



PLANO DE ENSINO - 2026

IDENTIFICAÇÃO DO PLANO			
Escola:			
Etapa/modalidade de ensino: Anos iniciais do Ensino Fundamental			
Turma: 1º ano		Turno: (X) Manhã (X) Tarde () Noite () Intermediário () Integral	
Trimestre: (X) 1º () 2º () 3º		Semestre: (X) 1º () 2º	
Área de conhecimento: Códigos e Linguagens		Componente curricular/Unidade curricular: Educação Física	
Professor (a):			
Carga Horária Trimestral/Bimestral:			
SISTEMATIZAÇÃO DAS APRENDIZAGENS			
Campo Temático/Campo de Atuação/Unidade Temática/Categoria/Tema Gerador/Módulo	Objeto de conhecimento	Habilidades/Habilidades específicas dos itinerários formativos associadas aos eixos estruturantes	Estratégias de Ensino/Metodologias/Materiais de Apoio
Brincadeiras e Jogos	Brincadeiras e Jogos da Cultura Popular presentes no contexto comunitário e regional: <ul style="list-style-type: none">• Atividade faz de conta;• Jogos simbólicos;• Jogos de regras;<ul style="list-style-type: none">• Jogos de raciocínio;• Cantigas de roda;• Pantomima.	EF12EF01-01/ES 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. A prática deve ser organizada de forma a exigir habilidades mais simples possibilitando o trabalho de uma atitude positiva com relação às diferenças e possibilidades de aprender e desenvolver-se continuamente. 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.	<ul style="list-style-type: none">• Aula expositiva e dialogada;• Realização de atividades e correção;• Utilização de ferramentas digitais.• Utilização do Material Didático complementar do PAES.• Realização de avaliações de múltipla escolha.
	Ginástica	Ginástica Geral: <ul style="list-style-type: none">• Habilidades básicas: locomotoras, manipulativas e de estabilidade;	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. A aquisição da técnica deve ser desenvolvida gradativamente, respeitando características



	<ul style="list-style-type: none">• Esquema corporal: lateralidade, relação espacial, coordenação motora, equilíbrio etc.;• Conscientização corporal.	<p>individuais dos estudantes e priorizando atividades lúdicas e criativas.</p> <p>EF12EF08-01/ES Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, habilidades motoras mais simples.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Teste de Leitura em Fluência.• Utilização de recursos como filmes, experimentos, recursos tecnológicos e trabalho em grupo para consolidação da aprendizagem.• Roda de conversa.• Desenvolvimento de trabalho em grupo.
--	--	--	--

Temas Integradores a serem desenvolvidos no trimestre/semestre

- TI01: Direito da criança e do Adolescente.
- TI02: Educação para o Trânsito.
- TI03: Educação Ambiental.
- TI04: Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05: Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06: Educação em Direitos Humanos.
- TI07: Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08: Saúde.
- TI09: Vida Familiar e Social.
- TI10: Educação para o Consumo.
- TI11: Educação Financeira e Fiscal.
- TI12: Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13: Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14: Trabalho e Relações de Poder.
- TI15: Ética e Cidadania.
- TI16: Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
- TI17: Povos e Comunidades Tradicionais.
- TI18: Educação Patrimonial.



- TI19: Diálogo intercultural e inter-religioso.

COMPETÊNCIAS DIGITAIS & METODOLOGIAS INOVADORAS (selecionar apenas os itens que pretende utilizar)

Recursos tecnológicos utilizados	Metodologias ativas aplicadas
<input checked="" type="checkbox"/> Ferramentas Google <input checked="" type="checkbox"/> Aplicativos <input checked="" type="checkbox"/> Projetor <input checked="" type="checkbox"/> Smart TV <input type="checkbox"/> Lousa interativa <input type="checkbox"/> Chromebook <input type="checkbox"/> Smartphone <input type="checkbox"/> Kit de Robótica <input type="checkbox"/> Kit de Arduíno <input type="checkbox"/> Kit de produção e edição de vídeo <input type="checkbox"/> Impressora 3D <input type="checkbox"/> Máquina de corte a laser <input type="checkbox"/> Óculos VR <input type="checkbox"/> Realidade aumentada <input type="checkbox"/> Outro. Especifique: _____	<input checked="" type="checkbox"/> Seminários e discussões <input checked="" type="checkbox"/> Estudo de casos <input type="checkbox"/> Pesquisa de campo <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em projetos <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em problemas <input type="checkbox"/> Aprendizagem entre pares e times <input checked="" type="checkbox"/> Rotação por estações <input checked="" type="checkbox"/> Sala de aula invertida <input checked="" type="checkbox"/> Ensino híbrido <input type="checkbox"/> Gamificação <input type="checkbox"/> Design Thinking <input type="checkbox"/> Cultura maker <input type="checkbox"/> Storytelling <input type="checkbox"/> Outra. Especifique: _____

