



PRESENTE MAIS EDUCAÇÃO FÍSICA

1^o e **2^o** anos

ANOS INICIAIS DO
ENSINO FUNDAMENTAL

Categoria 2:
Obras didáticas
por componente
ou especialidade

Componente:
Educação Física

SURAYA CRISTINA DARIDO
FERNANDA MORETO IMPOLCETTO
ALINE FERNANDA FERREIRA
AMARILIS OLIVEIRA CARVALHO
ANDRÉ LUÍS RUGGIERO BARROSO
ANDRÉ MINUZZO
IRLLA KARLA DOS SANTOS DINIZ
LAERCIO CLARO PEREIRA FRANCO
OSMAR MOREIRA DE SOUZA JÚNIOR



MATERIAL DE DIVULGAÇÃO. VERSÃO SUBMETIDA À AVALIAÇÃO.

PNLD 2023 - Objeto 1
Código da coleção:

0030 P23 01 02 000 160

 MODERNA



MODERNA

Suraya Cristina Darido

Doutora em Psicologia, na área de Psicologia Escolar e Desenvolvimento Humano pela Universidade de São Paulo. Professora aposentada da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho.

Fernanda Moreto Impolcetto

Doutora em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professora assistente doutora do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho de Rio Claro (SP).

Aline Fernanda Ferreira

Doutora em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professora de Educação Física da Prefeitura Municipal de Rio Claro (SP).

Amarilis Oliveira Carvalho

Mestra em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professora de Educação Física do Ensino Fundamental e Ensino Médio na rede municipal de São Paulo.

André Luís Ruggiero Barroso

Doutor em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professor universitário em instituição particular. Professor da Prefeitura Municipal de Paulínia (SP).

André Minuzzo

Doutor em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Integrante do Laboratório de Estudos e Trabalhos Pedagógicos em Educação Física (LETPEF) da Unesp, Rio Claro. Professor em cursos de Licenciatura em Educação Física. Professor de Educação Física no IFSP-Suzano.

Irla Karla dos Santos Diniz

Doutora em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professora do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo, em Capivari.

Laercio Claro Pereira Franco

Doutor em Desenvolvimento Humano e Tecnologias, na área de Tecnologias nas Dinâmicas Corporais pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Professor efetivo da Prefeitura Municipal de Campinas (SP).

Osmar Moreira de Souza Júnior

Doutor em Educação Física, na área de Educação Física e Sociedade pela Universidade Estadual de Campinas. Professor do Departamento de Educação Física e Motricidade Humana da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). Professor do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (ProEF) e do Programa de Pós-Graduação em Educação da UFSCar.



PRESENTE MAIS EDUCAÇÃO FÍSICA

1^o e 2^o anos

ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação Física

MANUAL DO PROFESSOR

1ª edição

São Paulo, 2021

Coordenação editorial: Marisa Martins Sanchez
Edição de texto: Ademir Garcia Telles
Assistência editorial: Magda Reis
Gerência de design e produção gráfica: Everson de Paula
Coordenação de produção: Patrícia Costa
Gerência de planejamento editorial: Maria de Lourdes Rodrigues
Coordenação de design e projetos visuais: Marta Cerqueira Leite
Projeto gráfico: Ana Carolina Orsolin, Bruno Tonel
Capa: Daniela Cunha
Ilustração: Paulo Manzi
Coordenação de arte: Wilson Gazzoni Agostinho
Edição de arte: Jayres Gomes
Editoração eletrônica: Teclas Editorial
Coordenação de revisão: Elaine C. del Nero
Revisão: Ana Cortazzo, Marina Oliveira, Sandra G. Cortés, Tatiana Malheiro, Vera Rodrigues
Coordenação de pesquisa iconográfica: Luciano Baneza Gabarron
Pesquisa iconográfica: Marcia Mendonça, Camila D'Angelo, Renata Martins
Coordenação de bureau: Rubens M. Rodrigues
Tratamento de imagens: Ademir Francisco Baptista, Joel Aparecido, Luiz Carlos Costa, Marina M. Buzzinaro, Vânia Aparecida M. de Oliveira
Pré-impresão: Alexandre Petreca, Everton L. de Oliveira, Fabio Roldan, Marcio H. Kamoto, Ricardo Rodrigues, Vitória Sousa
Coordenação de produção industrial: Wendell Monteiro
Impressão e acabamento:

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Presente mais educação física : manual do professor. -- 1. ed. -- São Paulo : Moderna, 2021.

Vários autores.

1º e 2º anos : ensino fundamental : anos iniciais

Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação física

ISBN 978-85-16-13181-4

1. Educação física (Ensino fundamental)

21-73981

CDD-372.86

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação física : Ensino fundamental 372.86

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

Todos os direitos reservados

EDITORA MODERNA LTDA.

Rua Padre Adelino, 758 - Belenzinho

São Paulo - SP - Brasil - CEP 03303-904

Vendas e Atendimento: Tel. (0₁₁) 2602-5510

Fax (0₁₁) 2790-1501

www.moderna.com.br

2021

Impresso no Brasil

Sumário

INTRODUÇÃO, 5

1º ANO

DANÇAS, 13

TEMA 1 As brincadeiras cantadas: movimentos e sons 13

Para começar	13
Análise e Compreensão – <i>As brincadeiras cantadas</i>	14
Experimentação e Fruição	14
Corre cutia; Variação de Corre cutia; Fui morar numa casinha; Vamos recriar essa brincadeira?; Fui no Itororó; Laranja baiana	
Construção de valores – <i>Todos podem dançar?</i>	19

TEMA 2 A importância do ritmo e as brincadeiras cantadas 20

Para começar	20
Análise e Compreensão – <i>Ritmo: conceito e importância</i>	20
Experimentação e Fruição	21
Borboletinha; Experimentar vários ritmos; Para dançar; Apresentação para os colegas; O jipe da Frida	
Construção de valores – <i>Deficiência visual; Deficiência física; Deficiência intelectual</i>	26
Avaliação e Registro	28

GINÁSTICAS, 29

TEMA 1 Ginástica geral: deslocamentos e equilíbrios 29

Para começar	29
Análise e Compreensão – <i>O que é a ginástica geral?; Os elementos básicos da ginástica</i>	30
Experimentação e Fruição	31
Coelho na toca; Pega-pegas (com comandos); Pega-pegas avião; Pega-pegas vela; Imitação de animais	
Construção de valores – <i>Brincadeira do espelho; Brincadeira do espelho sentado</i>	34
Avaliação e Registro	35

TEMA 2 Ginástica geral: rolamentos e roda 36

Para começar	36
Análise e Compreensão – <i>As acrobacias; Segurança</i>	36

Experimentação e Fruição	38
Rolamentos; Roda; Construção de obstáculos	
Avaliação e Registro	42

ESPORTES, 43

TEMA 1 No mundo dos esportes 43

Para começar	43
Análise e Compreensão – <i>O esporte e sua diversidade</i>	46
Experimentação e Fruição	47
Recorte e colagem de figuras; Jogo de futebol reduzido	
Construção de valores	48
Avaliação e Registro	49

TEMA 2 Esportes de precisão 50

Para começar	50
Análise e Compreensão – <i>O jogo de boliche</i>	52
Experimentação e Fruição	53
Derruba garrafas; Derruba garrafas com organização dos alunos	
Construção de valores – <i>Derruba garrafas sentado</i>	54
Avaliação e Registro	54

BRINCADEIRAS E JOGOS, 56

TEMA As brincadeiras e os jogos da cultura popular 56

Para começar	56
Análise e Compreensão – <i>As brincadeiras e os jogos da cultura popular</i>	57
Experimentação e Fruição	58
Pesquisa com familiares; Jogos de perseguir; Batata quente; Telefone sem fio; Corda; Amarelinha	
Construção de valores – <i>Batata quente com os olhos vendados; Pega-pegas corrente</i>	65
Avaliação e Registro	66
Ficha de pesquisa – <i>As brincadeiras e os jogos de sua infância</i>	67

DANÇAS, 68

TEMA 1 Danças em diferentes formações	68
Para começar.....	68
Análise e Compreensão – <i>As formas na dança</i>	69
Experimentação e Fruição.....	70
Agrupar para dançar; Dançar em roda; “Hoje é domingo”; Brincar com a canoa; Construção de coreografias	
Construção de valores – <i>Todos podem dançar as cantigas de roda?</i>	74
Avaliação e Registro.....	75
TEMA 2 Danças circulares	76
Para começar.....	76
Análise e Compreensão – <i>As danças circulares sagradas</i>	76
Experimentação e Fruição.....	77
Da abóbora faz melão; Bola de meia, bola de gude	
Avaliação e Registro.....	80

GINÁSTICAS, 82

TEMA 1 Ginástica geral: os saltos e os giros	82
Os saltos	
Para começar.....	82
Análise e Compreensão – <i>Ginástica geral ou ginástica para todos?; Os elementos básicos da ginástica; Posições básicas dos saltos</i>	83
Experimentação e Fruição.....	84
Saltar como os animais; Saltos grupado, carpado e estendido; Saltar juntos	
Construção de valores – <i>Saltar juntos e separados</i>	85
Os giros	
Para começar.....	86
Análise e Compreensão – <i>Os elementos básicos da ginástica</i>	87
Experimentação e Fruição.....	87
Noite e dia; Giro no círculo; Giro em duplas	
Avaliação e Registro.....	89
TEMA 2 Ginástica geral: a parada de cabeça e a parada de mãos	90
Para começar.....	90
Análise e Compreensão – <i>Os apoios invertidos</i>	90

Experimentação e Fruição.....	91
Rolamentos e roda; Pega-pega avestruz; O mundo de cabeça para baixo; Apoio na parede; Caminho acrobático	
Construção de valores – <i>Parada de cabeça com os olhos vendados</i>	95
Avaliação e Registro.....	95

ESPORTES, 96

TEMA 1 Esportes assistidos ou praticados pelos familiares	96
Para começar.....	96
Análise e Compreensão – <i>Mas só futebol?</i>	97
Experimentação e Fruição.....	98
Pesquisa com os familiares; Vivenciar um esporte; Vivenciar o esporte escolhido	
Construção de valores.....	100
Avaliação e Registro.....	100
TEMA 2 Esportes de marca	101
Para começar.....	101
Análise e Compreensão – <i>Um pouco da trajetória histórica do atletismo</i>	103
Experimentação e Fruição.....	103
Análise de fotografias; Jogos de correr; Jogos de saltar; Jogos de arremessar (lançar)	
Construção de valores – <i>Jogos de lançar para pessoas com deficiência</i>	108
Avaliação e Registro.....	110

BRINCADEIRAS E JOGOS, 112

TEMA As brincadeiras e os jogos do contexto regional	112
Para começar.....	112
Análise e Compreensão – <i>A importância das brincadeiras e dos jogos na cultura infantil</i>	112
Experimentação e Fruição.....	113
Pesquisa sobre os jogos do contexto regional; O mestre mandou; Dança das cadeiras; Dança das cadeiras cooperativa; Elástico; Cinco Marias	
Avaliação e Registro.....	118

BIBLIOGRAFIA COMENTADA, 119

Introdução

A partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional de 1996 foi atribuída à Educação Física a condição de componente curricular obrigatório da Educação Básica (BRASIL, 1996)¹. Ao desempenhar o papel de disciplina na escola, passou a assumir, como função primária, a integração dos alunos na esfera da *cultura corporal de movimento*, instrumentalizando-os para usufruir desses saberes de maneira contextualizada e autônoma (BRASIL, 1997)². O conceito de cultura corporal de movimento denota o conjunto de práticas corporais que foram produzidas e transformadas com o desenvolvimento da humanidade. Entre essas práticas, é possível destacar os jogos e as brincadeiras, os esportes, as danças, as lutas, as ginásticas e as práticas corporais de aventura.

Nesse processo de integração, além do aprendizado por meio das vivências, os alunos precisam refletir sobre como essas práticas se relacionam socialmente, quais são seus impactos e transformações históricas, as interferências da mídia, os valores envolvidos, as questões políticas e culturais, entre outras. A nossa expectativa é de que a aprendizagem das práticas corporais seja realizada considerando uma visão integral de corpo e de mundo, pois não é possível isolar tais saberes do contexto em que eles estão inseridos.

Portanto, a Educação Física na escola deve proporcionar, por meio das práticas corporais, a igualdade de oportunidades, a reflexão crítica, a inclusão, o respeito às diferenças étnicas, o conhecimento histórico, bem como saberes articulados com a promoção de diferentes significados relacionados com essas práticas, em especial os ligados à saúde e ao lazer. A perspectiva cultural propõe que os conteúdos sejam diversificados e que os alunos sejam autônomos para refletir sobre eles a partir dos conhecimentos compartilhados e construídos nas aulas. Esperamos que, ao concluir a Educação Básica, os alunos tenham acumulado conhecimento significativo sobre danças, jogos e brincadeiras, lutas, esportes, ginásticas e práticas corporais de aventura de modo crítico e ativo, e não como meros reprodutores de movimentos e técnicas.

Utilizamos a *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC (BRASIL, 2018)³ como documento orientador desta coleção, tendo como referência os objetivos de aprendizagem preconizados para o componente curricular Educação Física. A BNCC é um documento curricular de âmbito nacional cujo objetivo é determinar os conhecimentos essenciais a que os alunos devem ter acesso e se apropriar durante todo o período da Educação Básica nos diversos componentes curriculares. É a primeira vez na história que temos um documento que propõe uma organização curricular nacional para a Educação Física, o que representa um avanço para a área à medida que favorece mais a compreensão

1 BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, LDB. 9394/1996. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm>. Acesso em: 5 maio 2021.

2 BRASIL. *Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN)*. Educação Física. Brasília, 1997. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em: 29 abr. 2021.

3 BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular: educação é a base*. Brasília: MEC, 2018. 595 p.

do que devemos ensinar em cada momento do percurso formativo, viabilizando a formulação de expectativas de aprendizagem ao longo dos diferentes ciclos da Educação Básica. Ademais, podemos ter uma diminuição do abismo que separa as aulas de Educação Física em todo o país, garantindo aos alunos e à comunidade um conhecimento maior sobre o papel desse componente na escola.

A Educação Física está inserida na área de Linguagens, pois as práticas corporais presentes na cultura corporal de movimento se apresentam como textos culturais, permitindo produção, reprodução, leitura e interpretação. Os gestos constituem a linguagem corporal que possuímos e transformamos nos seios culturais. Eles são responsáveis por expressar desejos, emoções, sentimentos e pela emissão e tradução de mensagens diversas.

Nessa perspectiva, durante o processo pedagógico, os movimentos humanos não são abordados de forma isolada ou desconectada, mas considerados com base nas contextualizações vinculadas às questões socioculturais que permeiam o dia a dia dos alunos. Consideramos também as mensagens e possibilidades de interpretação que podem ser desenvolvidas a partir dos códigos e signos que são estabelecidos com a comunidade, a fim de atuar na ampliação do vocabulário corporal dos alunos por meio das danças, práticas corporais de aventura, jogos e brincadeiras, lutas, esportes e ginásticas.

Nesta coleção, buscamos contemplar as competências gerais da BNCC, as competências específicas da área de Linguagens e as específicas de Educação Física. Desta forma, tomamos como principal atribuição o direito de os alunos terem acesso às práticas corporais criadas, reproduzidas e transformadas pelo ser humano ao longo de sua história. Temos o intuito de propiciar uma formação crítica, criativa e participativa dos alunos, possibilitando a eles que utilizem as práticas corporais, reflitam, questionem e debatam sobre elas durante as aulas de Educação Física e que possam transferir tais procedimentos para além dos limites da escola. Também temos o propósito de oferecer a eles um conhecimento diversificado de cada uma das práticas corporais, interpretando e recriando valores atribuídos a elas e aos indivíduos que delas participam, discutindo preconceitos e posicionamentos discriminatórios.

Para tanto, apresentamos uma coleção em dois volumes, o primeiro dirigido para 1º e 2º anos e o segundo para o 3º, 4º e 5º anos do Ensino Fundamental. A elaboração desta obra ocorreu de forma colaborativa a fim de auxiliá-lo na tematização dos conteúdos da cultura corporal de movimento de maneira integral e dialógica. Salientamos que livros didáticos são ferramentas relevantes para o trabalho docente, pois orientam o planejamento educacional e oferecem um suporte significativo na organização dos saberes, sobretudo para o componente curricular Educação Física, que não possui tradição nesse campo. Contudo, vale ponderar que não pretendemos determinar ou limitar sua atuação, uma vez que, como mediador do processo de ensino e aprendizagem, você deve gerenciar a formação dos alunos e utilizar os materiais disponíveis para fazer as adequações necessárias ao seu contexto escolar.

Investidos dessa perspectiva que assume os objetos de ensino da Educação Física como conhecimentos ou produções corporais para além de gestos e técnicas motoras,

decidimos empregar a BNCC como fundamento teórico para a organização desta coleção, pontuando que temos quatro práticas corporais no primeiro volume (1º e 2º anos): danças, ginásticas, esportes e brincadeiras e jogos, e, no segundo volume (3º, 4º e 5º anos), além dessas, acrescentamos as lutas, de forma que todas foram apresentadas no documento como saberes essenciais da Educação Física e, em particular, dos anos iniciais do Ensino Fundamental. As práticas corporais de aventura, apesar de serem reconhecidas como um conteúdo relevante da área, não foram propostas para os anos iniciais do Ensino Fundamental pela BNCC e, por isso, não foram incluídas nesta coleção.

Adotamos os mesmos critérios da BNCC para seleção e organização das práticas corporais (identificadas como Unidades Temáticas) e das suas manifestações (elencadas como Objetos de Conhecimento). Para danças, lutas e brincadeiras e jogos, aplicamos os princípios relacionados à ocorrência social dessas práticas, ou seja, partimos do contexto particular (práticas da comunidade) e o ampliamos para o universal (escalas nacional e mundial)⁴. As ginásticas foram tratadas segundo sua diversidade e características (nos anos iniciais do Ensino Fundamental a ênfase recaiu sobre a ginástica geral). Os esportes foram delineados de acordo com um modelo de classificação (lógica interna das modalidades). Procuramos, ao longo das unidades temáticas, atender aos objetivos de aprendizagem propostos para cada objeto de conhecimento, delineado ano a ano, sugerindo estratégias metodológicas, atividades práticas, textos de apoio (presentes na seção “Análise e Compreensão”), leituras complementares (sugeridas no box “Para saber mais”), sugestões de avaliação e reflexões para que você possa avaliar e colocar em prática de acordo com a realidade de seus alunos.

No início de cada tema do livro, apresentamos um roteiro de aula, estruturado a partir das atividades propostas, com o intuito de orientar seu trabalho. Esse roteiro inclui sete seções (objetivos, habilidades da BNCC, número de aulas, materiais, sequência de atividades, sensibilização e avaliação) e foi organizado para turmas com duas aulas semanais de Educação Física. Entendemos que essa é a realidade de boa parte das escolas brasileiras, mas não de todas. Por isso, você tem total autonomia para adequar os roteiros à sua realidade e contexto, realizando todas as atividades propostas ou selecionando as que considerar mais oportunas ao seu tempo e aos seus alunos.

Buscamos explorar ainda as dimensões do conhecimento, que tratam dos significados e das representações que atravessam as práticas corporais e ampliam as possibilidades de aprendizagem por meio de um processo formativo integral e contextualizado. Segundo a BNCC, as dimensões abordadas nas aulas de Educação Física são: experimentação, fruição, análise, compreensão, construção de valores, uso e apropriação, reflexão sobre a ação e protagonismo comunitário.

A **experimentação** refere-se às vivências com as práticas corporais, isto é, aos conhecimentos alcançados por meio das experiências ativas. Já a **fruição** diz respeito ao desfrutar dos saberes atrelados a essas experiências. Dessa maneira, optamos por abordar essas duas dimensões de maneira unificada no decorrer das atividades propostas, destacando o potencial que elas têm no tratamento dessas duas vertentes.

⁴ Conforme a organização da BNCC para 1º e 2º anos, as práticas corporais abordaram o contexto comunitário e regional. Para 3º ao 5º ano, as práticas corporais abordaram o contexto nacional e mundial, além de matriz indígena e africana; as lutas ficaram concentradas no contexto comunitário e regional e matriz indígena e africana.

As dimensões de **análise e compreensão** estão associadas aos saberes conceituais, de forma que a primeira está diretamente ligada ao processo de entendimento das características intrínsecas (lógica interna) das práticas corporais, e a segunda, à interpretação dessas práticas e seus desdobramentos no contexto sociocultural (lógica externa). Aprofundamos essas dimensões principalmente por meio de textos informativos que tematizam a cultura corporal de movimento de forma crítica e que lhe possibilitam aprofundar os saberes relacionados aos esportes, às lutas, às danças, às ginásticas e às brincadeiras e jogos.

A **construção de valores** refere-se às discussões que viabilizam a aprendizagem de valores considerando a formação de um cidadão crítico e ativo a partir das práticas corporais. Para esse fim, desenvolvemos uma seção para contemplar essa dimensão, pois o tratamento de valores e atitudes parece ser uma dificuldade recorrente enfrentada pelos professores de Educação Física. Nossa intenção é lhe proporcionar um trabalho planejado com valores que esteja relacionado às práticas corporais e que não se dê apenas por meio de ações esporádicas.

As dimensões de uso e apropriação, reflexão sobre a ação e o protagonismo comunitário são tematizadas de forma transversal no decorrer da coleção, ou seja, em diversos momentos você poderá identificá-las em atividades, textos e orientações, sem que haja seções específicas para elas. A dimensão **uso e apropriação** está associada à experiência prática; no entanto, ela exalta a autonomia que os alunos precisam ter para usufruir das práticas corporais para além do espaço de aula. Já a **reflexão sobre a ação** vincula-se ao processo reflexivo intencional oriundo da observação das vivências corporais, enquanto o **protagonismo comunitário** tangencia a atuação dos alunos na comunidade por meio da disseminação e apropriação das práticas corporais. As dimensões do conhecimento delineadas pela BNCC foram priorizadas nas atividades propostas, a fim de atribuir significados concretos e possibilidades didáticas às orientações curriculares preconizadas no documento.

Respeitando as características e as necessidades dos alunos do 1º e do 2º ano, propomos ao longo dos temas desafios pedagógicos consistentes com as potencialidades desse grupo. De um ano para o outro, os alunos podem avançar nos saberes das práticas corporais, compreendendo de maneira específica os conceitos, os valores e as vivências relacionados a danças, jogos e brincadeiras, esportes e ginásticas. Progressivamente, trouxemos para o universo de experiências dos alunos elementos iniciais de cada uma das práticas corporais, propiciando as condições favoráveis para que compreendam os objetivos da Educação Física para além do fazer.

No que diz respeito à avaliação, elaboramos uma seção específica (“Avaliação e Registro”) para o acompanhamento da evolução dos alunos dentro das práticas corporais propostas, na perspectiva de avaliação formativa e não apenas no final do transcurso, oferecendo suporte pedagógico a todos os atores sociais envolvidos no processo de ensino e aprendizagem: alunos, professores e comunidade.

A avaliação formativa pressupõe um conjunto de práticas que utiliza diferentes métodos avaliativos para verificar de forma individual, profunda e contínua o percurso formativo de cada aluno. É uma perspectiva viável, a ser utilizada durante todo o processo de ensino e aprendizagem, que se contrapõe ao modelo tradicional de avaliação e proporciona aos alunos o papel de protagonistas no desenvolvimento de suas aprendizagens.

Da forma como a avaliação está prevista na obra, pode promover a recuperação integral do aluno com defasagem ou dificuldade de aprendizagem, por meio da retomada dos conteúdos propostos e o estabelecimento de novas relações com o conhecimento, à medida que os anos de ensino avançam.

Em que pesem os desafios inerentes à Educação Física, seja por aspectos culturais, seja pela dificuldade em estabelecer ferramentas avaliativas eficientes, procuramos diversificar as estratégias e viabilizar espaço para você adaptar as propostas ao seu contexto e experimentar os variados recursos disponíveis para todas as práticas corporais.

Buscamos também respeitar as características de cada faixa etária propondo atividades orais, com registro escrito e com desenhos, além de modelos que exploram jogos, pesquisas e reflexões para além dos espaços tradicionais de aula, contemplando a família e a comunidade. Nosso objetivo é estimular a autonomia dos alunos no percurso educacional. Consideramos nas atividades avaliativas não apenas os saberes práticos, mas as dimensões que os atravessam, como os valores, o reconhecimento histórico-cultural, os princípios sociais, entre outros, prezando por uma formação inclusiva, democrática e integral. Destacamos que registros, fichas de observação, portfólios, vídeos e fotografias são instrumentos que podem contribuir para o acompanhamento do progresso dos alunos e enriquecer ainda mais as possibilidades de avaliação.

Por fim, salientamos que, diante de uma visão de educação que compreende a escola como um espaço social ativo, esta coleção pode colaborar no desenvolvimento da Educação Física de maneira crítica, ampliando as possibilidades formativas e educacionais e auxiliando seu trabalho. Esperamos que esta coleção aproxime as orientações da BNCC do espaço da sala de aula ao considerar a diversidade cultural do nosso país e garantir os direitos dos alunos de vivenciar, discutir e se apropriar das práticas corporais.

Bom trabalho!

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Certifique-se sempre de que o espaço destinado às práticas corporais sugeridas neste livro esteja em conformidade com as normas de segurança. Oriente os alunos a manter em todas as atividades atitudes de respeito e companheirismo para que não haja nenhuma espécie de discriminação.

