

GUIA DE APRENDIZAGEM – PEI - 2026

E. E. NELLY COLLEONE RAVAGNOLLI

Professor(a): Gabriela Andriotti Ciamaricone Moratelli	Componente Curricular: Educação Física	2ºano A	3º Bimestre/2026
---	---	----------------	-------------------------

Justificativa: Estudar a cultural corporal como linguagem nas diferentes manifestações do corpo (esportes, jogos, danças, lutas, ginásticas).

Objetivos: Aprender a movimentar-se implica planejar, experimentar, avaliar, optar entre alternativas, coordenar ações do corpo com objetos no tempo e no espaço, interagir com outras pessoas, enfim, uma série de procedimentos cognitivos que devem ser favorecidos e considerados no processo de ensino e aprendizagem na área de Educação Física. E embora a ação e a compreensão sejam um processo indissociável, em muitos casos, a ação se processa em frações de segundo, parecendo imperceptível, ao próprio sujeito, que houve processamento mental. É fundamental que as situações de ensino e aprendizagem incluam instrumentos de registro, reflexão e discussão sobre as experiências corporais, estratégicas e grupais que as práticas da cultura corporal oferecem ao aluno.

Conteúdos(Objetos do Conhecimento)	Aulas (temas)	Habilidades	Data semanal	Moni tora ment o
Semana de Recuperação e Aprofundamento da Aprendizagem			27/07 a 31/07	
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 1 – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	03/08 a 07/08	a
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 1 – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	10/08 a 14/08	a
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida;	Aula 1 – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo,	17/08 a 21/08	a

Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).		responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.			
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 1 – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	24/08 28/08	a	
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 2- Práticas – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	31/08 04/09	a	
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 2- Práticas – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	31/08 04/09	a	
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis; Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).	Aula 2- Práticas – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. (EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.	07/09 11/09	a	
DCNT – doenças crônicas não transmissíveis;	Aula 2- Práticas – DCNT – Doenças crônicas não transmissíveis	(EM13LGG503) Vivenciar práticas corporais e significá-las em seu projeto de vida, como forma de autoconhecimento, autocuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento.	07/09 11/09	a	

Relação entre a prática de exercícios físicos e a qualidade de vida; Prevenção de doenças hipocinéticas com uma vida ativa e saudável; Parâmetros corporais; Cálculo da TCB (taxa calórica basal) e do GCD (gasto calórico diário).		(EM13LGG701) Explorar tecnologias digitais da informação e comunicação (TDIC), compreendendo seus princípios e funcionalidades, e utilizá-las de modo ético, criativo, responsável e adequado a práticas de linguagem em diferentes contextos. (EM13LGG703) Utilizar diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais.		
Avaliação bimestral.	Proporcionar um acompanhamento contínuo e diagnóstico do desempenho dos alunos na disciplina com base nas habilidades essenciais previstas no Currículo Paulista.	A avaliação é formativa e tem por objetivo principal uma análise integral do desempenho dos alunos no processo ensino aprendizagem.		
Prova Paulista.		Avaliar a aprendizagem dos alunos durante o bimestre. Verificar a eficácia e sua contribuição para o desenvolvimento dos alunos como também as habilidades que necessitam de recuperação.	21/09 a 25/09	
Semana SEI.	Apoia a atuação dos professores a partir da análise dos percursos de aprendizagem dos estudantes.	Proporcionar momentos específicos para recuperar e aprofundar aprendizagens de todos os estudantes, de forma alinhada às avaliações internas e externas.	28/09 a 02/10	
Competências Socioemocionais () Tolerância ao estresse () Autoconfiança () Imaginação criativa (x) Empatia () Confiança (x) Responsabilidade () Determinação () Iniciativa social () Entusiasmo () Tolerância à frustração (x) Curiosidade para aprender () Interesse artístico (x) Respeito () Foco (x) Organização (x) Persistência () Assertividade		Temas Transversais () Meio Ambiente: Educação Ambiental e Educação para o Consumo () Economia: Trabalho, Educação Financeira e Educação Fiscal () Saúde: Saúde e Educação Alimentar e Nutricional (x) Cidadania e Civismo: Vida Familiar e Social, Educação para o Trânsito, Educação em Direitos Humanos, Direitos da Criança e do Adolescente e Processo de Envelhecimento, respeito e valorização do idoso. (x) Multiculturalismo: Diversidade Cultural, Educação para Valorização do Multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras. () Ciência e Tecnologia: Ciência e Tecnologia		
Estratégias Didáticas				
Atividades Autodidáticas - Pesquisa. - Leitura e interpretação de gráficos. - Levantamento de ideias principais em textos. - Atividades relacionadas aos temas trabalhados. - Exercícios no caderno do aluno. - Consulta a materiais diversos. - Leitura e Análise de Textos. - Resolução de Questões..	Atividades Didático-Cooperativas - Discussões. - Atividades em grupos. - Tempestade de Ideias. - Roda de Conversa. - Socialização de Leituras e ideias. - Pesquisas diversas. - Análise de Textos. - Análise de vídeos. - Criação e apresentação de projetos.	Atividades Complementares CONSOLIDAÇÃO: - Realização de exercícios complementares. - Aulas experimentais. REFORÇO: - Correção orientada em lousa das avaliações. - Retomada de conteúdos. - Nivelamento. - Recuperação contínua. AMPLIAÇÃO/APROFUNDAMENTO: - Pesquisas para complementar os conceitos estudados. - Atividade em conjunto com a professora da sala de leitura.		