PROPOSTAS DE AVALIAÇÃO

A avaliação será diagnóstica e formativa, de acordo com o que prevê a LDB e a Resolução do CEE. Como estratégias avaliativas serão utilizadas avaliação escrita, como questões discursivas e de múltipla escolha, simulados, exercícios de apoio e atividades de verificação da aprendizagem, ou seja, toda produção que o aluno desenvolve em sala de aula, e também fora dela: atividades de casa, exercícios, participação, atitudes e comportamento dentro da sala de aula, textos, relatórios, trabalho em grupo, pesquisa e outros.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular -BNCC**, Brasília-DF, 2018. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/#/site/inicio>>.

SEDU. **Organizações curriculares: Anos iniciais do Ensino Fundamental. 2024.** Disponível em: <<https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/orientacoescurriculares/#ORIENTA%C3%87%C3%95ES-CURRICULARES-2024>>.



IDENTIFICAÇÃO DO PLANO

Escola:	
Etapa/modalidade de ensino: Anos iniciais do Ensino Fundamental	
Turma: 1º ano	Turno: (X) Manhã (X) Tarde () Noite () Intermediário () Integral
Trimestre: () 1º (X) 2º () 3º	Semestre: (X) 1º (X) 2º
Área de conhecimento: Códigos e Linguagens	Componente curricular/Unidade curricular: Educação Física
Professor (a):	
Carga Horária Trimestral/Bimestral:	

SISTEMATIZAÇÃO DAS APRENDIZAGENS

Campo Temático/Campo de Atuação/Unidade Temática/Categoria/Tema Gerador/Módulo	Objeto de conhecimento	Habilidades/Habilidades específicas dos itinerários formativos associadas aos eixos estruturantes	Estratégias de Ensino/Methodologias/Materiais de Apoio
Brincadeiras e Jogos	<p>Brincadeiras e Jogos da Cultura Popular presentes no contexto comunitário e regional.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atividade faz de conta; • Jogos simbólicos; • Jogos de regras; <ul style="list-style-type: none"> • Jogos de raciocínio; • Cantigas de roda; • Pantomima. 	<p>EF12EF03/ES 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. Como a modificação ou adaptação de regras de modo a torná-las mais flexíveis ou adaptando-as às características do espaço, o que já pode ser de praxe dos estudantes nos lugares onde moram.</p> <p>EF12EF04/ES 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, estabelecendo interações com outras disciplinas tanto da mesma área de conhecimento quanto das demais, adaptando às possibilidades disponíveis no espaço escolar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aula expositiva e dialogada; • Realização de atividades e correção; • Utilização de ferramentas digitais. • Utilização do Material Didático complementar do PAES. • Realização de avaliações de múltipla escolha.
Esportes	<p>Esportes de marca.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprendizagens naturais: correr, saltar, pular, arremessar, lançar. • Esportes de 	<p>EF12EF05-01/ES 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 e seus fundamentos, explorando capacidades físicas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Atividade de leitura e fluência.



	<p>precisão.</p> <ul style="list-style-type: none">• Aprendizagens naturais como arremessar e lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico.	<p>e motoras por meio de atividades lúdicas e criativas.</p> <p>EF12EF06-01/ES Discutir a importância da observação das normas e das regras básicas dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e as dos demais participantes.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Teste de Leitura em Fluência.• Utilização de recursos como filmes, experimentos, recursos tecnológicos e trabalho em grupo para consolidação da aprendizagem.• Roda de conversa.• Desenvolvimento de trabalho em grupo.
--	--	---	--

Temas Integradores a serem desenvolvidos no trimestre/semestre

- TI01: Direito da criança e do Adolescente.
- TI02: Educação para o Trânsito.
- TI03: Educação Ambiental.
- TI04: Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05: Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06: Educação em Direitos Humanos.
- TI07: Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08: Saúde.
- TI09: Vida Familiar e Social.
- TI10: Educação para o Consumo.
- TI11: Educação Financeira e Fiscal.
- TI12: Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13: Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14: Trabalho e Relações de Poder.
- TI15: Ética e Cidadania.
- TI16: Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
- TI17: Povos e Comunidades Tradicionais.
- TI18: Educação Patrimonial.
- TI19: Diálogo intercultural e inter-religioso.