Cronograma anual – 1º ano

Semana	Atividades	Conteúdos	Páginas
1	Danças tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	As brincadeiras cantadas, aferição dos conhecimentos sobre o tema	13 e 14
2	Experimentação e Fruição	Corre cutia e variação	14 e 15
3	Experimentação e Fruição	Fui morar numa casinha e recreação	16 e 17
4	Experimentação e Fruição	Fui no Itororó, Laranja baiana	17 e 18
5	Construção de valores	Todos podem dançar?	19
6	Danças tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Ritmo: conceito e importância	20 e 21
7	Experimentação e Fruição	Borboletinha, Experimentar vários ritmos	21 a 23
8	Experimentação e Fruição	Para dançar	23 e 24
9	Experimentação e Fruição	Apresentação para os colegas	24
10	Experimentação e Fruição	O jipe da Frida	24 a 26
11	Construção de valores	Deficiência visual, física e intelectual	26 a 28
12	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens dos temas 1 e 2 de Danças	28
13	Ginásticas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	A ginástica geral e os elementos básicos deslocamentos e equilíbrios	29 a 31
14	Experimentação e Fruição	Coelho na toca, Pega-pega (com comandos)	31 e 32
15	Experimentação e Fruição	Pega-pega avião, Pega-pega vela, Imitação de animais	32 e 33
16	Construção de valores	Brincadeira do espelho, Brincadeira do espelho sentado	34 e 35
17	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Ginásticas	35
18	Ginásticas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	A ginástica geral e o elemento básico da acrobacia	36 e 37
19	Experimentação e Fruição	Rolamentos	38 a 40
20	Experimentação e Fruição	Roda	40 a 42
21	Experimentação e Fruição	Construção de obstáculos	42
22	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Ginásticas	42
23	Esportes tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	O esporte e sua diversidade	43 a 47
24	Experimentação e Fruição	Recorte e colagem de figuras	47
25	Experimentação e Fruição	Jogo de futebol reduzido	47 e 48
26	Construção de valores	Esporte e atletas com deficiência física	48 e 49
27	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Esportes	49
28	Esportes tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes de precisão	50 a 52
29	Experimentação e Fruição	Derruba garrafas	53
30	Experimentação e Fruição	Derruba garrafas com organização dos alunos	53
31	Construção de valores	Derruba garrafas sentado	54
32	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Esportes	54 e 55
33	Brincadeiras e Jogos: Para começar, Análise e Compreensão	As brincadeiras e os jogos da cultura popular	56 e 57
34	Experimentação e Fruição	Pesquisa com familiares	58
35	Experimentação e Fruição	Jogos de perseguir	58 a 60
36	Experimentação e Fruição	Jogos de perseguir (cont.), Batata quente	60 e 61
37	Experimentação e Fruição	Telefone sem fio, Corda	61 a 63
38	Experimentação e Fruição	Amarelinha	63 a 65
39	Construção de valores	Batata quente com olhos vendados, Pega-pega corrente	65 e 66
40	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema de Brincadeiras e Jogos	66 e 67

Cronograma anual – 2º ano

Semana	Atividades	Conteúdos	Páginas
1	Danças tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Danças em diferentes formações	68 a 70
2	Experimentação e Fruição	Agrupar para dançar, Dançar em roda: “Hoje é domingo”	70 a 72
3	Experimentação e Fruição	Brincar com a canoa, Construção de coreografias	72 a 74
4	Construção de valores	Todos podem dançar as cantigas de roda?	74
5	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Danças	75
6	Danças tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Danças circulares	76 e 77
7	Experimentação e Fruição	Da abóbora faz melão	77 e 78
8	Experimentação e Fruição	Bola de meia, bola de gude	78 a 80
9	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Danças	80 e 81
10	Ginásticas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e os elementos básicos dos saltos	82 a 84
11	Experimentação e Fruição	Saltar como os animais, Saltos grupado, carpado e estendido, Saltar juntos	84 e 85
12	Construção de valores	Saltar juntos e separados	85 e 86
13	Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e os elementos básicos dos giros	86 e 87
14	Experimentação e Fruição	Noite e dia, Giro no círculo, Giro em duplas	87 a 89
15	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Ginásticas	89
16	Ginásticas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral: parada de cabeça e parada de mãos	90 e 91
17	Experimentação e Fruição	Rolamentos e roda	91 e 92
18	Experimentação e Fruição	Pega-pega avestruz, O mundo de cabeça para baixo	92 e 93
19	Experimentação e Fruição	Apoio na parede	93 e 94
20	Experimentação e Fruição	Caminho acrobático	94
21	Construção de valores	Parada de cabeça com os olhos vendados	95
22	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Ginásticas	95
23	Esportes tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes assistidos ou praticados pelos familiares	96 e 97
24	Experimentação e Fruição	Pesquisa com os familiares	98
25	Experimentação e Fruição	Vivenciar um esporte	98 e 99
26	Experimentação e Fruição	Vivenciar o esporte escolhido	99
27	Construção de valores	Modalidades esportivas para pessoas com diferentes tipos de deficiências	100
28	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Esportes	100
29	Esportes tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes de marca	101 a 103
30	Experimentação e Fruição	Análise de fotografias, Jogos de correr	103 a 106
31	Experimentação e Fruição	Jogos de saltar	106 e 107
32	Experimentação e Fruição	Jogos de arremessar (lançar)	107
33	Construção de valores	Jogos de lançar para pessoas com deficiência	108 a 110
34	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Esportes	110 e 111
35	Brincadeiras e Jogos: Para começar, Análise e Compreensão	As brincadeiras e os jogos do contexto regional	112 e 113
36	Experimentação e Fruição	Pesquisa sobre jogos no contexto regional	113 e 114
37	Experimentação e Fruição	O mestre mandou, Dança das cadeiras	114 e 115
38	Experimentação e Fruição	Dança das cadeiras cooperativa, Elástico	115 a 117
39	Experimentação e Fruição	Cinco Marias	117 e 118
40	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema de Brincadeiras e jogos	118

Introdução

Unidades temáticas	Habilidades	Objetos de conhecimento
Brincadeiras e jogos	<p>(EF12EF01) 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.</p> <p>(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.</p> <p>(EF12EF03) 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.</p> <p>(EF12EF04) 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.</p>	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional
Esportes	<p>(EF12EF05) 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.</p> <p>(EF12EF06) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e a dos demais participantes.</p>	Esportes de marca e de precisão
Ginásticas	<p>(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.</p> <p>(EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral.</p> <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>	Ginástica geral
Danças	<p>(EF12EF11) 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.</p> <p>(EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.</p>	Danças do contexto comunitário e regional

1^o
ANO

Danças

TEMA
1

As brincadeiras cantadas: movimentos e sons

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Vivenciar e reconhecer as brincadeiras cantadas com base nos saberes da família e da comunidade.• Ampliar os conhecimentos sobre essas manifestações culturais.• Experimentar os gestos e os ritmos que são tematizados com essas brincadeiras.• Compreender e respeitar pessoas com algum tipo de deficiência motora por meio de brincadeiras realizadas com a introdução de algumas limitações físicas.
Habilidades da BNCC	EF12EF11 e EF12EF12
Número de aulas	10
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução das cantigas, vendas para os olhos.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos que brincadeiras cantadas eles conhecem e incentive-os a mostrá-las. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.

Para começar

Disponha os alunos em roda e converse com eles sobre as brincadeiras cantadas que conhecem e onde costumam brincar. Incentive-os a falar com quem aprenderam as brincadeiras e se conhecem outros modos de brincar.

Caso algumas dessas brincadeiras sejam desconhecidas do grupo, peça aos alunos que as mencionaram que as ensinem aos demais. Se eles citarem um grande número de brincadeiras, peça-lhes que escolham algumas delas para serem exploradas na aula. Se necessário, ajude-os nessa seleção.

Brinque com os alunos e incentive-os também a brincar sozinhos. Atente para questões de segurança no espaço destinado à atividade (degraus que podem causar acidentes, quinas, postes etc.).

Ao final da atividade, disponha novamente os alunos em roda e pergunte como eles se sentiram enquanto brincavam. Quais eram as brincadeiras mais conhecidas? Todos brincaram com o mesmo entusiasmo?

A partir dessa mobilização inicial, proponha novas possibilidades para a realização de determinada brincadeira.

Análise e Compreensão

As brincadeiras cantadas

As brincadeiras cantadas são maneiras de brincar com o corpo com base na relação entre o movimento corporal e a expressão vocal, sob a forma de músicas, frases, palavras ou sílabas ritmadas, as quais integram a cultura popular ou fazem parte das criações contemporâneas. Elas se fundem com musicalidade, dança, dramatização, mímica e jogos, podendo ser caracterizadas como formas de expressão do corpo que integram a cultura popular (LARA; PIMENTEL; RIBEIRO, 2005)¹.

Podem ser utilizadas diferentes formações para o desenvolvimento das brincadeiras cantadas, como rodas, filas, na posição sentada e/ou em pé, entre outras, e, dessa forma, as possibilidades de criação de novas maneiras de brincar também são multiplicadas.

Há diversas brincadeiras cantadas que são, em sua maioria, bastante exploradas no universo infantil. É imprescindível, contudo, atribuir outros significados a elas, valorizando-as como importantes manifestações da cultura da humanidade e não apenas por serem divertidas e atraentes. Para tanto, nesta obra serão oferecidas algumas possibilidades didáticas para o tratamento desse conteúdo.

Nesse contexto, é interessante mostrar também aos alunos de que forma as brincadeiras cantadas se apresentam como um dos conhecimentos das aulas de Educação Física com uma gama de ritmos, gestos e movimentos, e reforçando aprendizagens, como a valorização da cultura brasileira.

Alguns exemplos de brincadeiras cantadas são: “Ciranda, Cirandinha”, “Rosa juvenil”, “Sapo cururu”, “O cravo e a rosa”, “Fui morar numa casinha”, “A canoa virou”, entre outras.

Mesmo sem uma definição exata da origem das brincadeiras cantadas, pode-se dizer que elas são fruto das misturas culturais de diferentes grupos étnicos (africanos, indígenas e europeus), que, de certo modo, criaram formas variadas de representação corporal transmitidas e ressignificadas ao longo do tempo (LARA; PIMENTEL; RIBEIRO, 2005)².

Sugerimos que, antes de propor uma nova brincadeira, pergunte aos alunos se eles conhecem outra forma de realizá-la, pois, devido à diversidade cultural entre as regiões do Brasil, as brincadeiras apresentam variações, inclusive, nas letras das cantigas e parlendas. Essa estratégia permite que os alunos se sintam parte do processo de aprendizagem e protagonistas dos conhecimentos abordados nas aulas.

Experimentação e Fruição

1. Corre cutia

Objetivos: Aprender a cantiga da brincadeira “Corre cutia”. Desenvolver de forma conjunta a cantiga e a brincadeira. Brincar com os colegas.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

1 LARA, L. M.; PIMENTEL, G. G. A.; RIBEIRO, D. M. D. Brincadeiras cantadas: educação e ludicidade na cultura do corpo. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, ano 10, n. 81, fev. 2005. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd81/brincad.htm>>. Acesso em: 20 jan. 2021.

2 *Op. cit.*

Procedimentos

Disponha os alunos sentados em círculo. Coloque a cantiga para o grupo escutar. Lembre-se de que há diferentes versões da letra de “Corre cutia”, as quais podem ser consultadas pela internet. Em seguida, ensine aos alunos a letra escolhida.

Optamos pela seguinte versão:

Corre cutia, na casa da tia.
Corre cipó, na casa da vó.
Lencinho na mão caiu no chão.
Moça bonita do meu coração.
É um, é dois, é três!
Quem olhar é freguês, freguês.
Apaga a luz de uma vez!

Corre cutia, na casa da tia.
Corre cipó, na casa da vó.
Lencinho na mão caiu no chão.
Moça bonita do meu coração.
Posso jogar? Pode!
Ninguém vai olhar?
Não!

Da tradição popular.

Depois de aprendida a letra, explique a brincadeira com uma demonstração feita pelos alunos. Escolha um deles para esconder o lenço. Enquanto ele anda do lado de fora do círculo com um lenço na mão, todos cantam a primeira parte da cantiga.

Quando cantarem o verso “Apaga a luz de uma vez!”, todos abaixam a cabeça e fecham os olhos. Nesse momento, o aluno que está em pé coloca o lencinho atrás de um dos colegas sentados no círculo, enquanto canta a segunda parte da cantiga, e continua andando.

Os que estiverem na roda devem verificar se o lenço foi deixado atrás de si logo após a passagem do colega. Quem estiver com o lenço precisa pegá-lo e, por fora do círculo, tentar alcançar o aluno que o escolheu.

O aluno perseguido corre para tentar sentar no lugar do colega que agora tem o lenço.

Se o aluno perseguido for pego na corrida, ele percorre novamente a roda para colocar o lenço atrás de outro colega. Se ele não for pego, a brincadeira recomeça com quem ficou com o lenço.

Ressalte que todos os participantes são importantes no desenvolvimento da brincadeira, valorizando a presença de cada um para que a atividade seja desfrutada intensamente.

2. Variação de Corre cutia

Se todos os alunos já souberem brincar de “Corre cutia”, sugira uma variação para a brincadeira.

A letra da cantiga é a mesma e a disposição em roda, também; contudo, todos cantam a música duas vezes seguidas e de olhos fechados.

O aluno que ficou com o lenço deve escondê-lo em qualquer lugar do espaço de aula antes que a música acabe e todos abram os olhos.

Quando a música acabar, todos se levantam e correm para procurar o lenço. Quem o encontrar recomeça a brincadeira. Além dessa variação, você pode criar outras, colocando os alunos como protagonistas da atividade e valorizando os saberes locais.

A cutia é um pequeno roedor veloz, esperto e muito gracioso, que vive em áreas do Cerrado, da Caatinga e da Mata Atlântica. Trata-se de um animal muito importante, pois, ao se alimentar de pequenos frutos, espalha diversas sementes pela floresta, contribuindo para que outras árvores sejam semeadas.

A cidade de Cotia, localizada no interior do estado de São Paulo, recebeu esse nome, segundo uma das versões de sua origem, porque os indígenas que habitavam aquela região gostavam muito desse animal.



Cutia amamentando filhote no Jardim Botânico do Rio de Janeiro, 2020.

VITOR MARGO/TVBA

3. Fui morar numa casinha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a cantiga da brincadeira “Fui morar numa casinha”. Cantar e explorar gestos e ritmos com os colegas. Recriar a brincadeira com o seu auxílio. Valorizar esse conhecimento como parte da cultura local.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Apresente a cantiga aos alunos. Sugira procedimentos para acompanhar a cantiga, como cantá-la caminhando de mãos dadas ou girando em roda no sentido anti-horário.

Fui morar numa casinha-nha,
Enfeitada-da de florzinha-nha.
Saiu de lá-lá-lá uma princesinha-nha
Olhou pra mim, olhou pra mim e fez assim...

Os alunos param onde estão e batem palmas ao cantar as sílabas NHA-NHA, DA-DA e LÁ-LÁ-LÁ.

Em “e fez assim”, os alunos mandam dois beijinhos com a mão.

Da tradição popular.

4. Vamos recriar essa brincadeira?

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Peça sugestões aos alunos de novos movimentos que podem ser acrescentados à brincadeira. Em vez de palmas, incentive-os a criar outros sons com o corpo. Nessa recriação, não é necessário realizar um movimento que esteja relacionado diretamente com a letra. Veja a seguir algumas sugestões.

Organize os alunos em dois grupos. Um deles acompanha você cantando enquanto o outro bate palmas. Depois, invertem os papéis.

Incentive os alunos a experimentar e a descobrir a maior quantidade de sons que o corpo consegue produzir sem o uso de qualquer tipo de material, como batida de pé no chão, estalar dos dedos, diversos tipos de palmas, batidinhas em diferentes partes do corpo e sons feitos com a boca. Incentive-os a perceber a relação entre movimento e som.

Sugira aos alunos que troquem as palmas por outro som, como o produzido quando se bate o pé mais forte no chão ou quando se estalam os dedos, a língua, entre outras possibilidades.

Se considerar oportuno, varie o ritmo da música, cantando e dançando lenta ou rapidamente. Explore também cantar mais alto, baixo, murmurando ou só assoviando.

Discussão

Essas atividades (e a recriação delas) permitem aos alunos ampliar o repertório de brincadeiras, vivenciá-las e assumi-las como um conhecimento relevante desde que sua intervenção seja direta nesse sentido. É importante destacar que essas brincadeiras, transmitidas oralmente de geração em geração, trazem em seu bojo relevante significado histórico-social. Por meio delas, sucessivas gerações de crianças se divertiram, aprenderam e introduziram mudanças de acordo com sua época a partir da exploração de gestos e ritmos. É possível promover, com o professor da turma, o resgate do folclore e das parlendas, trabalhados nas aulas de Língua Portuguesa ou de História e Geografia.

5. Fui no Itororó

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a cantiga da brincadeira “Fui no Itororó”. Cantar, fruir e experimentar a brincadeira com os colegas. Valorizar esse conhecimento como parte da cultura popular. Ter consciência de que se trata de um recorte das práticas corporais que foram (e continuam sendo) transformadas pela sociedade.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Disponha os alunos em círculo. Pergunte a eles se conhecem a letra da cantiga “Fui no Itororó”. Caso alguém a conheça, solicite que a cante para o grupo.

Se for possível, reproduza o áudio da cantiga. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=XU4gdvtAuh0>>. Acesso em: 20 jan. 2021.

Escolhemos a seguinte versão para ser ensinada aos alunos:

Fui no Itororó
Beber água e não achei
Encontrei bela morena
Que no Itororó deixei

Aproveita minha gente
Que esta noite não é nada
Se não dormir agora
Dormirá de madrugada

Oh! Dona Maria!
Oh! Mariazinha!
Entrarás na roda
E ficarás sozinha

Sozinha eu não fico
Nem hei de ficar
Porque eu tenho o Joãozinho
Para ser meu par

Da tradição popular.

Depois de o grupo ouvir a música, solicite a um voluntário que fique no centro do círculo. Enquanto ele estiver nessa posição, estimule-o a dançar e a se expressar livremente; o mais importante é não ficar parado. Ao recolocar a música, os alunos dão as mãos uns aos outros, a roda começa a girar e permanece girando durante as duas primeiras estrofes.

Na terceira estrofe, os nomes Maria e Mariazinha devem ser substituídos pelo do aluno que se ofereceu para ficar no centro da roda. A última estrofe é cantada somente por quem estiver no centro da roda, que troca o nome “Joãozinho” pelo da pessoa escolhida por ele para ficar em seu lugar.

Após realizar a atividade várias vezes, incentive os alunos a cantar a letra sem o acompanhamento musical.

Em um segundo momento, alterne o ritmo da cantiga, que ora deve ficar mais acelerado, ora mais lento. Solicite também aos alunos que cantem a música com voz de terror, de tristeza (choramingando), de alegria, entre outras possibilidades.

Será que existe um lugar chamado Itororó?

Itororó não é ficção. É uma fonte localizada na cidade de Santos, no litoral sul de São Paulo, e dela não brota mais água. OIao Rodrigues relata em seu livro *Cartilha da história de Santos* (1980) que a água da fonte do Itororó era cristalina e refrescante. Por essas características, muitas pessoas iam até lá para experimentá-la e aproveitar suas propriedades medicinais. A fonte ganhou fama e foram criadas em torno dela lendas e canções tradicionais, como a que aprendemos na aula.

Fonte do Itororó, na Praça Corrêa de Melo, em Santos, SP, 2021.



6. Laranja baiana

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a letra de “Laranja baiana”. Criar movimentos diferenciados para essa parlenda. Respeitar os espaços e os gestos na brincadeira.

Procedimentos

Forme um círculo com todos de mãos dadas e escolha um aluno para ficar no centro (ou solicite um voluntário). Comece a girar a roda com os alunos de mãos dadas e a recitar a parlenda:

Laranja baiana que vira pó
galo que canta coró-có-có
pinto que pia piri-pi-pi
moça bonita que saia daqui.

Laranja baiana que vira pó
galo que canta coró-có-có
pinto que pia piri-piu-piu
moça e moço bonito que fazem assim...

Da tradição popular.

Crie alguns ritmos para recitar a parlenda.

No verso “moça e moço bonito que fazem assim...”, oriente os alunos a virar “estátuas” (parados, imóveis). Quem estiver no centro da roda pode dançar e se divertir com a parlenda. Quando terminar sua dança, esse aluno escolhe outro para substituí-lo.

Pode-se combinar com o grupo que, na rodada seguinte, virem “estátuas” de animais, ou ainda “estátuas” sentadas, ou em duplas, ou com um pé só, entre outras possibilidades. Estimule a criatividade dos alunos solicitando a eles sugestões de como deve ser a “estátua”.

Construção de valores

Todos podem dançar?

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar atividades por meio da introdução de algumas limitações físicas visando sensibilizar os alunos para essa questão. Compreender e respeitar as pessoas com algum tipo de deficiência física.

Material: vendas para os olhos

Procedimentos

Proponha aos alunos a repetição de algumas das brincadeiras vivenciadas por eles, mas desta vez com algumas limitações físicas.

- a) Com os olhos vendados: realize a atividade “Fui no Itororó” com alguns alunos utilizando vendas nos olhos. Essa proposta pode ser realizada tanto com os que compõem a roda como com aqueles que vão ao centro. Nesse caso, outro colega poderá atuar como acompanhante para dar maior segurança.
- b) Com um dos braços preso ao corpo ou movendo apenas uma das pernas: durante “Corre cutia”, o aluno responsável por colocar o lenço atrás de um colega terá de correr com um dos braços preso ao corpo ou com apenas uma das pernas.

Discussão

Ao final dessas vivências, converse com os alunos sobre as dificuldades que eles enfrentaram. Procure saber se foi mais difícil brincar sem enxergar (confiando no acompanhante), na primeira atividade, ou na segunda, em que estavam com um dos braços preso ao corpo ou movendo apenas uma das pernas. Como eles se sentiram em cada situação?

Com base nas respostas dos alunos, peça que reflitam se é possível a participação de pessoas com deficiência física nas atividades exploradas. Aprofunde esse debate.

É importante ressaltar que as limitações físicas introduzidas nessas brincadeiras não impediram a participação de todos. Pessoas com deficiência devem ser respeitadas, pois, apesar de suas dificuldades, elas também são ativas e participativas, contribuindo para o bom desenvolvimento das tarefas propostas. Além disso, é direito de todo ser humano ter acesso à escola e às aulas de Educação Física, sendo necessário cultivar um espaço de aprendizagem inclusivo e democrático.

Caso haja em sua turma aluno com deficiência visual ou física, inclua-o nas atividades adaptando espaços, materiais e promovendo discussões sobre o assunto. Permita que ele verbalize como se sente nas aulas e o que a comunidade escolar pode fazer para que suas experiências de aprendizagem sejam ampliadas. As atividades propostas nesta seção permitem que os demais alunos se aproximem de situações vivenciadas por aqueles que têm alguma deficiência e compreendam melhor a importância da inclusão.

Para saber mais

- Folha de S.Paulo. *Brincadeiras cantadas*. Disponível em: <<https://mapadobrincar.folha.com.br/brincadeiras/cantadas/>>. Acesso em: 20 jan. 2021.

No “Mapa do brincar”, você encontra um acervo com diversas brincadeiras cantadas nas diferentes regiões do Brasil. Procure partir do contexto local ou regional e, depois, amplie as experiências.

A importância do ritmo e as brincadeiras cantadas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar gestos em diferentes ritmos. • Identificar e diferenciar o ritmo nas brincadeiras cantadas. • Compreender o ritmo como um dos elementos fundamentais dessas brincadeiras. • Compreender e respeitar pessoas com deficiências por meio de brincadeiras realizadas com a introdução de algumas limitações físicas.
Habilidades da BNCC	EF12EF11 e EF12EF12
Número de aulas	14
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução das músicas e cantigas e vendas para olhos e corda de pular.
Sequência de atividades	Apresente aos alunos músicas com diversos ritmos e peça que tentem identificá-los. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Incentive os alunos a refletir sobre as experiências construídas ao longo do tema. Peça que façam um desenho para registrar uma das brincadeiras aprendidas.

Para começar

Disponha os alunos em roda. Diga para eles que o tema principal da aula é “ritmo”. Para ajudá-los a compreender o significado do tema, disponibilize músicas com ritmos diferentes e peça-lhes que tentem identificá-los.

Não é o momento de classificar acertos e erros, mas de explorar os conhecimentos dos alunos sobre o tema.

Análise e Compreensão

Ritmo: conceito e importância

A palavra “ritmo” vem do grego *rhuthmós*, que significa “movimento regular”, “o que flui em determinada sequência”. Podemos dizer que se trata de um fluxo de movimentos produzidos pela organização de elementos que se inter-relacionam de diferentes formas, harmoniosamente ou não. Na música, podemos identificar claramente um ritmo sonoro, marcado por pausas e sequências que se repetem ao longo de determinado espaço de tempo. Na dança, percebemos essas sequências e pausas por meio do ritmo visual que gradativamente se relaciona com o ritmo sonoro de uma música.

Contudo, o ritmo pode ser entendido de forma mais ampliada, uma vez que diariamente geramos uma forma distinta, como o ritmo do movimento orgânico, dos elementos da natureza e das atividades diárias (JOURDAIN, 1998)³. Dessa maneira, é possível afirmar que ele está presente em diferentes atividades do cotidiano, em instâncias voltadas ao lazer, à saúde, aos esportes e ao trabalho. Tudo se desenvolve a partir de um determinado ritmo, ou seja,

³ JOURDAIN, R. *Música, cérebro e êxtase: como a música captura nossa imaginação*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.

de uma espécie de cadência e sequência. Por exemplo, os períodos do dia (manhã, tarde e noite), as estações do ano, as fases da Lua, as semanas, meses e anos, entre outros. Vivemos a partir de determinado ritmo nas diferentes ações e tarefas do dia a dia (JESUS, 2008)⁴.

Pensando nessa concepção, percebemos que o corpo nos fornece elementos para compreender os ritmos do nosso ambiente e criar outros a partir dele mesmo, para depois evoluir em suas diferentes manifestações. O ritmo se encontra permeado em muitos aspectos corporais do ser humano, podendo ser considerado até mesmo um princípio ordenador do movimento (LÓPES, 1977)⁵.

Com base nessas definições, percebe-se a importância de abordar esse tema desde a Educação Infantil, quando a criança começa a desenvolver essa capacidade física e já é capaz de transpor esse conhecimento para diferentes áreas de sua vida.