- Produção Textual.		- Atividades que potencializam a competência leitora e escritora. - Atividades que oportunizem aos estudantes acesso e familiaridade com os diversos tipos de questões e habilidades que são exploradas em avaliações externas. - Visitas a espaços formais e informais com vistas à ampliação do currículo.
Princípios e Premissas Princípios: (x) Os Quatro Pilares da Educação, (x) Pedagogia da Presença, (x) Educação Interdimensional, (x) Protagonismo Juvenil. Premissas: () Formação continuada. (x) Corresponsabilidade. (x) Protagonismo Juvenil. () Excelência em Gestão. () Replicabilidade.	Critérios de Avaliação A avaliação será processual e diversificada na qual será observado todo o percurso do aluno: atividades desenvolvidas em sala de aula; listas extraclases, participação e avaliações internas e externas, durante o bimestre, devendo atender as necessidades especiais de cada aluno. A recuperação será contínua. Nas aulas práticas, os alunos serão avaliados de acordo com sua participação, frequência, colaboração nas atividades propostas em sala, alunos que tiverem eventualmente comportamentos inadequados ao ambiente de aula experimental poderão ter prejuízos na sua avaliação. Grade de avaliação: - Participação nas aulas e realização das atividades propostas pelo professor: - Vistos e exercícios da apostila e o engajamento do aluno – Valor: 10. - Atividades em grupo e pesquisas propostas pelo professor – Valor: 10. - Avaliação Bimestral – Valor: 10. - Frequência entre 90 e 100% - Valor: 10 - Prova Paulista: participação e porcentagem de acertos. Por fim, será feita uma média aritmética com todas as atividades listadas acima.	
Referências: Para o(a) Professor(a): Documento Orientador Componentes Curriculares 2026. Escopo Sequence disponível em: https://drive.google.com/drive/folders/1hirmkBZ1yfAAb9iKI-mrh7xHOVYmUt8N Material Digital disponível em: https://repositorio.educacao.sp.gov.br/Inicio/MidiasCMSP Para o(a) Estudante: Material Digital disponível em: https://repositorio.educacao.sp.gov.br/Inicio/MidiasCMSP		
Validado em:	 SÃO PAULO GOVERNO DO ESTADO Secretaria da Educação MARIA LIZETTE MAREGA DE NORONHA ALVES Professor Articulador por Área de Conhecimento Diretoria de Ensino Linguagens lizette@prof.educacao.sp.gov.br 14 99812-1407 Rua Coronel Pedro Alexandrino, 70 Bocaina SP  /governosp	
Por:		