COMPETÊNCIAS DIGITAIS & METODOLOGIAS INOVADORAS (selecionar apenas os itens que pretende utilizar)	
Recursos tecnológicos utilizados	Metodologias ativas aplicadas
<input checked="" type="checkbox"/> Ferramentas Google <input checked="" type="checkbox"/> Aplicativos <input checked="" type="checkbox"/> Projetor <input checked="" type="checkbox"/> Smart TV <input type="checkbox"/> Lousa interativa <input type="checkbox"/> Chromebook <input type="checkbox"/> Smartphone <input type="checkbox"/> Kit de Robótica <input type="checkbox"/> Kit de Arduino <input type="checkbox"/> Kit de produção e edição de vídeo <input type="checkbox"/> Impressora 3D <input type="checkbox"/> Máquina de corte a laser <input type="checkbox"/> Óculos VR <input type="checkbox"/> Realidade aumentada <input type="checkbox"/> Outro. Especifique: _____	<input checked="" type="checkbox"/> Seminários e discussões <input checked="" type="checkbox"/> Estudo de casos <input type="checkbox"/> Pesquisa de campo <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em projetos <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em problemas <input type="checkbox"/> Aprendizagem entre pares e times <input checked="" type="checkbox"/> Rotação por estações <input checked="" type="checkbox"/> Sala de aula invertida <input checked="" type="checkbox"/> Ensino híbrido <input type="checkbox"/> Gamificação <input type="checkbox"/> Design Thinking <input type="checkbox"/> Cultura maker <input type="checkbox"/> Storytelling <input type="checkbox"/> Outra. Especifique: _____
PROPOSTAS DE AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica e formativa, de acordo com o que prevê a LDB e a Resolução do CEE. Como estratégias avaliativas serão utilizadas avaliação escrita, como questões discursivas e de múltipla escolha, simulados, exercícios de apoio e atividades de verificação da aprendizagem, ou seja, toda produção que o aluno desenvolve em sala de aula, e também fora dela: atividades de casa, exercícios, participação, atitudes e comportamento dentro da sala de aula, textos, relatórios, trabalho em grupo, pesquisa e outros.	
REFERÊNCIAS	
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular -BNCC , Brasília-DF, 2018. Disponível em: < http://basenacionalcomum.mec.gov.br/#/site/inicio >.	
SEDU. Organizações curriculares: Anos iniciais do Ensino Fundamental. 2024. Disponível em: < https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/orientacoescurriculares/#ORIENTA%C3%87%C3%95ES-CURRICULARES-2024 >.	



IDENTIFICAÇÃO DO PLANO

Escola:	
Etapa/modalidade de ensino: Anos iniciais do Ensino Fundamental	
Turma: 1º ano	Turno: (X) Manhã (X) Tarde () Noite () Intermediário () Integral
Trimestre: () 1º () 2º (X) 3º	Semestre: () 1º (X) 2º
Área de conhecimento: Códigos e Linguagens	Componente curricular/Unidade curricular: Educação Física
Professor (a):	
Carga Horária Trimestral/Bimestral:	

SISTEMATIZAÇÃO DAS APRENDIZAGENS

Campo Temático/Campo de Atuação/Unidade Temática/Categoria/Tema Gerador/Módulo	Objeto de conhecimento	Habilidades/Habilidades específicas dos itinerários formativos associadas aos eixos estruturantes	Estratégias de Ensino/Methodologias/Materiais de Apoio
Ginásticas	<p>Ginástica Geral.</p> <ul style="list-style-type: none"> Habilidades básicas: locomotoras, manipulativas e de estabilidade; Esquema corporal: lateralidade, relação espacial, coordenação motora, equilíbrio etc.; Conscientização corporal; 	<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>	<ul style="list-style-type: none"> Aula expositiva e dialogada; Realização de atividades e correção; Utilização de ferramentas digitais. Utilização do Material Didático complementar do PAES.
Danças	<p>Danças do contexto comunitário e regional.</p> <ul style="list-style-type: none"> Movimentos naturais; Noções gerais sobre ritmo; Movimentos 	<p>EF12EF11-01/ES 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, estimulando os estudantes a interagir com os colegas, e possibilitando que relatem o que sentiram durante as práticas.</p> <p>EF12EF12/ES Identificar os elementos constitutivos (ritmo,</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realização de avaliações de múltipla escolha. Atividade de leitura e fluência.