As práticas corporais podem impor diferentes cadências e ritmos. Quando uma pessoa corre ou desempenha uma atividade cotidiana, ela impõe determinado ritmo a suas ações. A atuação dos professores de Educação Física pode beneficiar o desenvolvimento da capacidade rítmica dos alunos, uma vez compreendidas as diferentes velocidades e o tempo em que cada tarefa pode ser desenvolvida. Logo, as aulas desse componente podem oferecer diferentes possibilidades para que os alunos usufruam e comecem a entender como o ritmo está presente em diversas situações.

O conteúdo “dança” é mais próximo da compreensão dos alunos devido à relação deles com a música, assumindo grande expressividade ao abordar o tema “ritmo”. Portanto, aproveite a oportunidade e invista nessa estratégia de atuação.

O acompanhamento de uma música em diferentes ritmos por meio da movimentação de várias partes do corpo possibilita um conhecimento diversificado desse conteúdo. Introduza aos poucos a relação entre música e ritmo, bem como a definição desses conceitos, e os explore com diversas estratégias e atividades.

Temas que devem ser enfatizados na aula: “A importância do ritmo”, “A interferência do ritmo na vida de cada um” e “Onde podemos encontrar ritmo”.

Experimentação e Fruição

1. Borboletinha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar gestos das brincadeiras cantadas em diferentes ritmos. Identificar e diferenciar o ritmo dessas brincadeiras.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Disponibilize para os alunos a cantiga da brincadeira cantada “Borboletinha”.

Ensine a letra a eles e, caso alguns já a conheçam, solicite que ajudem o grupo a aprendê-la.

Se possível, exiba um dos muitos vídeos disponíveis na internet que se referem a essa brincadeira. Sugerimos Galinha Pintadinha 2. *Borboletinha*. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=28iW_O5qWfU> (a partir de 5”). Acesso em: 20 jan. 2021.

4 JESUS, G. B. *As atividades rítmicas e a Educação Física escolar*: possibilidades de um trato em um outro ritmo. 218 f. Dissertação de mestrado em Ciências da Motricidade Humana. Departamento de Educação Física. Rio Claro: Unesp, 2008.

5 LÓPES, M. A. *Movimiento, ritmo y educación*. Buenos Aires: Tekne, 1977.

Essa cantiga também pode ser encontrada no CD *Sucessos da minha escolinha* (gravadora Sky Blue, volume 2, 2006).

Borboletinha
Tá na cozinha
Fazendo chocolate
Para a madrinha
Poti, poti
Perna de pau
Olho de vidro
Nariz de pica-pau
Pau pau.

Da tradição popular.

Peça aos alunos que tentem cantar no mesmo ritmo proposto no vídeo ou no CD. A intenção é levá-los a experimentar de forma prazerosa esses momentos de aprendizagem.

2. Experimentar vários ritmos



Objetivos: Aprender uma coreografia simples e curta. Experimentar diferentes ritmos e gestos durante a realização de brincadeiras cantadas.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Depois que os alunos tiverem aprendido a letra da cantiga, proponha uma sequência de movimentos para determinados versos. Veja a sugestão a seguir.

Borboletinha / Tá na cozinha [Imitar uma borboleta voando.]

Fazendo chocolate / Para a madrinha [Fingir que mexe com uma colher num caldeirão.]

Poti, Poti [Bater duas palmas.]

Perna de pau [Dar dois tapinhas em uma das pernas.]

Olho de vidro [Piscar um dos olhos.]

Nariz de pica-pau / Pau pau [Apontar para o nariz.]

Proponha diferentes ritmos para cantar essa cantiga com os alunos. É possível partir daqueles que eles já conhecem e, depois, ampliar para outros. Sugestões:

Rap

Forró

Samba

Para marcar esses três ritmos, utilize as mãos para bater palmas ou instrumentos adaptados, como garrafas plásticas contendo pequenas pedras, baldes de diferentes tamanhos e latinhas de refrigerante com pouca quantidade de arroz dentro delas. É possível encontrar bases musicais desses ritmos na internet, as quais podem ser usadas para enriquecer a

atividade ou para auxiliar que os alunos os conheçam e os identifiquem. Outra possibilidade é escolher uma música de cada um desses três ritmos e substituir a letra original pela da cantiga “Borboletinha”.

Incentive os alunos a lidar com diferentes ritmos e movimentos corporais para uma mesma letra de música. Essa experiência é capaz de lhes proporcionar momentos enriquecedores e motivá-los a explorar esses ritmos por meio de pequenos instrumentos.

Forme dois grupos: enquanto um desenvolve movimentos, o outro explora os instrumentos.

Ofereça oportunidade para que os alunos façam os movimentos que eles consideram adequados a cada ritmo, bem como desfrutem essas experiências.

Explore outros ritmos além dos propostos, criando possibilidades diversas. É importante auxiliar os alunos no acompanhamento de cada ritmo, de forma que eles consigam diferenciá-los.

Por meio dessa atividade, os grupos são capazes de identificar os diferentes elementos constitutivos das brincadeiras cantadas no contexto comunitário, isto é, os ritmos, os movimentos e o espaço.

Discussão

Ao final da atividade, converse com os alunos sobre qual ritmo eles mais gostaram de usar na cantiga “Borboletinha” e as razões dessa escolha. Foi o mais fácil? O mais conhecido?

Com base nas respostas, reafirme a importância de se conhecer novas possibilidades rítmicas, muitas delas bem diferentes das que eles estão habituados em seu contexto comunitário. É fundamental valorizar os conhecimentos expostos pelo grupo, bem como ampliar o repertório cultural de suas práticas.

Essas informações podem oferecer subsídios para compreender como os alunos entenderam o tema da aula e como ele pode ser aprofundado.

Explique que, embora possamos apreciar um ritmo mais do que outro, todos são legítimos representantes da cultura de um povo e de sua riqueza e criatividade musical. Diga-lhes que, além dos ritmos apresentados até este momento, há muitos outros que não foram abordados nessa brincadeira, como *rock*, sertanejo, pagode, salsa etc.

3. Para dançar

Objetivos: Experimentar e ampliar conhecimentos sobre gestos característicos de alguns ritmos. Ampliar o repertório rítmico.

Procedimentos

A partir dos ritmos indicados para a cantiga “Borboletinha”, peça aos alunos que realizem movimentos e passos diferentes daqueles já realizados. Sugestões:

- a) Para o *rap*, você pode propor saltos, giros, movimentos no plano baixo, palmas etc.
- b) Para o forró, proponha passinhos para um lado e para o outro (“dois pra lá, dois pra cá”).
- c) Para o samba, incentive a realização, em duplas, de passos desse gênero musical.

Reforce a importância de realizar os passos (movimentos) no mesmo ritmo da música.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Faça os movimentos com os alunos para facilitar o aprendizado dos ritmos, além de estimulá-los a criar outros e a se expressarem em cada um deles.

4. Apresentação para os colegas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Criar uma coreografia simples e curta. Organizar uma apresentação na escola com uma das brincadeiras cantadas praticadas nesta unidade temática.

Procedimentos

Escolha com os alunos um dos ritmos explorados nas brincadeiras cantadas. Oriente-os a ensaiar o ritmo escolhido para aprimorar os movimentos. Depois que todos estiverem bem preparados, incentive-os a criar outras variações.

Confeccione com eles fantasias e adereços que possam ser utilizados na apresentação, tornando-a ainda mais interessante.

Escolha com a turma dia, horário e local para a apresentação da coreografia (pode ser no início ou no fim do recreio, na hora da saída para casa, no intervalo entre duas aulas ou outra possibilidade).

Dicas

Caso os alunos sintam dificuldade de passar de um ritmo para outro, desenvolva as atividades de forma mais lenta, sem pressioná-los. Propicie o tempo necessário para que eles vivenciem cada desafio e possam aprender com as limitações encontradas ao longo do percurso.

Para a criação e apresentação da coreografia, dê preferência ao ritmo que eles tiveram mais facilidade de aprender. Além disso, a fim de promover uma aproximação com a expressão artística, convide o professor da turma para auxiliar nessa proposta. Juntos, vocês podem ampliá-la e integrar elementos da cultura corporal e da Arte, como a exploração de figurinos.

Estimule a parceria e a colaboração de todos para que o objetivo coletivo seja alcançado.

5. O jipe da Frida

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a letra da cantiga da brincadeira “O jipe da Frida”. Experimentar alguns gestos criados para a brincadeira. Acompanhar o ritmo da música com movimentos corporais.

Procedimentos

Crie, em conjunto com a turma, uma melodia para acompanhar a cantiga. Vocês podem se inspirar em outras já existentes.

O jipe da Frida fez um furo no pneu
O jipe da Frida fez um furo no pneu
O jipe da Frida fez um furo no pneu
Colamos com chicletes.

Adaptado da tradição popular.

Em círculo, os alunos devem cantar a música e executar gestos sugeridos pela letra. Veja as sugestões a seguir.

Sugestões

A cada repetição da cantiga, os alunos precisam omitir uma palavra-chave e realizar apenas o movimento correspondente a ela. Por exemplo: “O (movimento que simula um jipe) da Frida fez um furo no pneu” (em vez de cantarem a palavra “jipe”, os alunos a substituem pelo movimento que representa o carro). Continue substituindo as seguintes palavras-chave por movimentos: “Frida”, “furo”, “pneu”, “colamos”, “chicletes”.

Na última passagem da cantiga, prevalecerá uma sequência de movimentos em meio à pronúncia de algumas palavras (“O”, “da”, “fez um”, “no”, “com”).

Possibilidades de movimentos:



Enquanto os alunos cantam “jipe”, peça a eles que estiquem os braços para a frente, com as mãos fechadas, simulando dirigir um carro. Eles devem mexer um dos braços ligeiramente para cima e o outro, para baixo (e vice-versa).

Quando chegarem em “Frida”, é o momento de executar uma palma.



Sugira a substituição da palavra “furo” pelo movimento de soprar com a boca, imitando a saída de ar de um pneu furado.

Para representar o “pneu”, os alunos devem ficar com os braços dobrados na altura do peito e com as mãos fechadas. Eles devem girar um braço sobre o outro para representar um pneu rodando.



Para a palavra “colamos”, uma boa opção é pedir aos alunos que encostem os dedos fechados de uma das mãos na palma aberta da outra mão, simulando uma colagem.



A palavra “chicletes” deve ser representada com os dedos fechados de uma das mãos encostando nos lábios, como se os alunos estivessem retirando algo da boca.

Se considerar oportuno, solicite aos alunos que criem novos gestos em substituição às palavras-chave, ou seja, que eles explorem, em grupo, outras possibilidades de movimento.

Outra possibilidade seria trocar o nome “Frida” pelo nome dos alunos da turma, de forma que cada um poderia escolher o gesto que seria realizado quando chegasse a sua vez.

Construção de valores

1. Deficiência visual

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Estimular os alunos a ficar mais atentos ao ritmo. Sensibilizá-los para a questão da deficiência visual.

Materiais: vendas para os olhos e corda de pular

Procedimentos

Disponha os alunos em roda e distribua vendas para a metade do grupo.

Aqueles que estiverem sem vendas devem bater quatro palmas em um ritmo combinado previamente. Exemplo: quatro palmas aceleradas. Esse grupo é que vai determinar o ritmo das palmas.

Os que colocaram as vendas precisam repetir os ritmos propostos. É importante que todos os alunos vendados tentem bater palmas juntos e que você os oriente para que sejam bem-sucedidos.

Caso seja necessário, sugira algumas sequências para serem executadas pelo grupo que estiver sem as vendas, como a batida de duas palmas aceleradas seguida por duas lentas; de uma palma lenta e três aceleradas. Aumente gradativamente o número de palmas até chegar a seis. Apesar de suas sugestões, incentive a autonomia do grupo na escolha das variações dos ritmos das palmas.

Ao final, inverta os grupos.

Discussão

Compare as experiências dos alunos. Como foi ficar sem a visão? Foi difícil acompanhar o ritmo dispondo apenas da audição?

Espera-se que os alunos concluam que, sem a visão, eles precisam se concentrar mais na audição na tentativa de reproduzir os ritmos. Explique ao grupo que o nosso organismo está habituado a receber informações por meio de diferentes sentidos (tato, visão, olfato, paladar e audição). Por isso, sentimos dificuldade em realizar a atividade proposta com a visão coberta, mesmo sendo a audição o sentido que usamos para captar sons. Essa limitação torna a experiência dos alunos rica do ponto de vista sensorial.

A adaptação do organismo permite que pessoas privadas da visão desenvolvam mais outros sentidos, pois o cérebro procura maneiras diversas de nos oferecer as informações de que precisamos. Logo, podemos afirmar que deficientes visuais também podem participar dessa atividade, explorando múltiplos ritmos e realizando sua reprodução.

3. Deficiência intelectual

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

As deficiências intelectuais possuem diferentes graus e diagnósticos, portanto é difícil sugerir adaptações quando não há informações específicas sobre cada caso.

Por se tratar da ocorrência genética mais comum no mundo (um caso a cada 700 nascimentos), é provável que muitos professores tenham alunos com síndrome de Down em suas aulas e, certamente, essa experiência será enriquecedora tanto do ponto de vista profissional quanto humano.

A síndrome de Down é uma alteração genética que se caracteriza pela presença de 47 cromossomos em vez de 46. Essa alteração interfere no desenvolvimento do indivíduo, determinando algumas características físicas e cognitivas.

Embora os alunos com essa síndrome apresentem deficiências intelectuais e de aprendizado, eles conseguem estabelecer boa comunicação com os demais colegas e com os professores, o que facilita o seu processo de socialização. Quanto mais estimulados desde a infância, melhor a sua capacidade de aprender e de interagir.

Portanto, os alunos com síndrome de Down podem ter um bom desenvolvimento intelectual e atuar com certa autonomia nas atividades propostas. Caso eles apresentem dificuldades em realizar determinada atividade sozinhos, peça a alguns alunos que os acompanhem durante as brincadeiras.

Para saber mais

- VERDERI, E. *Dança na escola: uma proposta pedagógica*. São Paulo: Phorte, 2009.

Esse livro traz textos, orientações e atividades que podem ser desenvolvidas com os alunos. Faça também bom uso do CD que o acompanha; ele contém músicas que podem ser utilizadas em suas aulas.

Avaliação e Registro

1. Peça aos alunos que façam um desenho para registrar o que eles aprenderam nas aulas. Oriente-os a usar lápis de cor para pintar o que mais gostaram.
2. Incentive os alunos a lhe dizer o que aprenderam nas aulas de dança. Procure saber o que foi mais difícil fazer e por quê.
3. Escreva na lousa a letra da cantiga "Corre cutia". Os alunos devem copiar a letra em uma folha e fazer o desenho das palavras que estiverem faltando.

Corre cutia na _____ da tia.

Corre cipó na casa da vó.

Lencinho na _____ caiu no chão.

Moça bonita do meu _____.

É um, é dois, é três!

Quem olhar é freguês, freguês.

Apaga a luz de uma vez!

1^o
ANO

Ginásticas

TEMA

1

Ginástica geral: deslocamentos e equilíbrios

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Experimentar e identificar os elementos básicos da ginástica.• Executar combinações entre os elementos básicos da ginástica de forma individual e coletiva.• Realizar uma pequena coreografia utilizando os elementos básicos da ginástica.• Identificar os limites do corpo.• Respeitar as diferenças individuais.
Habilidades da BNCC	EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09 e EF12EF10
Número de aulas	10
Materiais	Bambolês, giz (ou pedaço de madeira), colchonetes e cadeiras.
Sequência de atividades	Converse com os alunos sobre o que entendem por ginástica. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Observe a participação dos alunos na construção e execução de uma pequena composição coreográfica utilizando combinações dos elementos básicos da ginástica.

Para começar

Forme uma roda de conversa com os alunos e deixe que falem livremente o que entendem por ginástica, instigue-os a dizer qualquer tipo que conheçam. Pergunte se têm pessoas na família que fazem ginástica, em quais locais eles viram algum tipo de ginástica, se já viram pela televisão ou se praticam em algum lugar fora da escola. Possivelmente, irão aparecer nomes das ginásticas de competição ou de ginásticas de condicionamento físico.

As ginásticas esportivas em si não serão o foco das aulas porque fazem parte do eixo Esportes, mais especificamente da categoria dos esportes técnico-combinatórios. Seus elementos básicos e fundamentos, porém, fazem parte do desenvolvimento da ginástica geral.

Após esse momento inicial, diga aos alunos que eles irão conhecer a ginástica geral, modalidade não competitiva que se utiliza de todos os movimentos possíveis que podem ser realizados com o corpo, com ou sem materiais.

Para isso é preciso conhecer os elementos básicos das ginásticas; no caso deste tema, deslocamentos e equilíbrios.

Converse com os alunos sobre o que eles entendem por deslocamentos e equilíbrios. Incentive-os a citar exemplos do dia a dia que retratam esses dois termos.

Caso eles tenham dificuldade em citar exemplos, pergunte-lhes o que precisam fazer para ir à escola. (*Possibilidades de respostas*: sair de casa, andar e pegar o ônibus escolar.) Associe as respostas com deslocamentos (sair de casa, andar e pegar o ônibus) e equilíbrios (apoiar um pé e subir no degrau do ônibus). Além desses, você pode ajudá-los a se lembrar também dos deslocamentos e equilíbrios que executam dentro de um ambiente.

Procure saber quais deslocamentos eles acham mais difíceis: andar de frente, de costas ou de lado? É mais fácil equilibrar-se com o pé direito no chão e o esquerdo levantado ou vice-versa? Faz diferença levantar um dos pés para a frente ou para trás na busca por equilíbrio?

Análise e Compreensão

O que é a ginástica geral?

A ginástica é um elemento da cultura corporal que envolve a prática de uma série de movimentos, principalmente os que fazem parte de todos os tipos de ginásticas.

A ginástica geral é uma modalidade reconhecida pela FIG (Federação Internacional de Ginástica), porém com características bem diferentes das outras modalidades regidas por essa entidade. Primeiro, porque não é uma modalidade competitiva. Seu intuito é somente de demonstração, tem como objetivo principal a socialização e a integração entre as pessoas, tem caráter lúdico, não há uma padronização de regras e movimentos e estimula o uso da criatividade constantemente na solução de desafios individuais e coletivos.

A sua construção se dá por meio do conhecimento e das vivências de diversos tipos de ginásticas, sejam elas competitivas, de condicionamento físico ou conscientização corporal. Utiliza-se, também, das artes plásticas, das danças, do teatro e do circo; ou seja, a ginástica geral permite criar interfaces com as mais diversas manifestações corporais que possibilitem a realização de uma coreografia coletiva, tematizada e criativa.

Os elementos básicos da ginástica

Os elementos básicos da ginástica (deslocamentos, equilíbrios, saltos, giros, rotações e acrobacias) são constituídos de movimentos que podem ser utilizados em vários tipos de ginástica, de acordo com as especificidades de cada modalidade. Na ginástica geral, porém, todos esses elementos podem se misturar e se transformar em construções únicas daquele momento e grupo.

De acordo com a BNCC, do 1º ao 5º ano não há necessidade de se restringir a um tipo de ginástica. Assim, os elementos básicos constituem um alicerce para o aprimoramento e a formação de uma base de movimentos comuns às ginásticas e à ginástica geral.

No 1º ano é importante utilizar-se dos elementos básicos, os quais permitem que os alunos explorem um grande número de possibilidades de combinações para a ampliação do repertório motor.

Os deslocamentos são os elementos corporais mais simples (pequenas corridas realizadas para a frente, para trás ou para os lados, que podem ser feitas com ou sem cruzamento das pernas e orientadas pelos mais variados ritmos).

Os equilíbrios podem ser estáticos, quando os alunos ficam parados em determinado local, ou dinâmicos, quando eles estão em movimento.

As combinações dos deslocamentos e dos equilíbrios (que podem ser feitas com ou sem o uso de aparelhos) possibilitam o desenvolvimento da consciência corporal, permitindo que os alunos percebam e compreendam os movimentos específicos de cada modalidade da ginástica. Incentive a construção e a criação individual das combinações dos elementos básicos, que em outro momento podem ser utilizadas nas diversas modalidades da ginástica.

Experimentação e Fruição

1. Coelho na toca

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Realizar deslocamentos de diferentes formas e em variadas direções.

Materiais: bambolês e giz ou pedaço de madeira

Procedimentos

Utilize bambolês ou desenhe círculos no chão. Cada bambolê (ou círculo) representa tocas de coelhos, e cada uma delas deve ser ocupada por um aluno, enquanto outro fica de fora. Quando os alunos ouvirem o comando “Coelho na toca”, os que estão dentro dos bambolês devem trocar de toca livremente. O aluno que estiver sem toca deve tentar entrar na que estiver vazia.

É possível também realizar essa atividade na terra. Nesse caso, use um pedaço de madeira ou outro material que lhe permita demarcar as tocas.



Depois de determinado tempo, introduza variações nas formas de deslocamentos, como andar ou correr (de frente, de costas e de lado), saltitar com um dos pés ou com os dois, equilibrar-se com um dos pés ou com um pé e uma mão no chão.

2. Pega-pega (com comandos)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Praticar variações dos deslocamentos.

Material: giz

Procedimentos

Os deslocamentos podem ser realizados por meio de um pega-pega com comandos específicos.

Um aluno será o pegador, e os demais, os fugitivos. Quem for pego será o pegador da vez. Os alunos combinam as regras antes de iniciar a brincadeira, decidindo o número de pegadores. Quem ficar parado também pode ser pego.

Depois de determinado tempo, introduza comandos que impeçam os alunos de serem pegos, como andar de costas, andar e correr de lado, andar e correr cruzando as pernas, andar e correr nas linhas de demarcação da quadra ou desenhadas com giz.

Estimule-os a trocar de direção: para a frente, para trás, para o lado, bem como a realizar deslocamentos em ritmos diferentes: rápido, lento, moderado.

3. Pega-pega avião

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Praticar a posição de equilíbrio conhecida como “avião”.

Material: bambolês

Procedimentos

Distribua os bambolês pelo espaço destinado à atividade. Cada aluno deve ocupar um bambolê, enquanto outros dois alunos ficam de fora. Um desses dois será o pegador, e o outro, o fugitivo. Se o pegador encostar a mão no fugitivo, invertem-se as posições.

O fugitivo terá de correr para não ser pego. No entanto, ele também pode se salvar entrando em um bambolê ocupado por um aluno que não estiver na posição do avião.

Nessa situação, o aluno que ocupava o bambolê passa a ser o fugitivo.

Os alunos podem descansar a perna, porém somente quando perceberem que o fugitivo não pretende entrar em seu bambolê.

Realize a brincadeira preferencialmente até que todos tenham saído do bambolê.



EDNEI MARX

Posição do avião.

4. Pega-pega vela

Objetivo: Praticar a posição de equilíbrio conhecida como “vela”.

Material: colchonetes

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Procedimentos

Distribua os colchonetes no local em que será realizada a atividade. Solicite aos alunos que se sentem na extremidade dos colchonetes e não deixem nenhuma parte do seu corpo encostar no chão. Em seguida, peça que se deitem de costas, coloquem as mãos no quadril de modo que os cotovelos fiquem apoiados no colchonete e levantem ao mesmo tempo as costas e as pernas, que devem permanecer unidas e esticadas nesse procedimento.

Realizar a mesma dinâmica do pega-pega avião.



Posição da vela.

5. Imitação de animais

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Imitar e realizar deslocamentos semelhantes aos dos animais. Executar deslocamentos que necessitam de equilíbrio.

Procedimentos

Solicite a cada aluno que escolha um animal e não o revele a ninguém. Em seguida, todos devem imitar o modo como o animal escolhido se desloca. Espera-se que na imitação de um sapo, por exemplo, os alunos pulem com o apoio das mãos no chão. No caso de um canguru, eles podem saltar com os pés unidos. É bem provável que os alunos rastejem ao imitarem o deslocamento de uma cobra.

Na sequência da brincadeira, peça a eles que formem duplas.

Enquanto uma das duplas escolhe um animal e imita seus movimentos de deslocamento, a outra tenta identificá-lo. Uma vez descoberto, é a vez de a dupla que fez a identificação representar o movimento de outro animal.

Realize esse procedimento também com trios e quartetos para que todos possam vivenciar diversos animais.

Discussão

Converse com os alunos sobre as atividades: “Foi fácil ou difícil ficar na posição do avião? E da vela? Por quê?”, “Para realizar um equilíbrio, é preciso fazer algum esforço físico?”, “O ‘avião’ é um equilíbrio que se faz parado ou em movimento? Por quê?”, “A ‘vela’ é um equilíbrio que se faz parado ou em movimento?”.

Incentive os alunos a expressar suas opiniões sobre os equilíbrios e, principalmente, a relatar as diferenças entre eles. O avião, por exemplo, é um equilíbrio feito em pé, e a vela, um equilíbrio deitado. Além disso, também há diferença nos grupos musculares que têm função mais efetiva: os do abdômen e das costas, na vela, e os dos glúteos e das pernas, no avião.

Questione os alunos sobre as imitações dos deslocamentos de animais: “O macaco se desloca da mesma forma que a girafa?”, “Quem se desloca mais rapidamente: a tartaruga ou o coelho?”, “E como o coelho se desloca?”, “O leão se desloca correndo ou andando? Ou das duas maneiras?”.

Oriente os alunos a praticar os deslocamentos e equilíbrios realizados durante a aula em casa. Por exemplo: andar de costas da sala para a cozinha, fazer um avião no corredor.

Construção de valores

1. Brincadeira do espelho

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Utilizar e praticar estratégias de execução de diferentes elementos básicos da ginástica.

Procedimentos

Organize os alunos em duplas. Oriente-os a ficar em pé, um de frente para o outro. Um dos alunos será o espelho, e o outro, o que vai realizar os movimentos que devem ser imitados pelo aluno que representa o espelho.

Depois de um tempo, invertem-se os papéis. Converse sobre a importância de realizarem movimentos que não coloquem em risco a integridade física dele e a do colega. Posições complexas ou que exigem queda podem ser perigosas.



EDNEI MARX

Discussão

Em roda, converse com os alunos sobre a atividade e as dificuldades encontradas para realizar o mesmo movimento do colega: “Você conseguiu fazer movimentos iguais aos do colega?”, “Foi fácil ou difícil acompanhar os movimentos dele? Por quê?”.

