e	
	comunitário local e regional e de salão	Sugestão: <b>Jogo da</b>	movimentos para a prática dos	
	reconhecendo e valorizando a	memória.	jogos estudados.	
	importância desses jogos e		- Propõe alternativas para a	
	brincadeiras para suas culturas de		prática de jogos e brincadeiras	
	origem.		em diferentes contextos.	
02.	(EF12EF03) Planejar e utilizar			
Brincadeiras e	estratégias para resolver desafios de			
Jogos de Salão	brincadeiras e jogos populares do			
	contexto comunitário local e regional e			
	de salão.			
	(EF12EF04) Colaborar na proposição e			
	na produção de alternativas para a			
	prática, em outros momentos e			
	espaços, de brincadeiras, jogos e			
	demais práticas tematizadas na escola,			
	produzindo textos (orais, escritos,			
	audiovisuais) para divulgá-las na			
	escola e na comunidade.			
	CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO	E A CORPOREIDADE		





Habilidades Motoras	<b>09</b> .Habilidades motoras de estabilidade	(LONDRINA)  Experimentar e fruir de diferentes habilidades motoras de estabilidade presentes nas mais diversas práticas corporais e atividades cotidianas.  (LONDRINA) Compreender o termo estabilidade e reconhecer diferentes habilidades de estabilidade e sua utilização nas diferentes situações cotidianas.  (LONDRINA) Contextualizar as habilidades de estabilidade em relação às práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura).  (LONDRINA) Identificar e definir semelhanças e diferenças na realização das habilidades motoras de estabilidade.	1EF0009 Habilidades motoras de estabilidade. Sugestão: puxar, empurrar e balançar.	Compreende as habilidades motoras como manifestação cultural  - Compreende o significado dos termos habilidades motoras, de locomoção, de estabilidade e manipulativas.  - Participa com autonomia das diferentes habilidades motoras compreendendo suas semelhanças e diferenças em sua realização.
------------------------	--	--	--	--

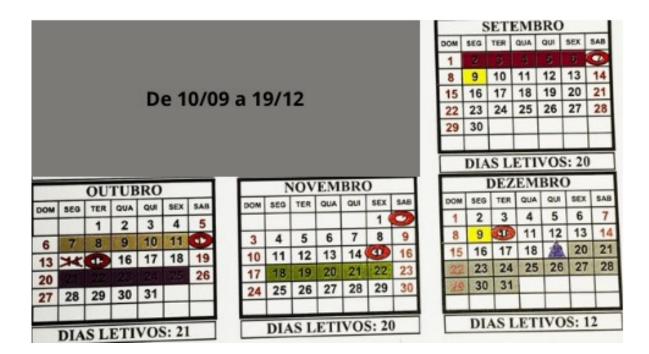




LESTUTURAS CAPACITATIONS   Identificar e diferenciar situações de equilíbrio e desequilíbrio do corpo e com objetos.   (LONDRINA) Conceituar equilíbrio e desequilíbrio. (LONDRINA) Relacionar o equilíbrio corporal e de objetos com as diversas práticas corporais.   12. Equilíbrio   12. Equilíbrio   12. Equilíbrio   13. Equilíbrio   14. Equilíbrio   14. Equilíbrio   15. Equilíbr	Educação	NUKINA				
	Capacitativas	<b>12</b> .Equilíbrio	Identificar e diferenciar situações de equilíbrio e desequilíbrio do corpo e com objetos.  (LONDRINA) Conceituar equilíbrio e desequilíbrio.  (LONDRINA) Relacionar o equilíbrio corporal e de objetos com as diversas	Equilíbrio corporal e de	equilíbrio e desequilíbrio do corpo e com objetos. - Define equilíbrio e desequilíbrio, identificando os	