	<p>rítmicos vinculados ao estilo musical;</p> <ul style="list-style-type: none">• Manifestações e representações da cultura rítmica.	<p>espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas. Nessa fase, é recomendável situar o foco na ampliação das aprendizagens de movimentos, utilizando-os para conhecer-se, relacionar-se com os outros e explorar espaços, e não na execução da técnica da dança em si.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Teste de Leitura em Fluência.• Utilização de recursos como filmes, experimentos, recursos tecnológicos e trabalho em grupo para consolidação da aprendizagem.• Roda de conversa.• Desenvolvimento de trabalho em grupo.
--	--	--	--

Temas Integradores a serem desenvolvidos no trimestre/semestre

- TI01: Direito da criança e do Adolescente.
- TI02: Educação para o Trânsito.
- TI03: Educação Ambiental.
- TI04: Educação Alimentar e Nutricional.
- TI05: Processo de Envelhecimento, Respeito e Valorização do Idoso.
- TI06: Educação em Direitos Humanos.
- TI07: Educação das Relações Étnico-Raciais e Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira, Africana e Indígena.
- TI08: Saúde.
- TI09: Vida Familiar e Social.
- TI10: Educação para o Consumo.
- TI11: Educação Financeira e Fiscal.
- TI12: Trabalho, Ciência e Tecnologia.
- TI13: Diversidade Cultural, Religiosa e Étnica.
- TI14: Trabalho e Relações de Poder.
- TI15: Ética e Cidadania.
- TI16: Gênero, Sexualidade, Poder e Sociedade.
- TI17: Povos e Comunidades Tradicionais.
- TI18: Educação Patrimonial.
- TI19: Diálogo intercultural e inter-religioso.



COMPETÊNCIAS DIGITAIS & METODOLOGIAS INOVADORAS (selecionar apenas os itens que pretende utilizar)	
Recursos tecnológicos utilizados	Metodologias ativas aplicadas
<input checked="" type="checkbox"/> Ferramentas Google <input checked="" type="checkbox"/> Aplicativos <input checked="" type="checkbox"/> Projetor <input checked="" type="checkbox"/> Smart TV <input type="checkbox"/> Lousa interativa <input type="checkbox"/> Chromebook <input type="checkbox"/> Smartphone <input type="checkbox"/> Kit de Robótica <input type="checkbox"/> Kit de Arduino <input type="checkbox"/> Kit de produção e edição de vídeo <input type="checkbox"/> Impressora 3D <input type="checkbox"/> Máquina de corte a laser <input type="checkbox"/> Óculos VR <input type="checkbox"/> Realidade aumentada <input type="checkbox"/> Outro. Especifique: _____	<input checked="" type="checkbox"/> Seminários e discussões <input checked="" type="checkbox"/> Estudo de casos <input type="checkbox"/> Pesquisa de campo <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em projetos <input checked="" type="checkbox"/> Aprendizagem baseada em problemas <input type="checkbox"/> Aprendizagem entre pares e times <input checked="" type="checkbox"/> Rotação por estações <input checked="" type="checkbox"/> Sala de aula invertida <input checked="" type="checkbox"/> Ensino híbrido <input type="checkbox"/> Gamificação <input type="checkbox"/> Design Thinking <input type="checkbox"/> Cultura maker <input type="checkbox"/> Storytelling <input type="checkbox"/> Outra. Especifique: _____
PROPOSTAS DE AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica e formativa, de acordo com o que prevê a LDB e a Resolução do CEE. Como estratégias avaliativas serão utilizadas avaliação escrita, como questões discursivas e de múltipla escolha, simulados, exercícios de apoio e atividades de verificação da aprendizagem, ou seja, toda produção que o aluno desenvolve em sala de aula, e também fora dela: atividades de casa, exercícios, participação, atitudes e comportamento dentro da sala de aula, textos, relatórios, trabalho em grupo, pesquisa e outros.	
REFERÊNCIAS	
BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular -BNCC , Brasília-DF, 2018. Disponível em: < http://basenacionalcomum.mec.gov.br/#/site/inicio >.	
SEDU. Organizações curriculares: Anos iniciais do Ensino Fundamental. 2024. Disponível em: < https://curriculo.sedu.es.gov.br/curriculo/orientacoescurriculares/#ORIENTA%C3%87%C3%95ES-CURRICULARES-2024 >.	