Com a inversão de papéis, eles são estimulados a experimentar novos movimentos.

2. Brincadeira do espelho sentado

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Identificar os limites do corpo. Respeitar as diferenças individuais.

Material: cadeiras

Procedimentos

Depois da realização da atividade anterior (“Brincadeira do espelho”), coloque algumas duplas sentadas em cadeiras, que devem ser dispostas uma de frente para a outra.

Os procedimentos são os mesmos da atividade anterior. Um dos alunos é o espelho, e o outro, o que vai fazer os movimentos.

Discussão

Ao final da brincadeira, converse com os alunos: “Como foi a sensação de realizar a atividade sentado? Por quê?”, “Houve limitação dos movimentos ou dificuldade em realizá-los?”.

Refleta com eles sobre as pessoas que dependem de cadeira de rodas ou de muletas para se locomover: “Quais dificuldades são enfrentadas por um cadeirante?”.

Estimule os alunos a refletir sobre a acessibilidade no bairro e na rua onde moram: “As calçadas do bairro possuem rampas que favorecem a locomoção de cadeirantes?”, “Há ônibus adaptados para transportá-los?”, “O que poderia ser feito para melhorar a acessibilidade dos cadeirantes no bairro e na escola?” (*Possibilidades de respostas*: tapar buracos, retirar entulhos das calçadas, construir mais rampas nas calçadas, na escola e em construções que só contam com escadas etc.). Comente que faz parte dos direitos humanos a liberdade de locomoção. Por isso, identificar falhas de acessibilidade e buscar soluções colabora para que esse direito seja garantido aos cadeirantes e a todas as pessoas que têm dificuldades de locomoção nos espaços públicos.

Destaque a importância da participação dos alunos e da adaptação das atividades para que todos possam aprender e fazer parte do grupo.

Avaliação e Registro

Selecione uma música adequada à faixa etária ou peça aos alunos que escolham uma de que gostem.

Em seguida, solicite que cantem a música ou utilize aparelho de som para reproduzi-la.

Após esse contato com a música, peça aos alunos que se lembrem dos elementos básicos vivenciados, deslocamentos e equilíbrios, e, para cada frase da música, encaixem um desses movimentos.

Por exemplo:

Marinheiro só

Ô marinheiro, marinheiro [deslocamentos para a frente, pulando em um pé só]

Marinheiro só [fazer o equilíbrio do avião]

Quem te ensinou a navegar? [deslocamentos andando de costas]

Marinheiro só [fazer o equilíbrio da vela]

Ou foi o tombo do navio [deslocamentos laterais, cruzando as pernas]

Marinheiro só [fazer o equilíbrio do avião segurando a mão de um colega]

Ou foi o balanço do mar [deslocamentos para a frente, com passos bem curtos]

Marinheiro só [realizar uma pose e “virar” estátua]

Da tradição popular.

Repita a coreografia algumas vezes e depois peça aos alunos que façam sugestões e modifiquem a coreografia mudando os elementos básicos durante a vivência.

Ao final, faça uma apresentação em pequenos grupos e observe se os alunos realizam os elementos básicos de acordo com os combinados.

Lembre-se: a ginástica geral tem como foco a interação e a participação de todos.

Para saber mais

- GAIO, R.; ALMEIDA, C.; SIMÕES, R.; BELO, A. Z.; PASCOAL, M.; MOREIRA, W. *Ginástica e dança: no ritmo da escola*. Jundiaí: Fontoura, 2010.

O livro apresenta propostas de atividades e brincadeiras que podem ser utilizadas na aprendizagem dos elementos corporais da ginástica.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Compreender que as acrobacias fazem parte dos elementos básicos da ginástica.• Identificar e experimentar as acrobacias básicas da ginástica; o rolamento para a frente e para trás e a roda.
Habilidades da BNCC	EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09 e EF12EF10
Número de aulas	10
Materiais	Colchonetes, colchões (ou tatames de EVA), banco sueco (ou tampa de plinto), cadeiras, cones, cordas e materiais recicláveis (garrafas plásticas, baldes, tampas, pneus etc.).
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos o que eles conhecem sobre as acrobacias e se já praticaram alguma. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Realize uma exposição com os registros dos alunos por meio de imagens e fotos e organize uma roda de discussão para reconhecerem os elementos básicos da ginástica.

Para começar

Nessa conversa inicial, procure saber o que os alunos conhecem sobre as acrobacias.

Há movimentos acrobáticos que são identificados por outros nomes na linguagem popular. Os rolamentos, por exemplo, são muitas vezes conhecidos como “cambalhotas”, e a roda no solo, como “estrela”.

Pergunte se alguém já praticou essas acrobacias. Se sim, onde? Por quê? Se houver respostas positivas, solicite aos alunos que falem sobre suas experiências com esses movimentos.

Caso não tenha exemplos, relacione a presença das acrobacias em várias manifestações da cultura corporal de movimento, como nas ginásticas de competição, no circo, nas lutas, nas danças, nos jogos e brincadeiras etc. Por exemplo: o “aú” da capoeira, o rolamento do judô, os “mortais” dos atores do circo, os ginastas em competição, entre muitas outras possibilidades.

Oriente os alunos sobre os elementos básicos da ginástica, no caso as acrobacias que eles vão realizar: os rolamentos para a frente e para trás e a roda.

Análise e Compreensão**As acrobacias**

As acrobacias estão presentes nas práticas corporais desde os primórdios da humanidade, sempre como um desafio na arte de dominar o corpo das mais variadas formas.

Um dos exercícios mais praticados nas apresentações públicas na Grécia Antiga era o salto acrobático (*kybistema*). Essa exibição consistia na execução de um salto sobre um touro, animal considerado perigoso. O saltador apoiava as mãos nos chifres desse animal, que,

enraivecido, o lançava com força para cima, o que lhe permitia ganhar altura suficiente para realizar um salto chamado “mortal” e aterrissar em pé no dorso do touro.

Exercícios acrobáticos também eram realizados na China Antiga, na Mongólia, em Roma e em diversas culturas do mundo, seja em rituais religiosos, seja em festejos. Sua prática estava voltada até mesmo para a preparação física de soldados.

Na Idade Média, a acrobacia era desenvolvida por artistas em apresentações realizadas nos palácios e nas ruas, cuja finalidade era a diversão de reis, senhores feudais e servos.

No século XIX, após a transformação e a sistematização das práticas corporais por meio dos métodos ginásticos europeus, principalmente na Alemanha, Suécia e França, a ginástica teve uma grande aceitação, passando a ser amplamente disseminada em vários países. As diversas correntes da ginástica foram aperfeiçoadas e, aos poucos, ganharam mais independência, assumindo características e peculiaridades distintas entre si.

Os países que compartilhavam das mesmas concepções começaram a desenvolver os métodos de forma conjunta, e essas ações ficaram conhecidas como “os grandes movimentos”, os quais ocorreram em três regiões da Europa: o Movimento do Centro (Alemanha, Suíça e Áustria), o do Norte (países nórdicos) e o do Oeste (países do Oeste europeu).

Acredita-se que esses movimentos foram responsáveis pelo aparecimento das ginásticas. Em 1939, iniciou-se o período chamado de “influências recíprocas e universalização dos conceitos”, momento em que o conhecimento desenvolvido em cada escola foi confrontado e seus conceitos passaram a ser universalizados, propiciando um processo de integração entre os métodos.

Atualmente, os diferentes tipos de ginástica utilizam diversas formas de acrobacias. Algumas delas são comuns e outras apresentam maior grau de dificuldade e exigem mais treinamento, sendo específicas de determinada modalidade.

Segurança

É importante enfatizar que a acrobacia, principalmente na fase de aprendizagem, requer muita atenção com a segurança dos alunos.

É provável que eles peçam ajuda ou mesmo tenham certo receio ou medo de praticá-las. Explique que esse temor é normal e que costuma ser superado com a prática da atividade.

Tome as seguintes precauções para garantir a segurança dos alunos na execução dos movimentos:

- a) Realize os rolamentos sobre colchonetes, colchões ou tatames de EVA (combinação das substâncias **E**til, **V**inil e **A**cetato que formam um material parecido com a borracha).
- b) Determine uma direção na realização dos movimentos para os alunos não trombarem uns com os outros durante as aulas.
- c) No início, auxilie individualmente cada aluno com o apoio das mãos na cabeça e nas costas.
- d) Oriente-os a não realizar as acrobacias em qualquer lugar, como ruas e parques, pois estarão mais sujeitos a lesões e/ou fraturas.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Experimentação e Fruição

1. Rolamentos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

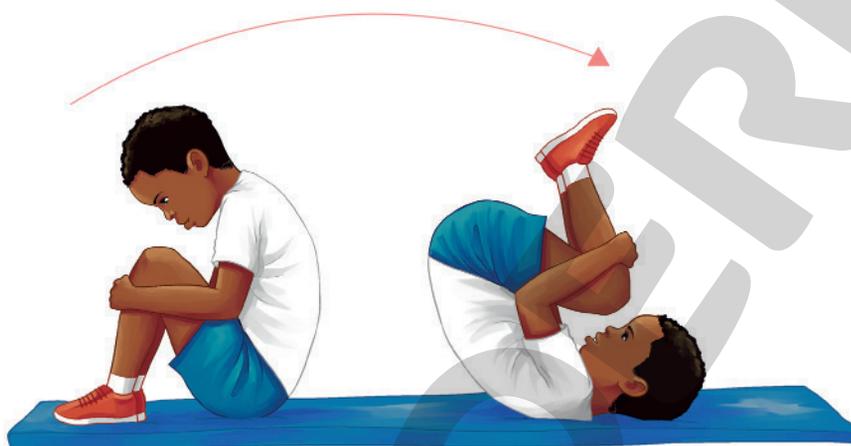
Objetivos: Conhecer e praticar o rolamento para a frente e para trás.

Materiais: colchonetes e colchões ou tatames de EVA

Procedimentos

Organize cantos ou fileiras com colchões, colchonetes ou tatames de EVA. Depois, apresente os movimentos preparatórios para a realização dos rolamentos.

Inicialmente, solicite aos alunos que sentem no colchonete, dobrem os joelhos, abracem as pernas e realizem um movimento chamado “rolinho”.



Em um segundo momento, desenvolva uma atividade de rolamento lateral, determinando alguns comandos.

Rolar:

- deitados e com os braços próximos ao corpo;
- com os braços afastados do corpo;
- com as pernas flexionadas;
- com as pernas afastadas;
- em cima dos companheiros deitados em decúbito ventral.

Especialmente no item **e**, chame a atenção para a importância do cuidado com a integridade física de todos nessa atividade. Os cotovelos e os joelhos, se flexionados, podem machucar os colegas. É mais seguro que o rolamento seja feito com braços e pernas estendidos.



Decúbito ventral.

Os acíves e declives auxiliám bastante nos rolamentos tanto para trás quanto para a frente.

Peça aos alunos que construam uma pequena rampa feita com colchonetes e rolem nela para cima e para baixo (figura A). A criação de um desnível entre os colchonetes também favorece a realização dessa acrobacia (figura B).

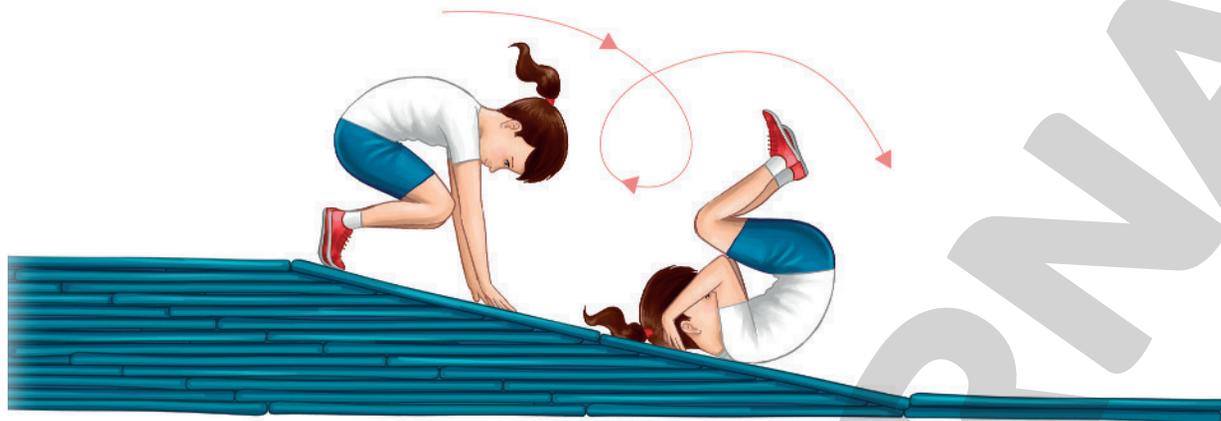


Figura A.

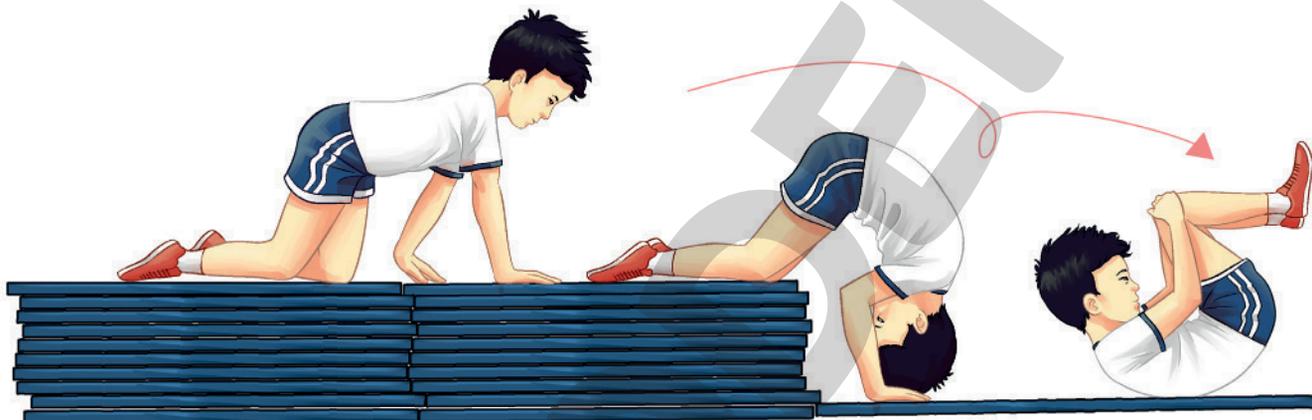


Figura B.

Para fazer a acrobacia a seguir, peça aos alunos que fiquem em quadrupedia (com os pés, os joelhos e as mãos no colchonete). Uma vez posicionados, eles devem elevar o quadril, apoiar o queixo no peito e impulsionar o corpo para a frente até sentirem a coluna encostar no colchonete, completando o rolamento sentados e com os braços esticados para cima.



Alguns alunos podem ficar com medo ou receio de realizar o rolamento, muitas vezes devido à falta de vivência do corpo em posições de inversão (cabeça para baixo). O importante é não forçá-los e facilitar os movimentos com apoios e auxílio individual.

Ao propor a realização de acrobacias em duplas, peça a um aluno que ajude o outro. Estender a mão a quem realizou a acrobacia para ajudá-lo a se levantar é uma forma de colaboração. Os alunos que tiverem mais dificuldade devem contar com o seu apoio individual.



Discussão

Após as vivências, converse com os alunos: “O que vocês sentiram ao realizar as acrobacias?”, “Esses movimentos básicos foram fáceis ou difíceis de realizar? Por quê?”, “Do que vocês mais gostaram e do que menos gostaram?”, “Quem conseguiu rolar e ficar em pé sem ajuda? E com ajuda?”, “Qual é a posição do corpo durante o ‘rolinho’?” (*Resposta esperada*: os alunos devem ficar sentados (no colchonete), dobrar os joelhos e abraçar as pernas.).

Incentive os alunos a verbalizar suas experiências. A aprendizagem não ocorre em apenas um momento e, por isso, requer repetições. Portanto, encoraje sempre os que ainda não conseguiram realizar o rolamento.

2. Roda

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Aprender a realizar a roda.

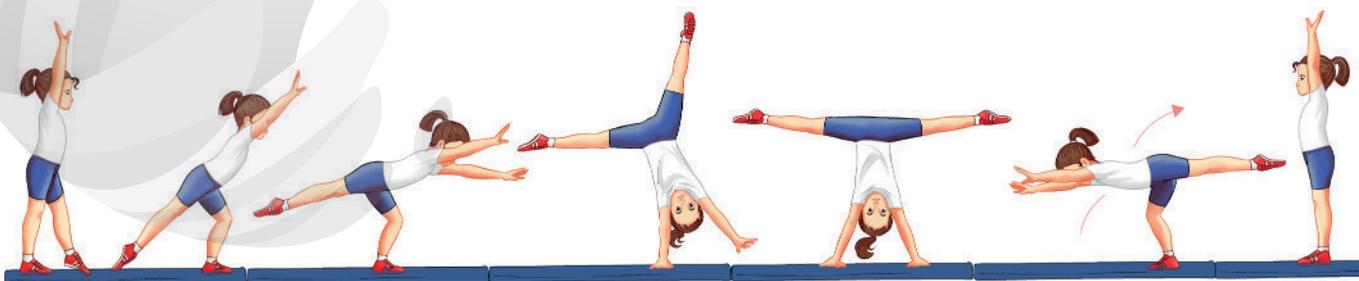
Material: banco sueco (comprido e geralmente feito de madeira), ou tampa de plinto (aparelho de ginástica em forma piramidal, com graduação de altura), ou colchões velhos enrolados e colchonetes

Procedimentos

A roda é popularmente similar à “estrela” (no circo) e também conhecida como “aú” (na capoeira). É provável que muitos conheçam esse movimento ou já o tenham praticado em outra situação.

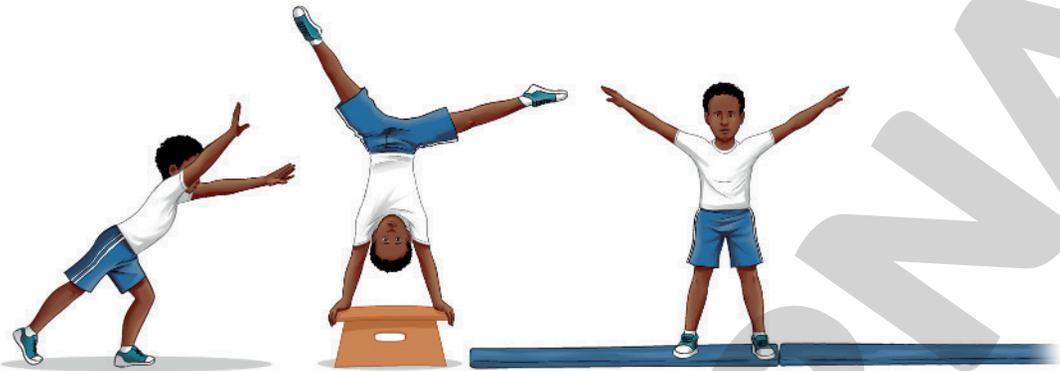
Aproveite esse conhecimento para iniciar a aprendizagem. Os alunos que conhecem o movimento podem demonstrá-lo ou auxiliar o colega dando-lhe dicas e fazendo observações.

A roda é realizada com o apoio alternado das mãos e, em seguida, dos pés.



ILUSTRAÇÕES: EDNEI MARX

Coloque um obstáculo próximo aos colchonetes (banco sueco, tampa do plinto ou os colchões amarrados) para que os alunos apoiem as mãos nele e passem os pés alternadamente para o outro lado. Os colchonetes devem ficar do lado oposto ao do início do movimento.



Oriente os alunos a passar pelo obstáculo com as pernas cada vez mais altas (esticadas).

Caso seja necessário, auxilie-os na realização desse movimento colocando suas mãos na cintura deles. Essa atividade requer força para manter os braços estendidos e projetar o tronco na posição invertida. Por isso, auxiliar os alunos segurando-os pela cintura pode prevenir quedas e torções.



Faça uma linha no chão. Os alunos devem tentar apoiar as mãos alternadamente e os pés sobre essa linha.

Esse movimento também pode ser realizado com o seu auxílio.



3. Construção de obstáculos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Construir com os alunos um caminho com obstáculos, intercalando rolamentos e deslocamentos.

Materiais: utilizar os materiais disponíveis na escola ou recicláveis que os alunos podem trazer de casa, como garrafas plásticas, baldes, tampas, pneus etc.; colchões, colchonetes, cadeiras, cones e cordas

Procedimentos

Entre as muitas possibilidades de circuito, pode-se pedir aos alunos que o construam com diversos tipos de material, por exemplo. Independentemente do trajeto, incentive-os a andar em zigue-zague em determinado ponto, a realizar um rolamento no colchão ou no colchonete, a pular uma corda, a fazer outro tipo de rolamento no tatame, a dar a volta no cone, a rolar embaixo de uma corda suspensa a determinada altura do chão e a retornar para o seu lugar (ou ao local de partida).

Essa atividade também pode ser realizada na forma de estafetas (feita em grupo de modo competitivo ou colaborativo).

O importante é que os alunos sejam os autores desse circuito de obstáculos.

Para saber mais

- BROCHADO, F. A.; BROCHADO, M. M. V. *Fundamentos de ginástica artística e de trampolins*. São Paulo: Guanabara Koogan, 2005.

Nesse livro, é possível encontrar imagens de várias situações para a aprendizagem dos rolamentos e da roda.

Avaliação e Registro

1. Os conteúdos de cada tema podem ser registrados por meio de desenhos, imagens utilizadas nas aulas ou mesmo fotos dos alunos feitas durante a experimentação.
2. Construa um varal na sala de aula e utilize pregadores para fixar desenhos ou fotos conforme o andamento das aulas.
3. Ao final (ou mesmo no início) de cada aula, organize uma roda de discussão sobre o que os alunos reconhecem nas imagens do varal, quais são os objetos do conhecimento desenvolvidos nas atividades, o que eles se lembram das aulas anteriores e o que realizaram fora da escola. Se possível, prepare um quadro de anotações individuais e coletivas para poder avaliar o conhecimento adquirido.

1^o ANO

Esportes

TEMA

1

No mundo dos esportes

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Diferenciar o esporte de outras práticas corporais.• Conhecer a diversidade das modalidades esportivas.• Perceber que há uma grande variedade de modalidades esportivas, praticadas em diferentes espaços físicos por meio da utilização de materiais diversos.• Entender que pode haver representação individual ou coletiva de clubes (equipes) e países.• Experimentar e vivenciar o futebol em campo reduzido.• Visualizar, por meio de imagens, modalidades esportivas paralímpicas.
Habilidades da BNCC	EF12EF05 e EF12EF06
Número de aulas	10
Materiais	Revistas, jornais, tesoura com pontas arredondadas, cola branca escolar atóxica, cartolina, bolas, cones e giz (ou corda).
Sequência de atividades	Peça aos alunos que, por meio de imagens, identifiquem características de distintas modalidades esportivas. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Observe o compartilhamento de informações a respeito do tema abordado por meio do registro em desenho e oralidade.

Para começar

Para que os alunos entendam a diversidade no esporte, aproveite esse contato inicial para questioná-los sobre as modalidades esportivas que conhecem, os diferentes locais em que elas podem ser praticadas, como quadras, campos, piscinas; os tipos de materiais utilizados, como bolas, discos, tacos, patins, raquetes; e se a prática da modalidade é individual ou coletiva, entre outras particularidades.

Leve para a aula fotografias relacionadas com várias modalidades esportivas (veja sugestões a seguir). Peça aos alunos que as observem e, em seguida, proponha alguns questionamentos: “Quais dos esportes mostrados nas fotografias vocês conhecem?”, “Eles são praticados em que locais (espaços físicos)?”, “Que materiais são utilizados pelos atletas?”, “Quais esportes têm apenas uma pessoa na equipe e quais têm mais pessoas?”, “Os jogadores utilizam alguma proteção para não se machucar?”.

Ao finalizar essa introdução, comente com os alunos sobre os esportes mostrados nas fotografias que eles desconhecem: informe-os sobre os locais em que são praticados, os materiais usados, se são esportes individuais ou coletivos e se exigem equipamentos de proteção.



KYODO NEWS/GETTY IMAGES

Beisebol. Jogo no estádio PayPay Dome em Fukuoka, Japão, 2020.



CRIS BOUPONCLE/AFP/GETTY IMAGES

Polo aquático. Brasil e Cuba em partida dos Jogos Pan-americanos de Lima, Peru, 2019.



LOIC VENANCE/AFP/GETTY IMAGES

Boxe. Francesas disputam título dos pesos-leves em Nantes, França, 2020.



PILAR OLIVARES/REUTERS/FOTOARENA

Voleibol de quadra. Brasil e Estados Unidos, nos Jogos Pan-americanos de Lima, Peru, 2019.



JORGE LUIS ALVAREZ PUPPO/EUROPE/GETTY IMAGES

Natação. A brasileira Natalia Almeida competindo nos 400 metros na Copa de Natação de Flandres, Bélgica, 2020.



NURPHOTO/GETTY IMAGES

Futsal. Amistoso entre Portugal e Brasil, Lisboa, 2019.

NURPHOTO/GETTY IMAGES



Rúgbi. Partida entre Itália e França, disputada a portas fechadas por conta da pandemia de Covid-19, Roma, 2021.

MANAN VATSYAYANA/AFP/GETTY IMAGES



Nado artístico. Equipe do Cazaquistão durante o Campeonato Mundial de Esportes Aquáticos, Gwangju, Coreia do Sul, 2019.

CLAUS FISHER/AFP/GETTY IMAGES



Badminton. Japonesas e alemãs durante partida de duplas no Danisa Denmark Open Badminton, Odense, Dinamarca, 2020.