## **3º TRIMESTRE**



SEMANA DO MOVIMENTO E DA SAÚDE: 02 a 06/09





	EDUCAÇÃO FÍSICA  3º trimestre						
Unidade temática	Objeto de Conhecimento	Objetivos de Aprendizagem	Conteúdos Específicos	Descritores	LINK		
		CULTURA CORPORAL DE MO	VIMENTO E A SAÚDE				
Aspectos relacionad os à saúde	<b>14</b> .Composição corporal	(LONDRINA) Conhecer suas medidas de estatura e peso corporal identificando e questionando padrões estéticos e prevenindo práticas de bullying. (LONDRINA) Identificar os principais sistemas orgânicos e sua relação de reciprocidade com o movimento corporal. (LONDRINA) Relacionar a composição corporal às práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura). (LONDRINA) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), o sistema esquelético e a composição corporal.	Composição corporal: estatura e massa corporal: avaliação antropométrica. Prevenção de práticas de bullying.	<ul> <li>Reconhece as partes do corpo e suas especificidades ao movimentar.</li> <li>Compreende procedimentos de higiene pessoal para o bemestar e evitar meios de contaminação.</li> <li>Identifica em si e nos outros as posturas adequadas e os desvios posturais.</li> <li>Compreende os hábitos de autocuidados, alimentares e posturais.</li> <li>Reconhece a importância da utilização de materiais pessoais,</li> </ul>	W Plan		





T				da organização do espaço, e		
				equipamentos adequados		
				para		
				a realização do movimento,		
			,	considerando a segurança.		
		CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO E AS P	RÁTICAS CORPORAIS			
(EF12EF05) Experimentar e fruir prezando pelo 1EF0003 - Identifica os elementos						
	<b>03.</b> Esportes de marca	trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e precisão, por	Esportes de Marca	comuns		
		meio de atividades e jogos diversificados,	Sugestão: Atletismo:	aos esportes de acordo		
		adequados à realidade escolar e que	provas de pista.	com a sua		
		evidenciem a modalidade esportiva ensinada,	1EF0004	categoria: esportes de		
		identificando os elementos comuns a esses		marca, e esportes de		
		jogos esportivos e refletindo sobre os aspectos	Esportes de precisão	precisão.		
Esportes		culturais e sociais que envolvem a prática das	Sugestão: Boliche e	- Participa com autonomia		
Esportes		referidas modalidades, enfatizando a	Golfe	das		
	<b>04</b> .Esportes de	manifestação do lúdico.		práticas dos esportes de		
	precisão	(EF12EF06) Apresentar e discutir a importância da observação das normas e das regras dos		marca, e esportes de		
		esportes de marca e de precisão para assegurar		precisão.		
		a integridade própria e as dos demais		·		
		participantes, valorizando a ética, a		-Identifica as habilidades		
		cooperação, o respeito e acolhimento às		motoras específicas e as regras, respeitando os		
		diferenças, a competição saudável e o espírito		colegas.		
		esportivo.		Coregus.		
•		CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO E A	A CORPOREIDADE			





Educação L	UNDRINA				
Habilidade s Motoras	<b>08</b> .Habilidades motoras locomotoras	(LONDRINA)  Experimentar e fruir de diferentes habilidades motoras de locomoção presentes nas mais diversas práticas corporais e atividades cotidianas.  (LONDRINA) Compreender o termo locomoção e reconhecer diferentes habilidades locomotoras e sua utilização nas diferentes situações cotidianas.  (LONDRINA) Contextualizar as habilidades locomotoras em relação às práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura).  (LONDRINA) Identificar e definir semelhanças e diferenças na realização das habilidades motoras de locomoção.	Habilidades locomotoras.  Sugestão: andar, correr, escorregar, rastejar, deslizar, tripejar, quadrupejar	Compreende as habilidades motoras como manifestação cultural  - Compreende o significado dos termos habilidades motoras, de locomoção, de estabilidade e manipulativas.  - Participa com autonomia das diferentes habilidades motoras compreendendo suas semelhanças e diferenças em sua malianção.	
	<b>10</b> . Habilidades motoras manipulativas	(LONDRINA) Experimentar e fruir de diferentes habilidades motoras manipulativas presentes nas mais diversas práticas corporais e atividades cotidianas. (LONDRINA) Compreender o termo manipulação e reconhecer diferentes habilidades manipulativas e sua utilização nas diferentes situações cotidianas. (LONDRINA) Contextualizar as habilidades manipulativas em relação às práticas corporais (brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura).	1EF0010  Habilidades motoras manipulativas.  Sugestões: apertar, amassar, rasgar, bater e rebater, golpear, conduzir e transportar.	realização.  -Identifica as especificidades das habilidades motoras de acordo com sua categoria: locomoção, de estabilidade e manipulativas.  - Contextualiza as habilidades motoras nas diversas práticas corporais.  - Reconhece e exemplifica por meio de diferentes linguagens as habilidades	





Laucação	LUNDRINA			
_		(LONDRINA) Identificar e definir	motoras en	1
		semelhanças e diferenças na realização das	situações do cotidiano.	
		habilidades motoras manipulativas.		