Modalidade	Local	Equipamento	Individual ou coletivo	Segurança
Beisebol	Campo	Bola apropriada, taco, luvas e uniforme	Coletivo	Capacete
Polo aquático	Piscina	Bola apropriada, gorro e sunga (ou maiô)	Coletivo	Gorro
Boxe	Ringue	Luvas, uniforme e sapatilhas	Individual	Protetor bucal e de cabeça*
Voleibol de quadra	Quadra	Bola apropriada, uniforme e tênis	Coletivo	Joelheiras e tornozeleiras
Futsal	Quadra	Bola apropriada, uniforme e tênis	Coletivo	Joelheiras e cotoveleiras (goleiro), tornozeleiras e caneleiras (todos)
Natação	Piscina	Touca e óculos de natação e sunga (ou maiô)	Coletivo ou individual	Não tem
Badminton	Quadra	Bola apropriada (peteca), raquete, uniforme e tênis	Dupla ou individual	Não tem
Rúgbi	Campo	Bola apropriada, uniforme e chuteira	Coletivo	Tornozeleiras, ombreiras e protetor bucal
Nado artístico	Piscina	Touca de natação, maiô e clipe de nariz	Coletivo	Não tem

* Nos Jogos Olímpicos 2016, o uso do protetor de cabeça deixou de ser obrigatório no boxe masculino.

Análise e Compreensão

O esporte e sua diversidade

O esporte caracteriza-se por ser orientado pela comparação de determinado desempenho entre indivíduos ou grupos e é regido por um conjunto de regras institucionalizadas por organizações, como associações, federações e confederações desportivas, as quais são responsáveis pela definição das normas de disputa e promoção do desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição.

Por tratar-se de uma primeira aproximação conceitual dos alunos com o tema esporte, é importante demarcar de forma simplificada o que distingue o esporte das demais práticas corporais. Para tanto, uma abordagem que costuma ser bem-sucedida consiste em afirmar que, enquanto o esporte possui regras idênticas no mundo todo, outras atividades como as brincadeiras podem ser modificadas e praticadas de diferentes maneiras em cada localidade.

Essa prática corporal é tão valorizada pela sociedade a ponto de autores especializados em pedagogia do esporte a considerarem um fenômeno sociocultural.

Os alunos têm acesso ao esporte de diferentes maneiras: pela vivência da própria atividade esportiva; pela observação de outros indivíduos praticando determinadas modalidades em espaços públicos e/ou privados; por meio dos diversos canais de comunicação, como jornais impressos, televisão, internet; ou por influência de amigos. Entretanto, grande parte deles conhece um número reduzido de modalidades esportivas – geralmente as que estão em maior evidência na sociedade na qual o aluno está inserido. Essa maior evidência se deve a fatores históricos e culturais somados à maior divulgação que as modalidades mais populares recebem da mídia, principalmente a televisiva.

A prática regular de determinados esportes está relacionada com as condições climáticas de um país ou região, como é o caso de algumas modalidades que fazem parte dos Jogos Olímpicos de Inverno (biatlo, *bobsled*, combinado nórdico, esqui alpino, esqui *cross-country*, esqui estilo livre, *luge*, salto de esqui, *skeleton*, *snowboard*). Mesmo não havendo essa dependência do clima, muitas modalidades não são praticadas nas escolas por serem pouco conhecidas dos alunos e até mesmo dos professores.

Cabe ressaltar aqui que, embora você não seja obrigado a dominar todas as modalidades nem a incentivar a prática de um número exagerado nas aulas de Educação Física, é importante que os alunos conheçam essa diversidade. Algumas modalidades têm potencial para serem vivenciadas na escola e outras não, mas podem ser apresentadas a eles por meio de fotografias, vídeos e textos explicativos sobre regras, por exemplo.

Possibilitar que os alunos conheçam e, na medida do possível, vivenciem um amplo espectro de modalidades esportivas permite que eles reconheçam a pluralidade de práticas corporais que se enquadram no universo das práticas esportivas, fomentando sua apreciação crítica desse fenômeno. Ao mesmo tempo, essa prática pedagógica favorece a inclusão dos alunos, na medida em que a identificação e a experimentação de diferentes lógicas ou dinâmicas de esportes, como o futebol, o *badminton*, o boxe, o nado artístico e a natação, demandam diferentes habilidades e competências para serem praticados.

Obviamente, sobretudo em se tratando de alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental, essas práticas esportivas precisam ser adaptadas na forma de jogos simplificados

que representem esses esportes. Nesse sentido, é importante esclarecer para os alunos que essa prática é uma adaptação/representação daquele determinado esporte para torná-lo acessível a crianças e não o esporte em si.

Embora muitos alunos manifestem interesse por esportes coletivos com bola, como futebol, voleibol, basquetebol e handebol, é significativo o número dos que não têm experiências de sucesso e afinidade com esses esportes. Por isso, conhecer modalidades esportivas com outras lógicas, como atletismo, *badminton* ou golfe, pode proporcionar a eles experiências mais positivas e exitosas, além de oferecer maior possibilidade de inclusão.

Experimentação e Fruição

1. Recorte e colagem de figuras

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Diferenciar as práticas corporais que são consideradas esporte das que não são.

Materiais: revistas, jornais, tesoura com pontas arredondadas, cola branca escolar atóxica e cartolina

Procedimentos

Organize os alunos em grupos e entregue-lhes revistas e jornais. Peça a eles que localizem e recortem fotografias de modalidades esportivas. Em seguida, entregue uma cartolina a cada grupo para que colel nas as fotografias selecionadas. Antes dessa colagem, é importante que você verifique se as escolhas de cada grupo representam modalidades esportivas, pois os alunos dessa faixa etária podem ter dificuldade na identificação.

Discussão

Retome as questões abordadas em “Para começar”, reforçando estes aspectos: materiais utilizados em determinada prática esportiva, local em que o esporte é praticado, conhecimento prévio da modalidade.

Converse com os alunos sobre as fotografias escolhidas. Durante a conversa, retome algumas questões feitas no início da aula e acrescente outras, como: “Qual é o nome dessa modalidade?”, “O que o time (ou a pessoa que representa um time) precisa fazer para vencer?”, “Vocês já assistiram a esse esporte na televisão? E em outro local?”.

É importante explicar que as fotografias que não foram coladas não se referiam a modalidades esportivas, podendo algumas delas representar outra forma de atividade física.

2. Jogo de futebol reduzido

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar o futebol em espaço reduzido.

Materiais: bolas, cones e giz ou corda

Procedimentos

Forme grupos pequenos (de três a quatro alunos). Cada grupo representa uma equipe. Use giz ou corda para dividir o espaço físico em minicampos (ou miniquadras). Os cones podem ser utilizados como as traves do gol.

Durante a realização da atividade, promova um rodízio nos minicampos, de modo que cada grupo jogue com o maior número possível de equipes adversárias. Embora a

proposta seja a vivência do futebol reduzido, se você considerar que será mais produtivo vivenciar outra modalidade esportiva preferida pelos alunos, faça as adaptações necessárias.

Discussão

Faça algumas perguntas aos alunos: “O que devo fazer para vencer, por exemplo, um jogo de futebol?”, “O que devo fazer para não perder a partida?”, “Quais movimentos são executados sem contato com a bola?”, “Quais são realizados com a bola?”.

Explique que tanto os objetivos que precisam ser alcançados na tentativa de vencer uma partida quanto os movimentos realizados durante a atividade fazem parte da modalidade esportiva futebol. Essa é uma excelente oportunidade para realizar o esclarecimento sobre a adaptação da prática esportiva para torná-la acessível a crianças.

Construção de valores

Questione os alunos se eles conhecem esportes para pessoas com algum tipo de deficiência. Explore as respostas dadas para abordar o tema “inclusão”.

Leve para a aula fotografias, semelhantes às mostradas a seguir, para debater com eles o direito de todas as pessoas terem acesso à prática esportiva.



ICON SPORTSWIRE/GETTY IMAGES

Voleibol sentado para atletas com deficiência física. Warrior Games (Jogos do Guerreiro), Flórida, Estados Unidos, 2019.



PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES

Goalball para atletas com deficiência visual. Alemanha e Espanha no Campeonato Europeu de Goalball. Mecklemburgo-Pomerânia Ocidental, Alemanha, 2019.



BEHROUZ MEHRI/AFP/GETTY IMAGES

Basquetebol praticado por cadeirantes. Seleção nacional do Japão durante cerimônia de abertura da Ariake Arena, Tóquio, 2020.



MIKHAIL SOLUNIN/TASS/GETTY IMAGES

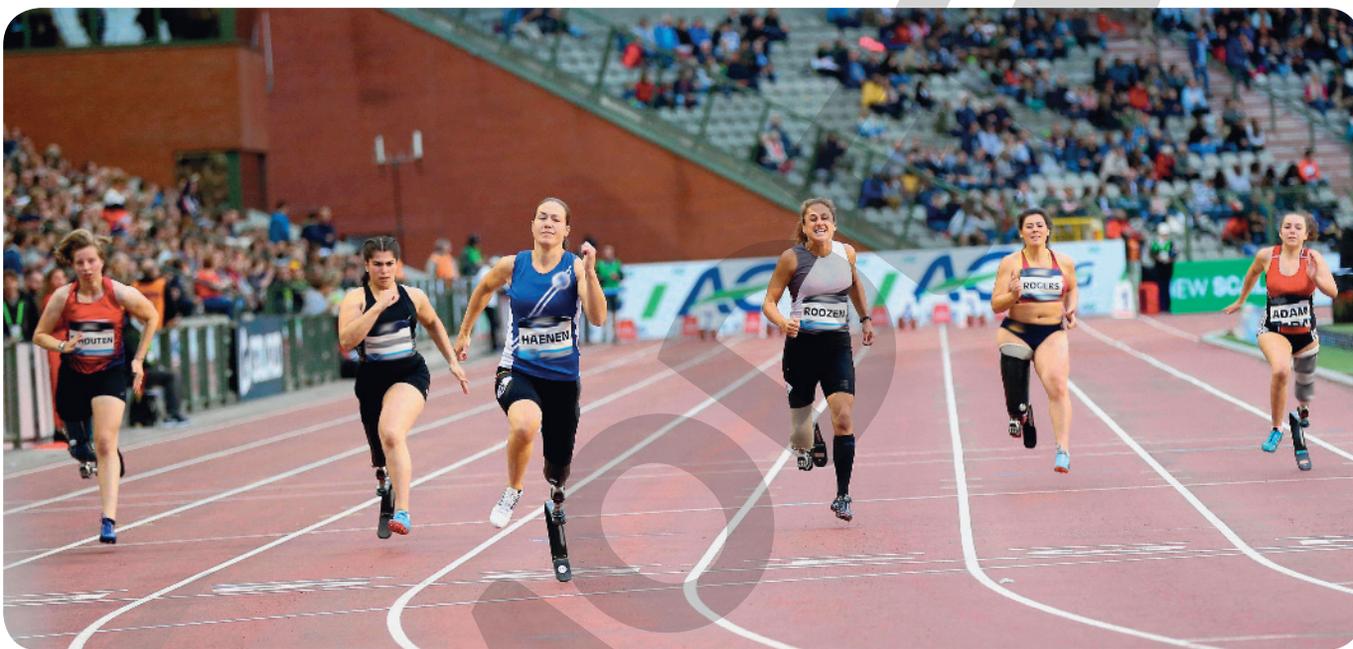
Futebol de cinco para atletas com deficiência visual. Nizhny Novgorod, Rússia, 2018.



Natação para atletas com deficiência física. Atleta australiano durante o Campeonato Mundial de Natação Paralímpica, Londres, 2019.



Esgrima em cadeira de rodas. Campeonato russo, Moscou, 2020.



Atletismo para atletas com deficiência física. Prova dos 100 metros durante a Diamond League, Bruxelas, Bélgica, 2019.

Para saber mais

- SOUSA, M. de. *Manual de esportes do Cascão* – Coleção de manuais da Turma da Mônica. São Paulo: Globo, 2003.

Esse livro, indicado para você e os alunos, traz informações sobre futebol, basquete, vôlei, automobilismo, esportes aquáticos, entre outras modalidades.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que desenhem e pintem seu esporte preferido e, depois, contem à turma o que sabem sobre esse esporte, bem como sua experiência com ele. O propósito desta atividade, mediada por você, é levá-los a refletir sobre determinado esporte, possibilitando uma troca maior de informações e experiências.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar modalidades esportivas nas quais o principal objetivo é ter boa precisão no movimento para acertar um alvo ou determinados objetos (arco e flecha, tiro ao alvo, boliche, entre outras). • Denominar esportes cujo objetivo é fazer com que um objeto do jogo se aproxime o máximo possível de outro objeto ou alvo (bocha, <i>curling</i>) ou realizar o menor número possível de tacadas para fazer uma bola pequena e maciça entrar em uma sequência de buracos (golfe). • Experimentar e vivenciar movimentos de lançamento com os membros superiores. • Vivenciar jogo com mobilidade reduzida para compreender o direito à inclusão.
Habilidades da BNCC	EF12EF05 e EF12EF06 <i>Nesta unidade temática, serão abordados apenas os esportes de precisão. Os esportes de marca serão trabalhados no 2º ano.</i>
Número de aulas	10
Materiais	Bolas de borracha atóxica, garrafas PET, cadeiras, colchonetes e fitas.
Sequência de atividades	Construa com os alunos os conceitos de pontaria ou mira. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique a aprendizagem por meio da pintura de figuras.

Para começar

Primeiro, explique aos alunos que, em determinados esportes, o mais importante não é ter habilidade com a bola, força, velocidade ou formar um time entrosado, mas a precisão, que também pode ser chamada de pontaria ou mira. Há esportes, como o basquetebol, o voleibol ou o futebol, em que a pontaria também é necessária, porém não se caracteriza como o foco dessas modalidades. Em esportes como o futebol, a precisão ou pontaria é apenas uma entre muitas exigências para se obter sucesso, enquanto nos esportes de precisão essa passa a ser a principal.

Leve para a aula fotografias semelhantes às sugeridas a seguir para construir com os alunos conceitos referentes ao significado de pontaria ou mira.

JAM MEDIA/GETTY IMAGES
SOUTH AMERICA/GETTY IMAGES

Arco e flecha. Atleta colombiana em prova dos Jogos Pan-americanos de Lima, Peru, 2019.

LUKA GONZALES/AFP/
GETTY IMAGES

Tiro ao alvo. Atleta americana durante os Jogos Pan-americanos de Lima, Peru, 2019.

ADAM SMIGIELSKI/
ISTOCKPHOTO/GETTY IMAGES

Boliche. Bola atingindo os pinos.



Cróquete. Brighton, Reino Unido, 2020.



Curling. Suécia e Suíça na final do Campeonato Mundial de Curling, Silkeborg, Dinamarca, 2019.



Golfe. Atleta italiano durante o Saudi International, King Abdullah Economic City, Arábia Saudita, 2021.

Aproveite esse momento de observação das fotografias para fazer perguntas aos alunos, motivando a participação deles no debate.

Proponha estas situações:

- a) “Quando uma pessoa lhe dá o conselho: ‘Se mirar naquela direção, você não vai errar!’, o que ela quer dizer?” (Espera-se que os alunos mencionem a importância da concentração e da precisão para obter um bom resultado na tarefa proposta.);
- b) “Se o conselho for: ‘Você precisa melhorar a pontaria, senão não vai acertar nunca!’, o que isso significa?” (Espera-se que apontem a necessidade de melhor concentração e precisão para o desenvolvimento da atividade.).

Incentive os alunos a levantar hipóteses: “O que vocês entendem por mira ou pontaria?”; “Quem pratica futebol, basquete ou vôlei precisa ter boa mira ou pontaria? Por quê?”; “Quais modalidades esportivas vocês acham que exigem de seus praticantes o aperfeiçoamento da pontaria? Vamos tentar nos lembrar de alguns desses esportes?”.

Pode ser que algum aluno se lembre de uma atividade que não seja modalidade esportiva, como arremessos de uma argola em caixas de fósforos ou de bolas na boca de um boneco que representa um palhaço. De fato, é preciso ter boa pontaria para acertar a boca do boneco, mas aproveite essas respostas para introduzir elementos do conceito de esporte. Faça essa introdução de forma bem simplificada, ou seja, comente que nem todas as práticas corporais podem ser consideradas esporte, pois, para que isso ocorra, é necessário normatizar as suas regras e a modalidade pertencer a uma instituição, como federação ou confederação desportiva.

Análise e Compreensão

O jogo de boliche

O jogo de boliche de brinquedo (figura 1) ou mesmo a utilização de garrafas PET e bolas de borracha é uma forma interessante de trabalhar de maneira adaptada o boliche no ambiente escolar como esporte de precisão. Mas é importante compreender que esse esporte (figuras 2 e 3) possui regras e normatizações como qualquer outra modalidade esportiva. Os pinos do boliche são colocados de pé em uma disposição triangular (figura 4) e devem ser derrubados pela bola lançada pelo jogador.

Essas bolas possuem cavidades (figura 5) para que o jogador encaixe seus dedos nelas e execute o lançamento. É um esporte que exige bastante precisão, pois o objetivo é derrubar o maior número de pinos com o menor número de lançamentos.

As bolas pesam entre 2,72 kg e 7,25 kg (de crianças a adultos). Cada um dos dez pinos que o jogador tenta derrubar em cada lançamento mede aproximadamente 50 cm de altura e pesa cerca de 1,5 kg. A distância entre o jogador e os pinos é de 18,20 m.

Não há consenso sobre a origem desse esporte. Uma das versões correntes relata que um arqueólogo inglês encontrou, na década de 1930, uma tumba de 3200 a.C. de uma criança egípcia com pinos e bolas que poderiam ser de um jogo, talvez até um tipo de boliche da Antiguidade. Outra versão menciona um jogo na Polinésia chamado de *ula maika* como a origem do boliche. Segundo historiadores, trata-se de um dos mais antigos esportes do mundo de bolas arremessadas.



PAKHOMOV ANDREY/
ISTOCKPHOTO/GETTY IMAGES

Figura 1.



TAEK-SANG JEONG/ISTOCKPHOTO/
GETTY IMAGES

Figura 2.



AS PHOTOSTUDIO/SHUTTERSTOCK

Figura 3.



ARTBOX/SHUTTERSTOCK

Figura 4.



ANDRI SEDYKH/ISTOCKPHOTO/
GETTY IMAGES

Figura 5.

Experimentação e Fruição

1. Derruba garrafas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Executar o movimento de lançamento da bola visando acertar os alvos determinados.

Materiais: bolas de borracha atóxica e garrafas PET

Procedimentos

Proporcione aos alunos diversas atividades de acertar o alvo (garrafas PET) com bolas de borracha. Introduza variações nessa brincadeira: mudanças na distância dos jogadores em relação ao alvo; mudanças na disposição das garrafas (que podem ser colocadas mais próximas ou mais afastadas umas das outras); mudanças na forma de lançamento, que pode ser feito com as mãos e os pés de diferentes maneiras.

Discussão

Depois dessa vivência, procure problematizar com os alunos as dificuldades e facilidades proporcionadas pelas variações de distância, disposição dos alvos e tipos de lançamento.

Vale a pena ressaltar também que é importante a torcida de todos os companheiros, valorizando a participação dos colegas e o respeito a cada um deles. Os “erros” não devem ser penalizados, pois nem todos possuem a mesma precisão (mira, pontaria) nos lançamentos. Explique que o erro faz parte da atividade, não devendo ser encarado como um fator desmotivador ou inibidor.

2. Derruba garrafas com organização dos alunos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Executar o movimento de lançamento da bola visando acertar os alvos determinados. Criar novas possibilidades de organização da atividade.

Materiais: bolas de borracha atóxica e garrafas PET

Procedimentos

Organize a turma em pequenos grupos e, em seguida, proponha aos alunos que decidam a disposição das garrafas. Durante o jogo, eles devem pensar em disposições que facilitem e que dificultem a derrubada delas. Incentive-os a estabelecer as próprias regras, como a distância entre o jogador e o alvo, a forma de lançamento e o número de tentativas.

Discussão

Mostre novamente aos alunos as fotografias levadas para a aula, relacionadas à abertura do tema 2, bem como retome as questões propostas na seção “Para começar” (páginas 50 e 51). Essa é uma estratégia que pode ser usada para reforçar o conceito de que o mais importante para obter vitórias no boliche e em outros esportes de precisão é ter boa mira, pontaria.

O processo de exploração e construção das regras também é um ótimo tema para reflexão, pois possibilita aos alunos a percepção de que todos devem seguir os mesmos parâmetros para que o jogo se desenvolva de forma justa e desafiadora.

Construção de valores

Derruba garrafas sentado

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Vivenciar o jogo com mobilidade reduzida. Sensibilizar para a questão da deficiência física e direito à inclusão.

Materiais: bolas de borracha atóxica, garrafas PET, cadeiras, fitas para imobilizar as pernas e colchonetes

Procedimentos

Questione os alunos: “Será que pessoas com deficiência física podem jogar boliche?”. Realize a atividade “derruba garrafas” com os alunos sentados em uma cadeira com as pernas presas por uma fita, por exemplo (o propósito é simular o movimento a ser executado por um cadeirante). Coloque colchonetes no entorno da cadeira para amenizar o impacto de possíveis quedas.



8ª edição dos Jogos Paralímpicos da Associação de Nações do Sudeste Asiático, Cingapura, 2015.

Para saber mais

- Confederação Brasileira de Boliche (CBBOL). Disponível em: <<https://www.bolichebrasil.com.br/>>. Acesso em: 29 jan. 2021.

A página fornece informações importantes relacionadas com essa modalidade esportiva.

Avaliação e Registro

Leve para a aula cópias das figuras sugeridas a seguir (algumas delas são de esportes de precisão; outras, não). Peça aos alunos que pintem somente as figuras que se referem aos esportes de precisão (golfe, arco e flecha, boliche, bocha para cadeirantes e sinuca). Depois verifique os registros feitos por eles.

Se considerar oportuno, estimule-os a levar essa avaliação para casa, mostrá-la aos seus familiares e lhes explicar a razão de algumas figuras não estarem pintadas.

NOME:

TURMA:

DATA:

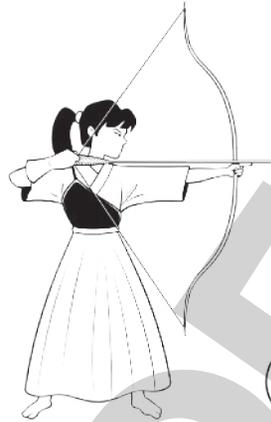
- Pinte as figuras que representam esportes de precisão.



VOLEIBOL.



GOLFE.



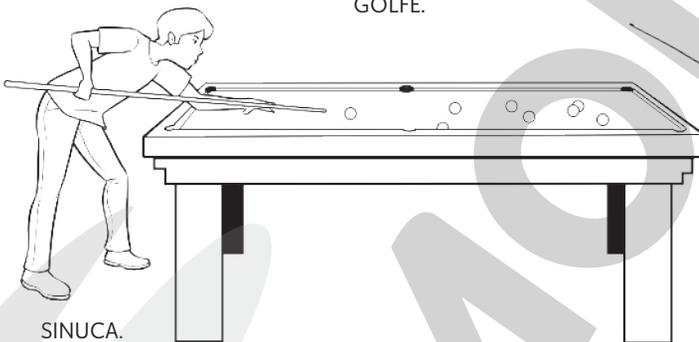
ARCO E FLECHA.



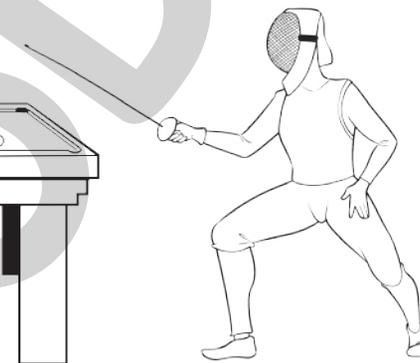
BOLICHE.



FUTEBOL DE CAMPO.



SINUCA.



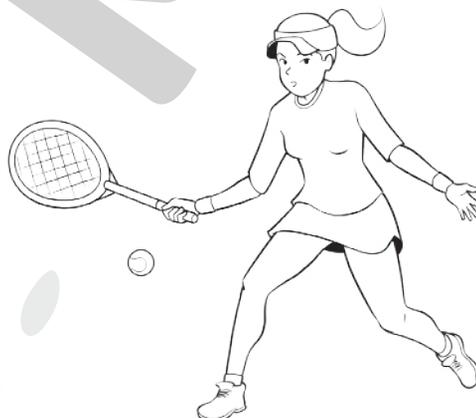
ESGRIMA.



CICLISMO.



BOXE.



TÊNIS DE CAMPO.



BOCHA PARA CADEIRANTES.

1^o
ANO

Brincadeiras e jogos

TEMA

As brincadeiras e os jogos da cultura popular

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer, reconhecer e vivenciar as brincadeiras e os jogos da cultura popular, no contexto comunitário, como práticas que integram a cultura corporal de movimento.• Respeitar as diferenças individuais de desempenho dos colegas e os próprios limites.• Reconhecer a importância de jogar com o outro.
Habilidades da BNCC	EF12EF01, EF12EF02, EF12EF03 e EF12EF04
Número de aulas	16
Materiais	Bola, cordas coletivas, giz (ou pedaço de madeira), pedrinhas (ou bola de meia) e vendas para os olhos.
Sequência de atividades	Incentive os alunos a se manifestar sobre quais brincadeiras e jogos eles já vivenciaram. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Observe a participação dos alunos na realização da pesquisa feita com familiares e questione-os sobre o que aprenderam a respeito de brincadeiras e jogos.

Para começar

Para iniciar a conversa, explique aos alunos o que são as brincadeiras e os jogos da cultura popular, ressaltando que eles existem há muito tempo, que são passados de geração em geração e que, provavelmente, seus pais, avós e até mesmo bisavós já os vivenciaram quando crianças.

Diga-lhes, contudo, que é possível que haja atualmente diferenças no modo de brincar e de jogar, pois, com o passar do tempo, as pessoas podem introduzir mudanças nessas atividades.

Em roda, incentive os alunos a se manifestar sobre quais brincadeiras e jogos eles já vivenciaram, em que local e com quem brincaram ou jogaram, de modo que percebam as práticas que são diferentes e as que são comuns, inclusive se há divergências/semelhanças de nome ou forma de jogar. Nessa conversa inicial, procure saber também suas preferências, bem como identificar as brincadeiras e os jogos que estão presentes no contexto comunitário deles.

As brincadeiras e os jogos da cultura popular

As brincadeiras e os jogos populares são parte da cultura humana e estão sempre em transformação. Não se conhece a origem nem quem são os criadores dessas práticas, geralmente transmitidas de maneira oral de geração em geração. Além do anonimato, essas brincadeiras e esses jogos têm como característica a tradicionalidade, a conservação, a mudança e a universalidade (KISHIMOTO, 2010)¹.

Conforme a indicação da *Base Nacional Comum Curricular* (BRASIL, 2018)², as brincadeiras e os jogos são abordados de modo integrado neste livro. Assim, consideramos que estas são práticas corporais

[...] voluntárias exercidas dentro de determinados limites de tempo e espaço, caracterizadas pela criação e alteração de regras, pela obediência de cada participante ao que foi combinado coletivamente, bem como pela apreciação do ato de brincar em si. Essas práticas não possuem um conjunto estável de regras e, portanto, ainda que possam ser reconhecidos jogos similares em diferentes épocas e partes do mundo, esses são recriados, constantemente, pelos diversos grupos culturais (p. 212).

As brincadeiras e os jogos praticados atualmente, oriundos de várias regiões do mundo e que datam de milhares de anos, eram utilizados para celebrar a vida e a colheita e também faziam parte dos ritos de passagem. Alguns desses jogos conservaram sua estrutura inicial, enquanto outros sofreram mudanças, ganhando novas configurações. O jogo é um elemento intrínseco à cultura da humanidade, uma atividade prazerosa que atualmente está presente principalmente nos momentos de lazer e diversão de pessoas de qualquer idade (HUIZINGA, 1980³; FREIRE, 2002⁴; KISHIMOTO, 2010⁵).

Se antes eles eram jogados na rua, em festas, com irmãos, parentes e amigos, atualmente, em decorrência da violência urbana e de uma vida mais agitada, os jogos são muitas vezes substituídos pela televisão e pelos entretenimentos digitais, ficando apenas na memória dos adultos que tiveram a oportunidade de vivenciá-los em sua infância. Essa mudança de comportamento repercute no desenvolvimento da cultura infantil e na socialização da criança. Além disso, as gerações mais recentes entram em contato com outros tipos de jogos. Assim, é importante que os jogos populares sejam resgatados para que não sejam esquecidos.

As brincadeiras e os jogos populares, quando tratados pedagogicamente dentro do ambiente escolar, auxiliam tanto no desenvolvimento da criança quanto na apropriação e na propagação dessas práticas. A Educação Física na escola deve abordar esse conteúdo a fim de resgatar elementos da cultura corporal de movimento e incorporá-los novamente no cotidiano dos alunos, proporcionando-lhes diferentes vivências, instigando o conhecimento e a valorização das brincadeiras e dos jogos populares.

1 KISHIMOTO, T. M. *Jogos infantis: o jogo, a criança e a educação*. Petrópolis: Vozes, 2010.

2 BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular: educação é a base*. Brasília: MEC, 2018. 595 p.

3 HUIZINGA, J. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. Tradução J. P. Monteiro. São Paulo: Edusp/Perspectiva, 1980. 243 p.

4 FREIRE, J. B. *O jogo: entre o riso e o choro*. Campinas: Autores Associados, 2002. 125 p.

5 *Op. cit.*

Experimentação e Fruição

1. Pesquisa com familiares

Objetivos: Conhecer e experimentar as brincadeiras e os jogos do contexto familiar. Explicar, por meio de linguagem corporal, visual, oral ou escrita, uma brincadeira ou um jogo popular do contexto familiar.

Procedimentos

Peça aos alunos que realizem uma pesquisa com um de seus familiares (ou adulto responsável por eles) aplicando as questões da “Ficha de pesquisa” (página 67).

Estipule um tempo para que a pesquisa seja realizada. No dia da apresentação, auxilie os alunos a expressar suas descobertas utilizando múltiplas linguagens (corporal, visual, oral ou escrita) para que todos entendam as brincadeiras apresentadas pelos colegas. Escreva na lousa os nomes das brincadeiras e dos jogos pesquisados, montando um quadro. Em seguida, discuta novamente as características das brincadeiras e dos jogos da cultura popular.

Depois, combine com os alunos um dia para a realização das brincadeiras e dos jogos pesquisados. Incentive-os a convidar um ou mais familiares para o evento. A presença de pessoas da família é importante para sedimentar a tradicionalidade, a manutenção e o resgate de brincadeiras e jogos desconhecidos das gerações mais recentes.

Para complementar essa atividade, seguem algumas sugestões de brincadeiras e de jogos da cultura popular que podem estar presentes em seu contexto comunitário.

2. Jogos de perseguir

2.1 Pega-pega



Entre a gama de jogos da cultura popular, sugerimos, como ponto de partida, os de perseguir e pegar. Essa escolha decorre do fato de esses jogos serem atrativos e de fácil compreensão. O principal objetivo deles é fugir ou perseguir até conseguir pegar os participantes, o que pode ser feito em equipe ou não. O cumprimento das regras pelos alunos é um dos princípios básicos para o desenvolvimento desses jogos. Grande parte deles não requer qualquer tipo de material para a sua realização. Em alguns casos, no entanto, você deve dispor de bola ou de outro implemento comum.

Objetivos: Conhecer, vivenciar e identificar as características de diferentes jogos de perseguição.

Procedimentos

Converse com os alunos sobre os jogos de perseguir do contexto comunitário e, depois, apresente os que não foram citados por eles (como alguns dos abordados neste livro).

Para apresentar o pega-pega simples, informe que um pegador deve perseguir e pegar os fugitivos, os quais, por sua vez, precisam correr para fugir dele em um espaço delimitado por você.

Peça a um aluno que se ofereça para ser o primeiro pegador. Explique que quem for pego por ele se torna o novo pegador e assim por diante.

Certifique-se de que todos os alunos experimentem o papel de pegador até compreenderem a dinâmica da atividade. Depois, apresente formas variadas do pega-pega, como as sugeridas a seguir.

2.1.1 Pega-pega americano

O jogo começa com um pegador. Os alunos que forem pegos devem ficar parados, com as pernas afastadas, de modo que outro fugitivo possa passar engatinhando entre elas, dando-lhe a oportunidade de voltar a fugir.

2.1.2 Pega-pega fruta

Define-se um pegador inicial. Para não serem pegos, quando o pegador estiver se aproximando, os fugitivos devem falar o nome de uma fruta e se abaixar antes de serem tocados por ele. Os alunos que forem pegos têm de permanecer imóveis até serem tocados por outro fugitivo. Para aumentar o grau de dificuldade da brincadeira, os alunos não podem repetir o nome das frutas.

2.1.3 Pega-pega gelo

O jogo se inicia com um pegador. Os fugitivos devem se espalhar pelo espaço disponível para a realização da brincadeira. Os que forem pegos precisam ficar parados (congelados na mesma posição em que foram tocados), podendo voltar a correr quando algum fugitivo tocar em qualquer parte de seu corpo.

2.1.4 Acorda, seu urso

Antes de iniciar a brincadeira, leia o texto a seguir para explicar aos alunos o nome do jogo.

Acorda, seu urso

Certa vez, o porteiro da escola ouviu a seguinte história de um menino.

Conta-se que há muito tempo havia uma avó que cuidava de um netinho muito amoroso e limpinho, que dormia cedo e nem roncava.

Sabem por que ele dormia cedo? Nem eu!

A avó, apesar de velhinha, levava o menino para a escola todas as manhãs. A única dificuldade dela era acordar. Todos os dias o menino se levantava e tinha que ir acordar a avó. Ao lado da cama dela, ele dizia:

— Vovozinha querida... Sei que a senhora precisa dormir para descansar, mas eu preciso sair para estudar, por favor, acorde.

A avó então se levantava bem devagar, se espichava, e o menininho a acompanhava.

Um dia, o menino sonhou com um urso e fez xixi na cama. Ele acordou de mau humor e para o quarto da avó se encaminhou.

Ao lado dela, ele disse:

— Vovozinha querida... Sei que a senhora precisa dormir para descansar, mas eu preciso sair para estudar, por favor...

A avó deu um enorme ronco e assustou o menino. Então, ele disse assim:

— Vovozinha querida... Sei que a senhora precisa dormir para descansar, mas eu preciso sair para estudar, por favor, acorda, seu urso!

Texto da autora.

Converse com os alunos sobre a relação dessa história com a brincadeira. Quem estava dormindo era mesmo a avó do menino? O que fez o menino chamá-la de “seu urso”?

Procedimentos

Forme uma roda com os alunos e escolha ou sorteie um deles para ser o urso, o qual terá que se sentar ou deitar no meio da roda com os olhos fechados, como se estivesse dormindo.

Os demais devem combinar uma hora entre eles para acordar o urso; por exemplo, se combinarem de acordá-lo às 4 horas, devem girar para a direita de mãos dadas e recitam: “Que horas são? Uma hora. Que horas são? Duas horas. Que horas são? Três horas. Que horas são? Quatro horas...”. Ao chegar no horário combinado, eles devem gritar “Acorda, seu ursooooo”, soltar as mãos e sair correndo, enquanto o “urso” levanta e inicia a perseguição.

A cada rodada, troque o aluno que será o urso, podendo ter um ou mais. Instigue-os também a variarem o número de horas.

2.1.5 Nunca três

Antes de iniciar a atividade, escolha um pegador e um fugitivo. Os demais participantes devem formar uma roda dispostos em duplas, um atrás do outro, sentados.

Ao iniciar a perseguição, o fugitivo, para não ser pego, precisa se sentar atrás de alguma dupla. A perseguição só pode ocorrer do lado de fora da roda.

Como o nome da brincadeira revela, não é permitido ficar três pessoas juntas. Portanto, quando o fugitivo se senta atrás de uma dupla, o participante que está na frente se torna o pegador, e o pegador se transforma em fugitivo.

Caso alguém seja pego antes de se sentar, os papéis se invertem e o jogo continua.

Discussão

Ao finalizar a vivência desses jogos de perseguição, faça perguntas aos alunos para verificar se eles os compreenderam. Incentive-os a refletir sobre suas atitudes perante as diferentes situações vivenciadas nas atividades. Sugestões de questionamento: “Quais são os nomes dos jogos de pega-pega?”, “Alguém já realizou esses jogos em outro lugar com amigos ou familiares?”, “Como foi conhecer esses jogos da cultura popular?”, “Alguém conhece outro tipo de pega-pega ou algum jogo parecido com o ‘Acorda, seu urso’? Se sim, esse jogo é de perseguir? Expliquem como ele é”, “O que vocês sentiram no momento em que foram os pegadores? E quando foram os fugitivos?”, “Alguém não cumpriu as regras do jogo? O que acontece quando as descumprimos?”.

Dê oportunidade aos alunos de expressar suas opiniões sobre o cumprimento ou não das regras. Reforce a importância do estabelecimento de regras para os jogos, as quais precisam ser observadas para que todos se respeitem e se divirtam durante a atividade. Retome com os alunos a importância de conhecer os jogos da cultura popular e como eles podem variar de acordo com o contexto em que são realizados.

3. Batata quente

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Batata quente é um jogo em que os alunos ficam em roda, formando um círculo. Apesar de não se saber ao certo a origem do jogo, há estudos que o identificam como de origem africana. Esse jogo foi muito praticado no século XIX. Em vez de batata, utilizava-se um boneco cuja forma lembrava uma batata. Nos Estados Unidos, a brincadeira chama-se *Hot potato* (Batata quente), e a canção do jogo é diferente da que cantamos.

Objetivos: Conhecer e vivenciar o jogo da batata quente.

Material: bola ou outro objeto que possa ser manuseado com facilidade e segurança

Procedimentos

Um dos alunos deve ficar fora do círculo, de costas para ele ou de olhos fechados. É ele quem vai dar o comando “Queimou!”.

Os demais participantes precisam passar a bola (ou o objeto escolhido) de mão em mão, um para o outro, ao mesmo tempo que cantam: “Batata quente, quente, quente, quente...”.

Quando o aluno de fora disser “Queimou!”, o participante que ficar com o objeto troca de lugar com ele e passa a dar o comando.

Certifique-se de que todos deem o comando pelo menos uma vez.

4. Telefone sem fio

As pessoas podem se comunicar umas com as outras de vários modos: oralmente (voz), por escrito ou por meio da Língua Brasileira de Sinais (Libras); acessando a internet ou usando o telefone, entre outras opções. Em uma sociedade globalizada e conectada, é bem interessante propor aos alunos que brinquem de “telefone sem fio”.

Não se sabe ao certo a origem dessa brincadeira, mas é possível que coincida com a própria popularização do telefone, que se deu por volta do fim do século XIX e início do século XX. Nesse período, além de a conexão ser instável, a transmissão da voz certamente sofria mais interferências e ruídos do que atualmente, sendo frequentes os problemas de comunicação.

Procedimentos

Peça aos alunos que formem uma roda e fiquem sentados. Um dos participantes é escolhido para começar a brincadeira. Ele deve pensar em uma frase e dizê-la baixinho uma única vez no ouvido de quem estiver ao lado.

Quem recebeu a mensagem deve repassá-la da mesma forma a quem estiver do seu outro lado e assim por diante.

O último que receber a mensagem deve repeti-la em voz alta, revelando se ela chegou certa ao seu destinatário ou se sofreu alterações no meio do caminho.

Caso os alunos tenham dificuldade em elaborar frases, explore com eles alguns temas com os quais tenham afinidade, deixando-os mais à vontade e com mais subsídios para criá-las.

Discussão

Ao final da atividade, proponha algumas questões aos alunos: “As frases chegaram corretas até o último participante? Se não, o que pode ter acontecido?”, “Que problemas podem ocorrer se eu transmitir informações erradas?”.

Estimule os alunos a expressar suas opiniões e a perceber a importância de transmitir informações corretas, evitando modificações que prejudiquem a comunicação. Aproveite esse momento para retomar a discussão de que muitas brincadeiras e muitos jogos foram transmitidos de forma oral e que, por isso, eles também podem ter sofrido modificações, assim como ocorreu no jogo do telefone sem fio.

5. Corda

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

A corda pode ser usada na realização de diversos jogos. O mais tradicional deles é aquele em que duas pessoas, cada qual segurando uma das extremidades da corda, realizam movimentos circulares com ela, para o alto e para baixo, para que outros a pulem, sem que os pés sejam atingidos por ela. Esse jogo favorece a coordenação motora, a integração e o entretenimento dos alunos. A corda também pode ser pulada de modo individual ou usada nas brincadeiras de “cobrinha” e “reloginho”. Esses jogos costumam proporcionar benefícios à saúde e contribuir para o desenvolvimento de algumas habilidades de seus praticantes.

Objetivo: Vivenciar o “pular corda” como brincadeira da cultura popular.

Material: cordas coletivas (a partir de 6 metros de comprimento)

Dica: As cordas elásticas são leves e diminuem as chances de os alunos tropeçarem nelas.

Procedimentos

Uma boa forma de introduzir a atividade é perguntar aos alunos quais jogos com cordas eles conhecem e quais são os de sua preferência.

Se for possível, leve para a aula várias cordas de diferentes comprimentos para que, em pequenos grupos, eles possam vivenciar de forma plena as atividades.

Os jogos com cordas podem ser iniciados de várias formas. Antes de fazer sua escolha, considere o conhecimento dos alunos sobre os diferentes jogos que podem ser realizados com elas. Se tiverem dúvidas, recomendamos que eles iniciem as vivências realizando a atividade “Zerinho”, pois essa é uma boa opção para se familiarizarem com o material e perderem o medo de pular.

No “Zerinho”, dois alunos seguram cada uma das extremidades da corda e realizam movimentos circulares com ela, para o alto e para baixo. Os demais participantes precisam passar correndo pela corda (entre os dois alunos) sem que ela encoste em seu corpo. Depois do jogo “Zerinho”, ensine-os a pular corda sem sair do lugar.

Concluídas as orientações para essas atividades, incentive os alunos a recitar algumas parlendas (como as sugeridas a seguir) enquanto brincam de pular corda.

Suco gelado

Suco gelado, cabelo arrepiado.

Qual é a letra do seu namorado: a, b, c, d, e...

Da tradição popular.

O jogo acaba quando o participante for tocado pela corda.

Salada, saladinha

Salada, saladinha, bem temperadinha.
Com sal, pimenta, fogo, foguinho, fogão.

Da tradição popular.

Na palavra “fogão”, a corda deve ser girada o mais rápido possível. O jogo acaba quando a corda tocar no corpo do participante.

O homem

O homem bateu em minha porta e eu abri.
Senhoras e senhores: ponham a mão no chão.
Senhoras e senhores: pulem em um pé só.
Senhoras e senhores: deem uma rodadinha
e vão para o olho da rua.

Da tradição popular.

O jogo acaba quando o participante for tocado pela corda ou a parlenda terminar. O aluno que estiver pulando corda deve colocar a mão no chão quando ouvir esse trecho da música, bem como pular em um pé só e dar uma rodadinha. Quando ele ouvir “e vão para o olho da rua”, é hora de sair do jogo sem ser tocado pela corda.

Observe o nível de habilidade de pular corda dos alunos, pois eles podem não conseguir realizar o que a parlenda pede. É possível também fazer uma adaptação: peça-lhes que somente recitem a parlenda e saiam da corda quando a récita acabar.

6. Amarelinha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

A amarelinha é uma das brincadeiras de rua mais populares do Brasil. Percorrer de pulo em pulo uma trajetória de quadrados riscados no chão tinha o nome de “pular macaca” quando chegou ao Brasil, com os portugueses, há mais de 500 anos.

Apesar do sucesso dos jogos eletrônicos, da internet e da televisão, essa brincadeira sobrevive firme e forte nos hábitos de milhões de crianças.

A amarelinha é conhecida por nomes diferentes dependendo do lugar: *marelle*, na França; avião ou neca, em Moçambique. No Brasil, ela também recebe diferentes nomes, dependendo da região. Pode ser interessante convidar o professor da turma para participar da aula, mostrando no mapa do Brasil as regiões e os nomes da amarelinha. Por exemplo: na Região Sul, sapata; na Região Nordeste, academia ou cademia; na Região Norte, macaca; na Região Sudeste, também é conhecida como maré. Além desses nomes, há muitas formas de desenho e traçado para esse mesmo jogo.

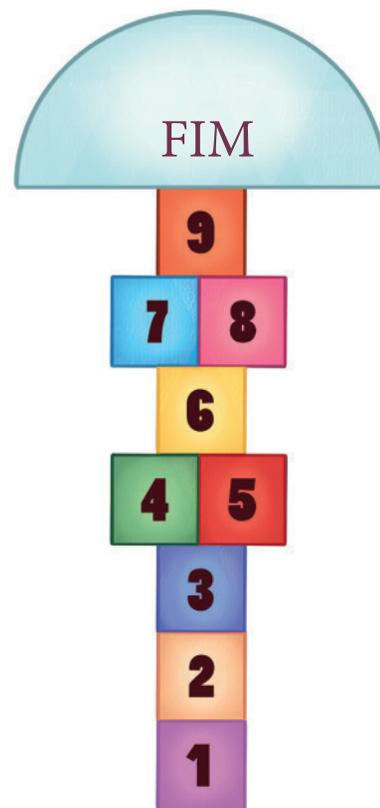


Figura 1.

Objetivos: Conhecer e vivenciar uma brincadeira popular.

Materiais: giz ou pedaço de madeira e pedrinhas ou bola de meia

Procedimentos

Escolha com os alunos um espaço adequado para a realização da brincadeira. Desenhe a amarelinha no chão. Utilize a figura 1 como referência. É possível também brincar na terra. Nesse caso, use um pedaço de madeira ou outro material que lhe permita desenhar a amarelinha. Ao terminar o desenho, peça aos alunos que fiquem em volta da amarelinha e explique como jogar.

Certifique-se de que cada aluno terá sua oportunidade de pular. O primeiro a tentar deve jogar uma pedrinha (ou a bola de meia) na casa número 1. Se acertar e conseguir pegá-la retornando ao local de partida sem tocar a mão no chão ou pisar na linha (na demarcação), continua na brincadeira e tenta acertar a casa número 2, e assim sucessivamente, até alcançar o FIM. O aluno deve ir e voltar pulando com um pé só, exceto nas casas pareadas em que ele deve pular com os dois pés.

Vence o jogo quem passar primeiro por todos os números e chegar ao FIM.

Se considerar oportuno, organize os alunos em pequenos grupos e peça a cada grupo que desenhe a própria amarelinha, apresente-as e depois brinque com as diferentes amarelinhas criadas.

Discussão

Reserve um tempo para conversar com os alunos sobre a amarelinha. Sugerimos as seguintes perguntas: “Como é o nome desse jogo? Ele pode receber outros nomes em outros lugares? Se sim, quais?”, “Qual foi a maior dificuldade: jogar a pedrinha na casa certa ou realizar os saltos?”, “O desenho desse jogo é sempre o mesmo ou pode variar? Alguém já brincou de amarelinha com um desenho diferente?”.

Caso alguém cometa uma irregularidade durante a realização da brincadeira e a omita dos demais participantes ou diga que não a cometeu, reúna-se com os alunos para uma conversa

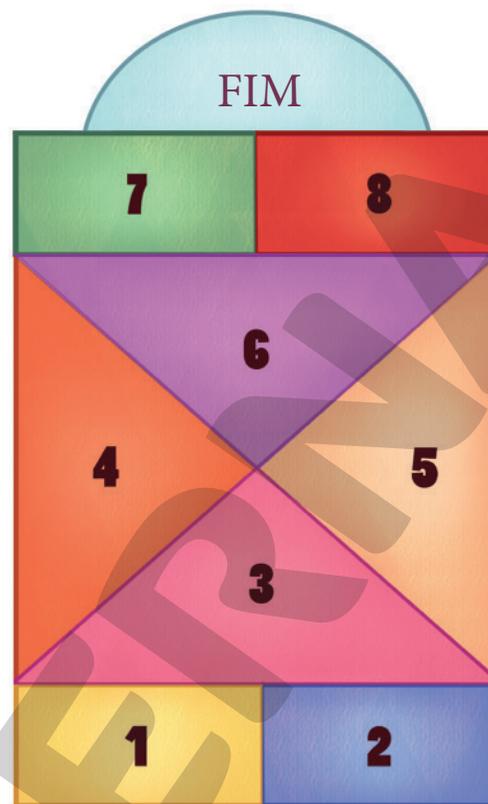


Figura 2.

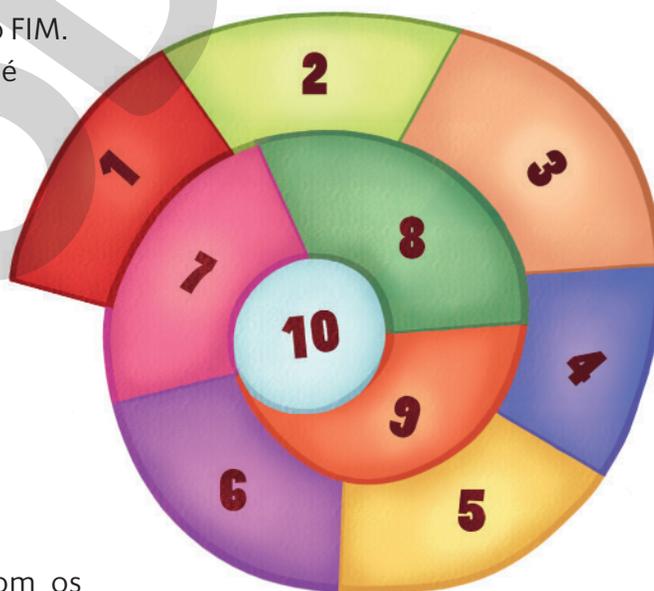


Figura 3.

ILUSTRAÇÕES: MAYARA SAMPAIO

sobre ética, ressaltando que todos são responsáveis por suas atitudes e pelo respeito aos colegas. Aproveite possíveis situações de conflito para trabalhar esse tema.

Construção de valores

1. Batata quente com os olhos vendados

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Sensibilizar os alunos sobre a deficiência visual, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas.

Materiais: bola e vendas para os olhos

Procedimentos

Antes de colocar as vendas, converse com os alunos sobre os cuidados que terão de ter com os colegas vendados, como não jogar a bola no rosto deles e auxiliá-los para que não se machuquem durante a brincadeira.

Peça aos alunos que sentem em roda e, em seguida, escolha cinco ou mais deles para colocar as vendas. Outra possibilidade é solicitar voluntários para serem vendados.

A dinâmica da atividade é a mesma da batata quente: um dos alunos deve ficar fora do círculo e dar o comando “Queimou!”.

Os demais alunos precisam passar a bola (ou o objeto escolhido) uns para os outros ao mesmo tempo que cantam: “Batata quente, quente, quente, quente...”.

Quando o aluno de fora disser “Queimou!”, o participante que ficar com a bola assume o comando.

Certifique-se de que todos deem o comando pelo menos uma vez.

Discussão

Converse com os alunos sobre a sensação de ficar sem a visão durante a brincadeira. Leve-os a refletir que as pessoas com deficiência visual realizam normalmente suas tarefas do dia a dia e também participam de brincadeiras e jogos populares com desenvoltura. Procure saber como os alunos vendados se sentiram: “Como foi ficar sem a visão durante a atividade?”, “Foi fácil ou difícil?”, “Você teve ajuda de seus colegas?”.

2. Pega-pega corrente

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Reconhecer a importância de jogar com o outro. Respeitar os próprios limites para ser bem-sucedido na atividade.

Procedimentos

Escolha um pegador para começar o jogo. Os demais alunos ficam espalhados em uma área delimitada por você.

O pegador deve correr atrás dos colegas na tentativa de tocar no corpo dos participantes. Quem for pego deve ficar de mãos dadas ajudando o pegador a capturar os outros participantes. Assim, eles começam a formar uma “corrente”.

É importante frisar que só é possível pegar um colega se a corrente estiver unida pelas mãos. Caso contrário, não será válida a captura.

O jogo termina quando todos forem pegos.

Dica: Como os alunos costumam ter dificuldade em formar uma única corrente, você pode indicar mais de um deles para ser o pegador. Desse modo, “correntes” de diferentes tamanhos serão formadas no decorrer do jogo. Em determinado momento da brincadeira, essas correntes podem se conectar para capturar os alunos restantes.

Discussão

Forme uma roda para refletir com os alunos sobre esse jogo, principalmente em relação à necessidade de permanecer de mãos dadas para formar a corrente. Enfatize a importância do respeito às características do outro para o êxito na realização da atividade.

As perguntas propostas a seguir podem ajudá-lo na condução desse debate: “Como vocês se sentiram realizando uma atividade na qual cada um precisa do outro para pegar?”, “É fácil ou é difícil correr e pegar de mãos dadas? Por quê?”, “Quais são as vantagens e as desvantagens de brincar com uma e com várias correntes?”, “Houve conflitos durante a brincadeira? Se houve, como eles foram resolvidos?”, “A velocidade de corrida de cada um é diferente? Se sim, o que vocês tiveram de fazer para permanecer de mãos dadas durante as corridas?”.

Para saber mais

- KISHIMOTO, T. M. *Jogos infantis: o jogo, a criança e a educação*. Petrópolis: Vozes, 2010. Nesse livro, você encontra subsídios para desenvolver o conteúdo de jogos com os alunos.

Avaliação e Registro

A pesquisa feita anteriormente com os familiares também é um excelente registro.

Ao final deste tema, é importante que os alunos tenham aprendido o que são as brincadeiras e os jogos, quem deles participa, como e onde podem ser realizados. Sugerimos as seguintes questões em sua avaliação:

1. O que são brincadeiras e jogos populares?
2. Quem participa dessas brincadeiras e desses jogos?
3. Em quais espaços eles podem ser realizados?

Para registro, solicite aos alunos que façam um desenho de três brincadeiras e jogos de que mais gostaram. Em momento oportuno, organize um painel com eles para divulgar esses desenhos na escola.

Ao final do processo, mostre novamente para a turma o quadro elaborado com base na pesquisa feita com os familiares e identifique as brincadeiras e os jogos da cultura popular presentes no contexto de sua comunidade.

As brincadeiras e os jogos de sua infância

1. Quais brincadeiras e jogos marcaram sua infância?

Escolha um desses jogos ou brincadeiras de que você se lembra e responda:

2. Qual é o nome do jogo ou da brincadeira?

3. Como você jogava ou brincava? (Por favor, descreva.)

4. Com quem você jogava ou brincava?

5. Onde você jogava ou brincava?

6. Você poderia apresentar esse jogo ou essa brincadeira na escola? (Se puder, escreva o dia da semana e o horário.)

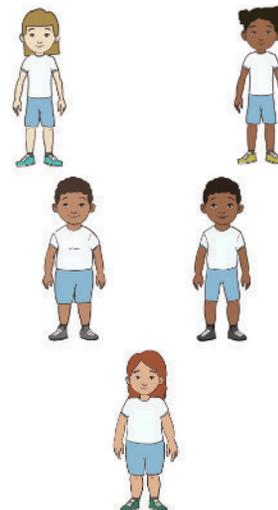
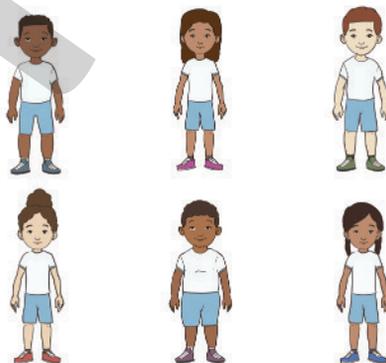
Danças em diferentes
formações

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Dançar em diferentes formações (filas, colunas, círculos e retângulos; em formato de “T” e de “V”). • Colaborar com o colega na realização das formações coletivas. • Experimentar e fruir os diferentes gestos, ritmos e espaços ao dançar. • Vivenciar as rodas cantadas com limitações auditivas.
Habilidades da BNCC	EF12EF11 e EF12EF12
Número de aulas	10
Materiais	Folhas de cartolina, dispositivo eletrônico para reprodução de cantigas e parlenda, giz (ou fita-crépe ou cordas compridas) e algodão (ou fones de ouvido).
Sequência de atividades	Mostre aos alunos formações coletivas de dança e pergunte se as identificam. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Peça aos alunos que produzam um livro ilustrado que mostre as cantigas de roda desenvolvidas em aula. Mostre a eles algumas imagens e peça que identifiquem as que foram exploradas.

Para começar

Leve para a aula três folhas de cartolina e desenhe em cada uma delas um dos seguintes tipos de formação:

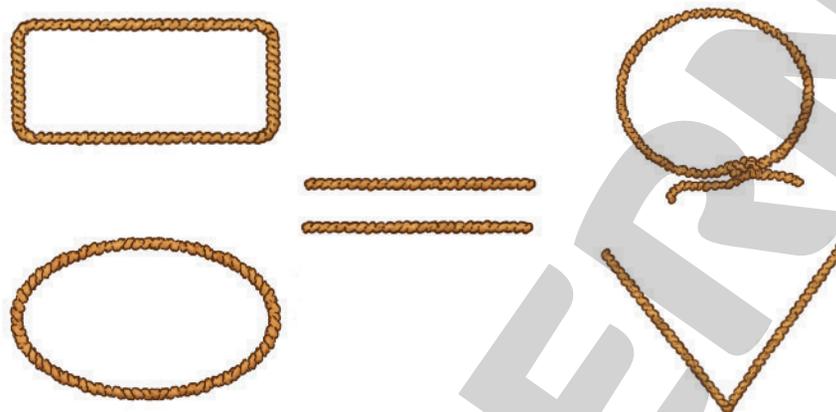


Algumas formações coletivas na dança: “T”, retangular e “V”.

Reúna os alunos em um grande círculo. Mostre-lhes as formações coletivas de dança e pergunte a eles se as identificam. Questione-os sobre o que é dançar em forma de “T” ou de “V” e em formação retangular.

Peça aos alunos que citem outros tipos de formação (filas, círculos etc.) que podem ser realizados coletivamente.

Dica 1: Caso eles tenham dificuldade de entender as formações, coloque cordas no chão para orientá-los, conforme sugestões a seguir, o que também pode auxiliar alunos com deficiência visual a compreender melhor cada uma delas.



Sugestões de auxílio para a compreensão dos alunos.

Dica 2: Trabalhe em conjunto com o professor da turma, associando saberes sobre as figuras geométricas. Os alunos podem explorá-las no universo do pensamento matemático e depois tentar construí-las corporalmente com os colegas, promovendo a integração de conhecimentos e tornando mais significativa a aprendizagem.

Análise e Compreensão

As formas na dança

Dançar em diferentes formações pode proporcionar novas possibilidades de vivenciar a dança, viabilizando a exploração dessa prática corporal por meio de experiências coletivas. Ao realizar essa atividade, os alunos vão perceber que, para construir formas ou desenhos quando se dança, é fundamental a participação de todos. Além disso, as danças coletivas os ajudam a compreender o espaço que eles precisam ocupar quando as praticam, o que interfere diretamente na maneira como vão lidar com os gestos e com o ritmo.

Propor a construção de formações (círculos, quadrados, retângulos, triângulos, linhas, entre outras opções) incentiva a criação de diferentes coreografias, proporcionando versatilidade aos movimentos realizados durante uma apresentação de dança e possibilitando também a recriação de desenhos pensados pelos alunos, além da integração dos saberes com o pensamento matemático.

Quando falamos das formações em círculo, é possível destacar para essa faixa etária a abordagem das cantigas de roda, as quais permeiam o universo infantil, trazendo significados diversos.

Essas cantigas se referem a manifestações folclóricas nas quais as crianças, de mãos dadas, formam uma roda e cantam melodias que podem ou não ser acompanhadas de alguma coreografia.

Além disso, é importante ressaltar que podemos encontrar várias versões de letras, pois, como essas cantigas são transmitidas de geração em geração, principalmente por meio da oralidade, aos poucos vão sendo formuladas diferentes versões para uma mesma cantiga.

As letras, as melodias e os ritmos são lúdicos e resgatam diferentes temas do cotidiano, o que permite que muitas histórias sejam contadas por meio dessas brincadeiras, proporcionando uma aprendizagem corporal que parte dos saberes locais e se amplia para diferentes regiões do Brasil.

A realização das cantigas em roda também evita a exposição dos alunos mais tímidos, pois todos participam ao mesmo tempo da brincadeira e se identificam como parte do grupo.

Explorar esse conteúdo com os alunos favorece o seu reconhecimento como um elemento importante da cultura, além de possibilitar o resgate das cantigas que, com o tempo, podem ser esquecidas em razão do surgimento de outras brincadeiras e atividades.

Portanto, acreditamos que apresentar essas possibilidades nos anos iniciais do Ensino Fundamental contribui para uma compreensão mais ampla sobre como a dança pode ser desenvolvida em diferentes formações, além de ressaltar a importância do “outro” durante a realização de passos e gestos em grupo. Tais conhecimentos devem ser apresentados aos alunos, reforçando a relevância dessas estratégias para as várias possibilidades coreográficas e dos efeitos dessa diversidade tanto para quem dança quanto para quem assiste a uma apresentação.

Experimentação e Fruição

1. Agrupar para dançar

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Dançar em grupo. Elaborar formações em grupo. Explorar e experimentar os espaços e os gestos em formações diversas.

Materiais: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador), giz e fita-crepe ou cordas compridas

Procedimentos

Forme pequenos grupos de seis alunos.

Durante o desenvolvimento da atividade, coloque músicas conhecidas dos alunos e que façam parte do contexto comunitário do grupo. Outra possibilidade é aproveitar esse momento para lembrar as brincadeiras cantadas preferidas deles e que foram trabalhadas no ano anterior.

Peça aos alunos que se movimentem e dancem livremente ao som das músicas. Lembre-os de que eles fazem parte de um grupo.

Ao seu sinal, cada aluno deve rapidamente se reunir com os integrantes do grupo e, de mãos dadas, tentar construir com o corpo as formações vivenciadas na atividade inicial (em “Para começar”). Escolha formações bem diferentes umas das outras (círculos, quadrados, triângulos, colunas, entre outras possibilidades), de modo que os alunos possam experimentá-las nesta atividade. A repetição vai auxiliá-los a compreender cada uma delas.

É importante que eles identifiquem os elementos constitutivos da dança, como o ritmo, os gestos e, nesta atividade, principalmente, o espaço.

Dicas

Alunos dessa faixa etária podem ter dificuldades em reconhecer quem faz parte do seu grupo. Identifique cada um deles com diferentes cores de fita.

Caso eles não consigam entender as formações, faça grandes desenhos no chão com giz, fita-crepe ou cordas compridas, solicitando que fiquem sobre as marcações ao seu sinal. Esse procedimento facilita a compreensão dos movimentos que devem ser realizados.

Fotografar as formações feitas pelos alunos e analisá-las é outra maneira de ajudá-los a entender os desenhos corporais que estão tentando construir.

2. Dançar em roda: “Hoje é domingo”

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a parlenda “Hoje é domingo”. Experimentar e fruir os gestos no ritmo da parlenda. Compreender as características das danças desenvolvidas em roda. Assimilar essa manifestação como um saber da cultura.

Dica: A proposta aqui é levar os alunos a conhecer parlendas e cantigas de roda do contexto comunitário deles. Portanto, faça uma seleção do que eles conhecem e, posteriormente, invista na ampliação desses saberes.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da parlenda (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Ensine aos alunos a parlenda “Hoje é domingo”. Caso alguém a conheça, peça que o ajude a ensiná-la aos colegas.

Hoje é domingo

Pede cachimbo

O cachimbo é de barro

Que bate no jarro

O jarro é de ouro

Que bate no touro

O touro é valente

Que bate na gente

A gente é fraco

E cai no buraco

O buraco é fundo

Acabou-se o mundo!

Da tradição popular.

Quando o grupo já tiver mais afinidade com a letra, crie diferentes ritmos para a parlenda, a fim de explorar a diversidade rítmica e as variações de velocidade.

Uma vez aprendida a letra e explorados diferentes ritmos, desenvolva a parlenda com todos os alunos em fila, sem contato uns com os outros. Em um segundo momento, organize a atividade em roda, com todos de mãos dadas.

Ao final, compare cada uma das vivências: “O que mudou quando a parlenda foi cantada em roda?”, “Essa formação foi mais ou menos divertida que a outra? Por quê?”, “Qual delas é melhor para dançar com o colega?”. O objetivo dessas perguntas não é desvalorizar a formação em fila (ou outras formações), mas acentuar pontos positivos e negativos de cada uma delas.

Para a dança em roda, resalte características dessa formação, como a possibilidade de um aluno ajudar o outro no círculo; a necessidade de cooperação durante a execução da parlenda; a facilidade na execução dos passos nessa formação etc. Já para outras formações, destaque a maior liberdade que cada aluno tem de fazer seus movimentos e, para quem assiste, uma melhor condição de visualização, pois, em uma roda, todos costumam ficar virados para o centro dela.

É importante ressaltar que essa parlenda trata de um saber relevante da cultura, que foi e ainda é transmitida de uma geração para outra, constituindo uma espécie de memória coletiva. Reforce que as brincadeiras cantadas, as parlendas e as cantigas mais características do contexto comunitário podem ser diferentes de uma região para outra, o que pode ser exemplificado pelas experiências particulares dos próprios alunos.

3. Brincar com a canoa

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender a cantiga “A canoa virou”. Reconhecer a brincadeira como um elemento importante da cultura.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Ensine aos alunos a letra dessa cantiga. Se possível, reproduza o áudio para eles ouvirem.

A canoa virou
Pois deixaram ela virar
Foi por causa de [falar o nome do(a) aluno(a)]
Que não soube remar. } Cantar duas vezes

Se eu fosse um peixinho
E soubesse nadar
Eu tirava [falar o nome do(a) aluno(a)]
Do fundo do mar. } Cantar duas vezes

Siriri pra lá
Siriri pra cá
[falar o nome do(a) aluno(a)] é belo [ou bela]
E quer brincar.

Da tradição popular.

Há versões diferentes dessa cantiga na internet com o nome “Se eu fosse um peixinho”. Como há muitas versões da letra dessa cantiga, sugerimos que você escolha a que melhor se adapte ao seu contexto.

Peça aos alunos que formem uma roda e deem as mãos. Durante a cantiga, eles devem permanecer de mãos dadas e girar para um lado enquanto cantam.

A escolha do nome cantado na primeira e na segunda estrofe deve ser feita pelo grupo, de maneira aleatória. O aluno escolhido vai para o meio da roda e continua dançando no centro dela enquanto a primeira estrofe é repetida. Ele deve ser “resgatado” na segunda estrofe, quando o grupo canta o verso “Eu tirava...” e repete o nome do aluno.

É interessante que todos experimentem ficar no centro da roda.

Estimule o aluno que estiver no centro a dançar da forma que quiser, batendo palmas, pulando, enfim, torne esse momento divertido para ele e para o grupo.

Dica: Pode ser entregue ao aluno que ficar no centro da roda um adereço, uma máscara ou algo que torne essa experiência ainda mais divertida e prazerosa. Ofereça também instruções para a exploração do espaço, de diferentes níveis (baixo, médio, alto) e de partes do corpo.

Discussão

Discuta com os alunos a importância das cantigas de roda para a composição folclórica do país, reforçando sua presença como patrimônio cultural. Reflita sobre a presença delas na infância de muitas pessoas e sua representação do imaginário infantil por meio de coreografias e letras.

Em um segundo momento, peça aos alunos que comparem a realização das cantigas em roda com atividades feitas em outras formações. O que muda? Leve o grupo a perceber que, em roda, além de cada integrante enxergar os outros, o contato com os colegas é constante e contribui para que um ajude o outro na execução das atividades propostas. Destaque essa cooperação.

Reflita também com os alunos sobre o ritmo e a ocupação dos espaços durante a realização das atividades. É importante identificar com eles os momentos em que exploraram esses elementos para que o processo de aprendizagem seja consciente.

4. Construção de coreografias

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Elaborar coreografias com as formações aprendidas em aula. Experimentar e fruir com gestos, ritmos e construção coreográfica.

Procedimentos

Sugira aos alunos que escolham três ou quatro formações vivenciadas na aula para a elaboração de uma coreografia. Cada grupo deve realizar uma pequena sequência coreográfica empregando as formações escolhidas.

Estimule os alunos a acrescentar outros gestos e a experimentar outras formações.

Cada grupo faz uma apresentação para o restante dos alunos.

Exemplo de coreografia: Os integrantes de determinado grupo entram em roda. Em seguida, eles fazem um giro no lugar, formam um retângulo, batem três palmas e finalizam a apresentação formando um “V”.

Nesta atividade é possível utilizar as cantigas de roda como “músicas-tema” das coreografias ou canções que façam parte do contexto comunitário dos alunos.

Dica: Se eles tiverem dificuldade em elaborar uma coreografia, sugira movimentos para cada grupo e peça aos alunos que apenas finalizem com uma pose. Dessa forma, eles são incentivados a criar passos e a se tornar mais independentes.

Discussão

Converse com os alunos sobre o quanto as formações são importantes para as danças em grupo, pois elas oferecem diferentes efeitos para quem aprecia e para quem participa. Dançar explorando algumas formações auxilia os alunos a entender melhor o

espaço que o corpo deles ocupa em uma coreografia, além da adequação dos próprios movimentos. Gradativamente, eles começam a apreender as diferenças entre dançar livremente e em grupo, compreendendo limites espaciais, corporais e rítmicos. Demonstre essa diferença por meio de exemplos práticos. Solicite, durante a aula, a realização de um gesto que não possa ser feito em determinada formação. Para exemplificar isso, peça a um dos alunos que vá para o centro da formação em “T” e bata palmas ou que, em roda, de mãos dadas, todos batam palmas enquanto giram. Esses exemplos lhes permitem perceber que os posicionamentos e as formas são relevantes na execução dos movimentos.

Pense também em alternativas que possam ser elaboradas nas aulas, além das propostas pelos alunos (eles gostam de sugerir formações de animais, de flores, de trem ou de outros objetos). Não deixe, contudo, de vivenciar com eles essas propostas, valorizando os saberes do grupo e colocando-os como ativos no processo de aprendizagem. Explorar os desejos dos alunos quando eles se relacionam com o tema da aula enriquece a experiência pedagógica.

Construção de valores

Todos podem dançar as cantigas de roda?

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Sensibilizar os alunos para a questão da deficiência auditiva.

Materiais: algodão ou fones de ouvido e dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Reúna os alunos e dê a alguns deles dois pedaços de algodão. Em seguida, peça que insiram, com cuidado, um pedaço de algodão em cada orelha. Pretende-se, dessa forma, limitar a audição deles. Outra possibilidade é pedir que ouçam uma música com fones de ouvido. Nesse caso, cuide para que o volume esteja em um nível adequado a fim de não lhes prejudicar a audição.

Desenvolva uma das cantigas trabalhadas anteriormente com música ou apenas cantarolando a letra. Essa escolha pode ser feita em conjunto com a turma.

Os alunos que estiverem com essas limitações devem ser orientados pelos demais durante a realização da cantiga em relação às direções e aos movimentos que precisam ser executados.

Faça trocas para que mais alunos tenham essa experiência.

Discussão

Converse com o grupo sobre como foi vivenciar as cantigas com essa limitação: “Foi fácil ou difícil?”, “Essa limitação auditiva impede a participação na aula? Por quê?”, “Como cada um se sentiu?”.

É importante reforçar a relevância de o grupo incluir os colegas com dificuldades auditivas nas atividades, pois, apesar das limitações que possam existir, há espaço para todos. Auxilie os alunos a refletir sobre a importância da inclusão e a transferir essa prática para situações que extrapolem o contexto escolar, estimulando-os a respeitar e a conviver com as diferenças em outros espaços sociais.

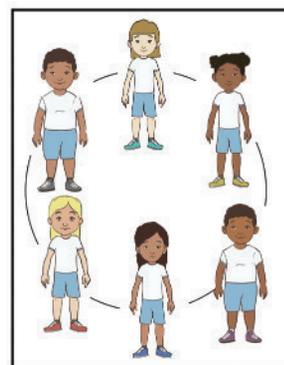
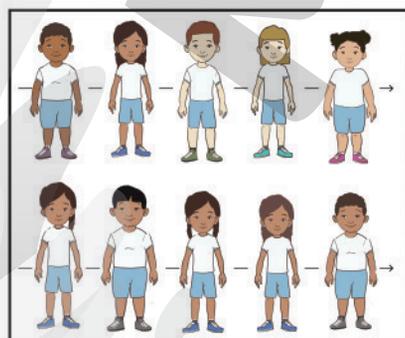
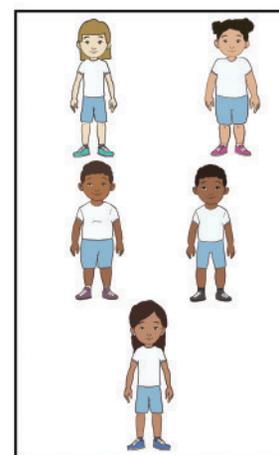
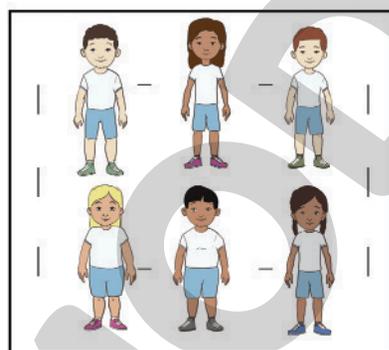
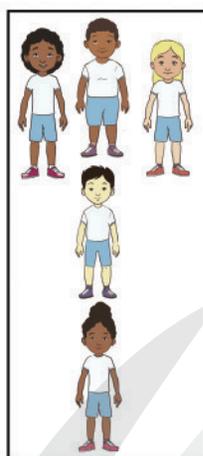
Para saber mais

- *Cantigas populares*. Disponível em: <<https://www.letras.mus.br/cantigas-populares/>>. Acesso em: 4 fev. 2021.

Essa página disponibiliza letras de cantigas de roda. Nela é possível encontrar as cantigas sugeridas neste tema, bem como outras opções que podem ser selecionadas durante o processo pedagógico.

Avaliação e Registro

1. Peça aos alunos que produzam um livro ilustrado que mostre as cantigas de roda desenvolvidas em aula. É importante que eles consigam sinalizar nos desenhos as diferenças entre elas, o que pode ser feito por meio dos movimentos presentes (alunos no centro; apenas em roda) ou mesmo utilizando palavras que aparecem nas canções (*peixe*, *canoa*, *touro*, entre outras), explorando a criatividade. Depois, peça a eles que incluam no livro uma cantiga diferente das vivenciadas pelo grupo.
2. Leve para a aula cópias das cinco imagens a seguir. Depois de distribuí-las aos alunos, peça-lhes que circulem as imagens que representam as formações exploradas durante as aulas. Ao final da avaliação, solicite a cada aluno que conte qual dessas formações ele mais gostou de fazer e por quê.



ILUSTRAÇÕES: ALEX COI

Danças circulares

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar e fruir as danças circulares em seus ritmos, espaços e gestos. • Diferenciar essas danças de outras formas de dança. • Valorizar a importância do outro durante a dança. • Compreender as danças circulares como manifestações culturais que caracterizam diferentes grupos.
Habilidades da BNCC	EF12EF11 e EF12EF12
Número de aulas	8
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução de áudio.
Sequência de atividades	Elabore o conceito de “danças circulares” com os alunos. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Por meio de análise de figuras, peça aos alunos que identifiquem o formato em que as danças foram desenvolvidas. Pergunte a eles sobre as sensações obtidas com as experiências e peça que reflitam sobre quem pode participar de aulas de dança.

Para começar

Reúna os alunos em um grande círculo. Converse rapidamente com eles sobre como foram as experiências com as cantigas exploradas em aula.

Contextualize brevemente os alunos sobre o que são danças circulares. Leia mais informações sobre essas danças na seção “Análise e Compreensão” a seguir.

Elabore o conceito de “danças circulares” com o grupo ponderando alguns aspectos, como a relevância cultural dessas manifestações, o modo como diferentes grupos se apropriaram socialmente delas e como essas manifestações foram (e são) relevantes para a humanidade.

Análise e Compreensão

As danças circulares sagradas

As danças circulares sagradas são manifestações desenvolvidas em círculo, com todos de mãos dadas e voltados para o centro. Nelas são realizados diferentes passos em grupo, desenhando uma coreografia coletiva que conecta os participantes em uma mesma energia, reunindo símbolos, tradição e cultura de diversas populações (OSTETTO, 2010)¹.

Essas danças também são conhecidas simplesmente como “danças circulares” ou “danças dos povos”, por sua representatividade cultural. O círculo assume forte simbologia, representando a união e a conexão com a natureza e o Universo. De acordo com Wosien (2004, p. 7)², o círculo é uma forma geométrica e o seu centro é o “símbolo da força da criação divina, que flui incansavelmente para o aqui e agora”.

1 OSTETTO, L. E. Para encantar, é preciso encantar-se: danças circulares na formação de professores. *Cadernos Cedes*. Campinas, v. 30, n. 80, p. 40-55, jan./abr. 2010.

2 WOSIEN, M. G. *Dança: símbolos em movimento*. São Paulo: Anhembi Morumbi, 2004.

Essas manifestações foram utilizadas ao longo da história da humanidade como uma parte relevante da vida social, sendo empregadas para agradecer os períodos de chuva, uma boa colheita ou caça, bem como em rituais fúnebres e de casamentos. O ser humano se apropriou das danças circulares em diversos eventos de sua vida primitiva e social, transferindo esses saberes de uma geração para outra.



Crianças dançando em um anel, 1872. Hans Thoma. Óleo sobre tela, 161 x 115 cm.

As danças circulares foram estudadas e disseminadas por Bernhard Wosien, que pesquisou danças étnicas em diferentes localidades do mundo. Para Wosien (2000, p. 120)³, em uma dança circular “[...] o mundo é de novo circulado e passado de mão em mão”.

As danças circulares apresentam muitas possibilidades afetivas e educativas, além de estimularem a “cultura da paz”. Qualquer pessoa pode participar de uma dança circular, bastando apenas entrar na roda, dar as mãos e dançar. Por isso, essas danças são muito indicadas em contextos educacionais, uma vez que são inclusivas e oferecem espaço para todos. Com base nesses princípios, sugerimos a abordagem das danças circulares no 2º ano, pois, além de serem compostas de passos simples, elas se caracterizam como um saber presente em diversas culturas.

No contexto brasileiro, as danças de roda possuem forte representatividade, sendo marcadas pelo hibridismo de influências europeias, indígenas e africanas. Um grande exemplo são as cantigas de roda, bastante presentes nas brincadeiras e na infância, além das manifestações folclóricas que se perpetuam por todo o país (KAMENSKY)⁴.

Portanto, explore esses conhecimentos com os alunos, valorizando a pluralidade cultural do Brasil, de modo que seja estimulado o respeito à riqueza de outros povos, bem como o simbolismo que eles passam de geração em geração em suas manifestações.

Experimentação e Fruição

1. Da abóbora faz melão

Objetivos: Aprender a cantiga “Da abóbora faz melão”. Explorar os gestos, a ocupação dos espaços e o ritmo das danças em círculo.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da cantiga (reprodutor de CD ou DVD; computador)

3 WOSIEN, B. *Dança: um caminho para a totalidade*. São Paulo: Triom, 2000.

4 KAMENSKY, A. P. S. O.; MONTEIRO, G. (org.); PESSOA, J. P. (org.); DISKIN, L. (org.). *Circularidades – Danças circulares e diversidades culturais: educação para uma cultura de paz*. 1. ed. Salvador: Editora Pontocom, 2016. v. 1.

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Procedimentos

Reúna os alunos e pergunte se algum deles conhece essa cantiga. Se houver alguém que a conheça, convide-o a cantar para os colegas. É importante que os alunos tenham sempre a oportunidade de compartilhar seus conhecimentos e de saber que são valorizados. Feita essa aproximação com a cantiga, apresente a eles a letra e a música “Da abóbora faz melão”. Há algumas versões disponíveis na internet. Sugerimos a versão divulgada neste vídeo: <<https://www.youtube.com/watch?v=hdqPxitrffQ>>. Acesso em: 4 fev. 2021.

Uma vez aprendida a letra e a melodia, desenvolva a coreografia apresentada a seguir, que está relacionada com os versos cantados. É possível também criar novos movimentos com o grupo.

Realize essa atividade em roda.

Da abóbora faz melão	}	Todos giram de mãos dadas, no ritmo da música, para a direita.
De melão, faz melancia		
Da abóbora faz melão	}	Todos giram de mãos dadas, no ritmo da música, para a esquerda.
De melão, faz melancia		
Faz doce, sinhá!	}	Todos param de girar e fingem que estão mexendo num caldeirão.
Faz doce, sinhá!		
Faz doce, sinhá Maria!		
Quem quiser dançar	}	Todos giram para a direita, no ritmo da música, batendo palmas.
Vá na casa do Juquinha!		
Quem quiser dançar	}	Todos giram para a esquerda, no ritmo da música, batendo palmas.
Vá na casa do Juquinha!		
Ele pula, ele roda,	}	Todos param, pulam, giram no próprio eixo e fazem uma “requebradinha” da forma que quiserem.
Ele faz requebradinha.		

Da tradição popular.

2. Bola de meia, bola de gude

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Desenvolver uma pequena coreografia de dança circular com a canção “Bola de meia, bola de gude”. Experimentar e fruir uma dança circular. Estimular a criação de movimentos.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução da canção (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Proponha uma dança circular com trechos da canção “Bola de meia, bola de gude”, de Milton Nascimento e Fernando Brant.

Coloque a música e realize com os alunos os movimentos propostos nos versos a seguir. Antes de iniciar a dança, peça a eles que procurem relaxar e se concentrar para que a coreografia seja bem desenvolvida. Convide-os a cantar enquanto dançam.

Bola de meia, bola de gude

Há um menino
há um moleque
morando sempre no meu coração
toda vez que o adulto balança
ele vem pra me dar a mão

O grupo, posicionado em círculo com as mãos soltas, bate palmas no lugar.

Há um passado
no meu presente
um sol bem quente lá no meu quintal
toda vez que a bruxa me assombra
o menino me dá a mão

Todos dão as mãos e giram no sentido anti-horário.

E me fala de coisas bonitas
que eu acredito que não deixarão de existir
amizade, palavra, respeito,
caráter, bondade, alegria e amor

Todos soltam as mãos e se deslocam saltando no sentido horário.

Pois não posso, não devo, não quero
viver como toda essa gente insiste em viver
E não posso aceitar sossegado
Qualquer sacanagem ser coisa normal
[...]

No lugar, todos batem uma palma contra a outra na altura do peito e depois batem cada uma das palmas das mãos na coxa correspondente.

Milton Nascimento e Fernando Brant.
CD *Trilhas de Ballet*, 2002.

Depois de assimilarem os movimentos propostos para os versos, estimule os alunos a criar outra coreografia para essa letra. É muito importante que eles possam desfrutar dessa aprendizagem e se tornarem protagonistas. Reforce para os alunos os princípios das danças circulares, como a cooperação entre os colegas e o respeito aos limites de cada um. Se necessário, faça adaptações nos movimentos para incluir todos na atividade. Por exemplo, caso você possua um aluno com deficiência nos membros inferiores, é possível fazer os deslocamentos em roda, mas sem dar as mãos.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Caso seja possível e considere oportuno, realize uma coreografia com a letra completa dessa canção. Disponível em: <<http://www.miltonnascimento.com.br/letras.php>>. Acesso em: 4 fev. 2021.

Discussão

Reúna os alunos e inicie a discussão sobre a atividade fazendo-lhes algumas perguntas motivadoras: “Vocês acham que as danças circulares são importantes para as pessoas? Por quê?”.

Em um segundo momento, desenhe um quadro na lousa e peça aos alunos que identifiquem as diferenças entre cada uma das danças vivenciadas na aula. Esse quadro pode mostrar as especificidades das danças em outras formações (“V”, “T” etc.), das cantigas e de outras vivências, uma vez que cada uma tem um objetivo.

Ao final, reforce para os alunos a relevância das danças circulares como um patrimônio cultural, além de o quanto elas são diferentes de outros tipos de dança por suas especificidades tanto na forma quanto na simbologia.

Incentive o grupo a refletir sobre as possibilidades de movimentos e o impacto da composição coletiva nas danças circulares. Explique que se trata de uma experiência corporal

com significados históricos e com trocas constantes de aprendizagem entre as pessoas que participam das danças.

Para saber mais

- WOSIEN, M. G. *Dança sagrada: deuses, mitos e ciclos*. São Paulo: Triom, 2002. A autora faz um apanhado significativo sobre as danças circulares e sua relação com o sagrado.
- OSTETTO, L. E. Para encantar, é preciso encantar-se: danças circulares na formação de professores. *Caderno Cedes*. Campinas, v. 30, n. 80, p. 40-55, jan./abr. 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ccedes/a/ffFTgB7LCvKTfKQV6PbHjRK/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 20 maio 2021. O texto aponta o quanto o conhecimento sobre os significados das danças circulares é fundamental na formação dos professores e na sua futura atuação pedagógica.

Avaliação e Registro

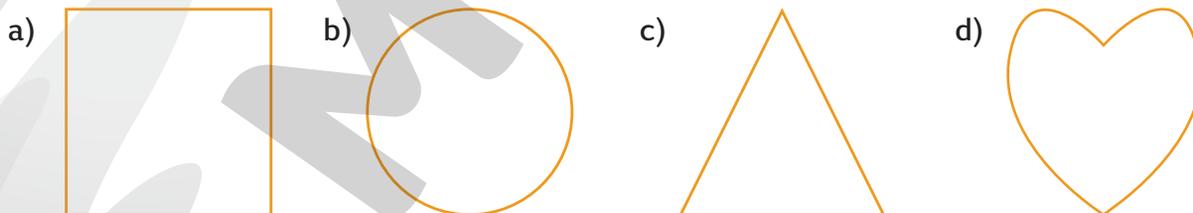
Para que você possa verificar o que os alunos compreenderam sobre danças e como se sentiram ao realizá-las, sugerimos que faça cópias das atividades a seguir para serem distribuídas aos alunos.

Após os registros, converse com os alunos, pedindo que falem sobre a maior dificuldade que tiveram nas aulas de dança. O que foi mais difícil: acompanhar o ritmo, a localização espacial ou criar movimentos? Utilize as informações obtidas para avaliar o que precisa ser mais explorado com eles.

Na atividade 2, converse com os alunos sobre os motivos de terem se sentido do modo como circularam as carinhas.

Na atividade 3, são dadas as seguintes alternativas: item A, apenas adultos; item B, apenas crianças; item C, apenas jovens; item D, adultos, crianças, jovens e pessoas com deficiência. Espera-se que os alunos compreendam que todas as pessoas podem participar de aulas de dança.

1. Pinte a figura que representa a formação para dançar uma cantiga de roda.



2. Circule a carinha que demonstra como você se sentiu ao participar das danças circulares.



a) Feliz.

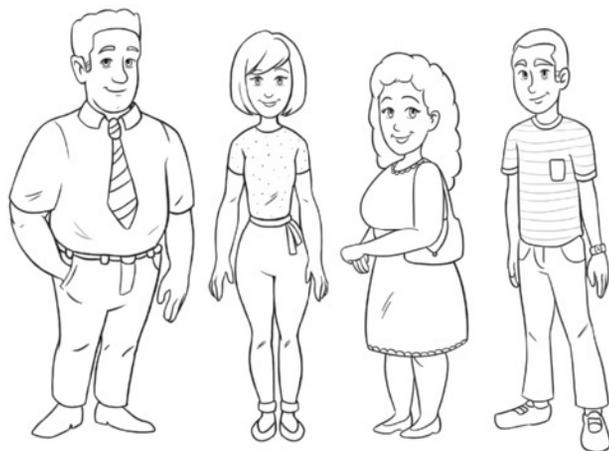
b) Cansado.

c) Apaixonado.

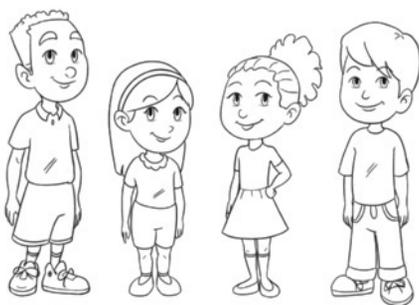
d) Triste.

3. Pinte os desenhos da alternativa que mostra quem pode participar de aulas de dança.

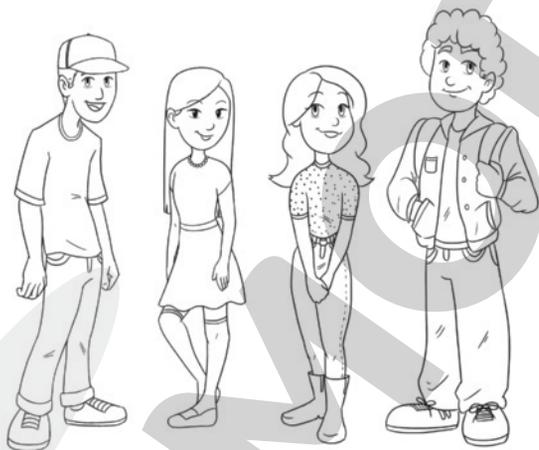
a)



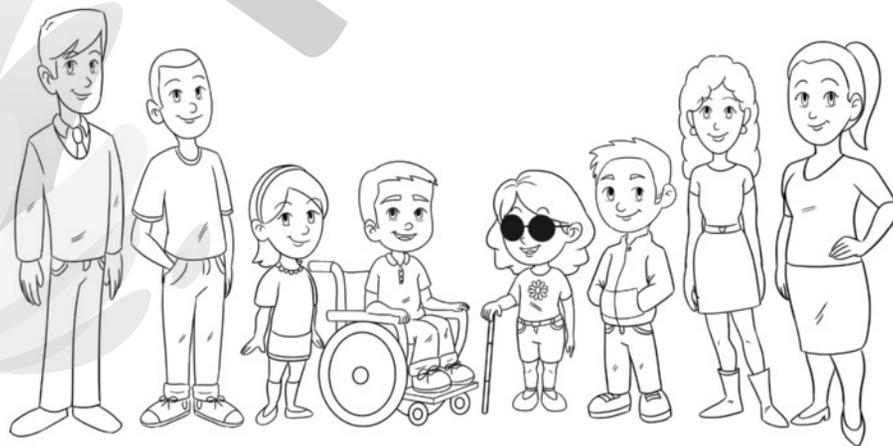
b)



c)



d)



2^o ANO

Ginásticas

TEMA

1

Ginástica geral: os saltos e os giros

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer e experimentar os elementos corporais básicos da ginástica: os saltos e os giros.• Identificar os saltos nas suas posições básicas: grupada, carpada e estendida.• Executar variações de saltos de forma individual, em grupos pequenos e grandes.• Executar variações de giros de forma individual e em grupos.• Construir coletivamente combinações entre os elementos básicos da ginástica: saltos e giros.• Cooperar com colegas com deficiência visual.
Habilidades da BNCC	EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09 e EF12EF10
Número de aulas	12
Materiais	Cartazes com desenhos ou imagens de saltos, vendas para os olhos e giz.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos o que sabem sobre saltos e giros. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Acompanhe a construção coletiva de uma coreografia utilizando os saltos e os giros.

Os saltos

Para começar

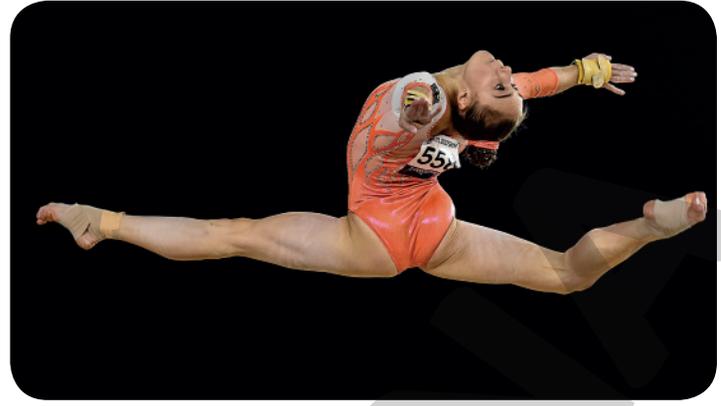
Converse com os alunos sobre os elementos básicos da ginástica relacionados com a aula: os saltos. Faça os seguintes questionamentos: “Quem sabe o que é um salto? Em que situações ele pode ser feito?” Dependendo das respostas, peça a um voluntário que demonstre um salto (de qualquer tipo) para os demais colegas.

Explique que os saltos são movimentos em que o praticante se eleva do chão a partir de um impulso e, em seguida, volta a ter contato com o solo ou sobre algum aparelho. Esse impulso pode ser vertical e levar quem o executa a alcançar maior altura ou horizontal e levá-lo a alcançar maior distância.

Para facilitar a compreensão deste tema, apresente algumas imagens de práticas corporais de pessoas realizando saltos e que podem ser obtidas em *sites* de busca da internet e levadas para essa conversa inicial.



Crianças pulando em cima de um trampolim acrobático.



Salto espacate: afastamento das pernas com um ângulo igual ou superior a 180° entre si. Na foto, a belga Nina Derwael no Campeonato Mundial de Ginástica Artística, em Montreal, Canadá, em 2017.



Dançarino de *hip-hop* realizando um salto afastado.

Análise e Compreensão

Ginástica geral ou ginástica para todos?

A denominação oficial estabelecida pela FIG (Federação Internacional de Ginástica) é ginástica para todos, porém, como o termo ginástica geral foi utilizado por muito tempo e se identificou como uma prática que reúne as diversas possibilidades da ginástica, manifestações expressivas culturais, participação e interação de todos independentemente de idade, sem caráter competitivo, também pode ser utilizado como sinônimo da terminologia oficial.

Aqui, adotamos a utilização do termo ginástica geral porque é o utilizado nas descrições das habilidades da BNCC (Base Nacional Comum Curricular).

A seguir, iremos tratar dos elementos básicos da ginástica que fazem parte do contexto da ginástica geral.

Os elementos básicos da ginástica

Os saltos são parte dos elementos básicos da ginástica. Eles ocorrem quando uma pessoa perde o contato dos pés com o solo, realiza uma fase aérea, que chamamos de fase de voo, e, em seguida, faz uma aterrissagem apoiando um ou os dois pés no chão.

Os saltos estão presentes nas práticas dos mais variados tipos de ginásticas, desde a sua forma mais simples até os combinados com acrobacias de grande dificuldade de execução.

Podemos observar também a prática de saltos em cima de aparelhos oficiais das ginásticas de competição, no trapézio e nas acrobacias do circo, nos aparelhos das ginásticas de condicionamento físico e até nas danças mais contemporâneas.

Para os alunos do 2º ano, os saltos são empregados com apoio no solo e na sua forma mais simples e com baixa complexidade de execução.

Posições básicas dos saltos

Na ginástica, algumas posições são consideradas base para a realização dos movimentos, sejam eles de fácil ou de difícil execução. Veja algumas dessas posições a seguir.



Estendida: não há ângulos entre as articulações do quadril e dos joelhos.



Grupada: o ângulo do quadril e dos joelhos é menor que 90°.



Carpada: o ângulo do quadril é menor ou igual a 90°.

ILUSTRAÇÕES: ALEX CÔI

Comente com os alunos que, de acordo com as imagens, os saltos podem ser realizados em diversas manifestações da cultura corporal de movimento, nos jogos e nas brincadeiras, nas danças, nos esportes, nas lutas, entre outras, mas que, nesse momento, irão conhecer e executar os saltos que pertencem aos elementos básicos da ginástica e que formam a base de movimentos da ginástica geral.

Experimentação e Fruição

1. Saltar como os animais

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Desenvolver formas de saltos.

Procedimentos

Organize os alunos em pequenos grupos e peça a eles que formem círculos.

Cada grupo deve escolher, em segredo, um animal que consegue saltar com facilidade. Uma vez escolhido, um dos integrantes deve contar a você o nome do animal e voltar para o círculo.

De posse dos nomes dos animais, escolha um deles para ser representado por meio de saltos. O grupo que o escolheu deve sair do círculo e imitar os seus saltos. Os integrantes dos demais grupos tentam identificar o animal.

Assim que ele for descoberto, o grupo que representou o animal volta para o seu círculo e espera o anúncio de outro animal.

A atividade termina quando todos os grupos tiverem feito sua apresentação.

2. Saltos grupado, carpado e estendido

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Identificar e experimentar os saltos grupado, carpado e estendido.

Procedimentos

Solicite aos alunos que formem um grande círculo. Depois, apresente por meio de cartazes, desenhos ou vídeos as posições do corpo durante os saltos grupado, carpado e estendido.

Em um primeiro momento, todos devem realizar esses movimentos sentados. Para a representação do grupado, os alunos devem dobrar os joelhos e deixar as mãos para o alto. Também é possível fazer o grupado “abraçando” os joelhos; tente essa variação. Para a posição carpada, eles precisam estender as pernas e os braços. Para o movimento estendido, cada aluno deve deitar e estender todo o corpo.

Após essas vivências, lembre-os de que nos saltos os pés perdem o contato com o solo e oriente-os a realizar a posição grupada, carpada ou estendida nessa fase de voo.

Se considerar oportuno, determine uma fruta para representar cada uma dessas três posições. Exemplo: abacaxi para o grupado, maçã para o carpado e laranja para o estendido. Ao falar o nome da fruta, todos devem realizar o salto relacionado.

Estimule a participação dos alunos na escolha das frutas e durante a realização da atividade.

3. Saltar juntos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar o salto de forma coletiva e sincronizada.

Procedimentos

Peça aos alunos que formem duplas, deem as mãos, contem três passos e realizem um pequeno salto para a frente, aterrissando com os dois pés juntos. No decorrer da atividade, aumente o número de alunos que saltam de mãos dadas para que eles pratiquem a possibilidade de sincronismo com mais pessoas.

Construção de valores

Saltar juntos e separados

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Cooperar com colegas com deficiência visual.

Material: vendas para os olhos

Procedimentos

Depois de vivenciar a atividade “Saltar juntos”, solicite aos alunos que formem duplas e distribua uma venda para cada uma. Um aluno de cada dupla deve ficar vendado. Em um primeiro momento, eles devem realizar a atividade com as mãos dadas e, em seguida, sem o apoio das mãos, utilizando somente o comando de voz.

Para finalizar, forme trios e peça aos alunos que imobilizem os braços, colocando-os para dentro da camiseta. Eles precisam realizar a atividade juntos e com movimentos sincronizados.

Discussão

Reúna-se com os alunos e pergunte: “Foi difícil acompanhar o colega vendado?”, “E com os braços imobilizados?”, “Por que é importante pensarmos nas pessoas com deficiência?”.

Ao final, reforce a importância da inclusão de todos nas atividades, ressaltando que pessoas com deficiência fazem parte da sociedade como qualquer outra pessoa e têm o direito de participar dela, de conviver e de aprender.

Os giros

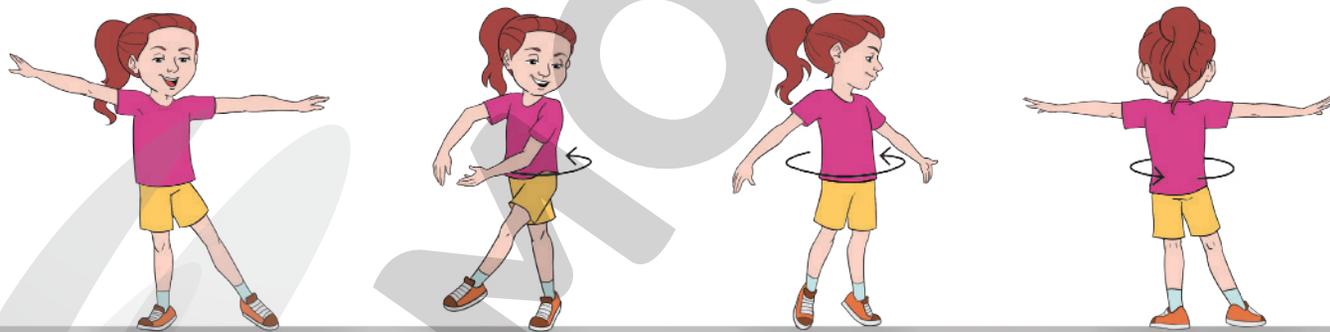
Para começar

Converse com os alunos e pergunte se eles sabem o que é uma pirueta. Estimule os comentários individuais e exemplos práticos. Comente que as piruetas são como os giros, rotações do corpo com ou sem apoio dos pés no chão.

Assim como os saltos, os giros aparecem em muitas práticas corporais nas ginásticas de competição, nas danças, nas lutas, entre outras.

Nesse tema, trataremos os giros como elementos básicos da ginástica e, também, para formar uma base de movimentos que ampliará o repertório motor que será utilizado na execução da ginástica geral.

Para facilitar a compreensão desse movimento, leve para a aula algumas imagens de giros que podem ser obtidas na internet.



Giro simples.



Giro simples com impulso.

Análise e Compreensão

Os elementos básicos da ginástica

Os giros pertencem aos elementos básicos da ginástica e são rotações do corpo que podem ser realizadas com o apoio ou não de um ou dois pés no chão, para a direita ou para a esquerda, nos sentidos longitudinal, transversal ou anteroposterior.

Os giros podem ser realizados em diversas posições do corpo (em pé, com uma perna elevada, sobre os joelhos, sentado etc.) no mesmo lugar ou em combinações com deslocamentos (para a frente, para trás e para os lados).

Sua velocidade, no entanto, irá depender da capacidade individual do praticante como também do local. No solo o apoio é maior; já em cima de uma cadeira a base diminui, o que exigirá mais equilíbrio.

Uma pessoa pode realizar um ou mais giros consecutivos, como os artistas de circo com suas piruetas, as bailarinas, que se utilizam de vários giros apoiados na ponta dos pés, uma ginasta na trave de equilíbrio, que chega a realizar três giros consecutivos, entre outras práticas que também utilizam essas rotações, seja no chão ou no ar.

Para os alunos do 2º ano, os giros são empregados na sua forma mais simples e com baixa complexidade de execução.

Nesse tema, vamos iniciar com os giros no sentido longitudinal do corpo. A complexidade e o aumento da dificuldade na execução vão depender dos limites e desafios que cada um alcançar.

Experimentação e Fruição

1. Noite e dia

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Aprender formas de giros.

Material: giz

Procedimentos

Peça aos alunos que façam um grande círculo com giz no chão, de modo que todos consigam colocar os pés na sua linha demarcatória.

Em seguida, realize uma brincadeira com comandos.

Por exemplo: Ao falar “Noite”, todos devem ficar de costas para o centro do círculo. Ao falar “Dia”, todos devem ficar de frente para o centro do círculo. Para verificar se os alunos estão atentos, diga duas vezes seguidas “Noite” e, depois, duas ou três vezes seguidas “Dia”. Se considerar oportuno, acelere o ritmo.

Em outro momento da brincadeira, relacione essas duas palavras com a forma como deve ser realizado o movimento de mudança de posição.

Exemplos: a) Com os dois pés e rápido (Noite); com um pé só e lento (Dia). b) Com os braços estendidos para cima (Noite); com os braços grudados no corpo (Dia).

c) Com um dos braços estendido e o outro grudado no corpo (Noite); com uma mão na cabeça (Dia).

Estimule os alunos a sugerir posições para o corpo.

2. Giro no círculo

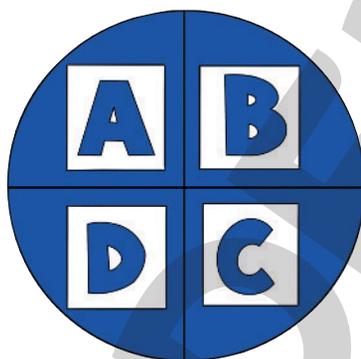
ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Aprender o giro combinado com o salto.

Material: pedaços de giz

Procedimentos

Use um dos pedaços de giz para fazer no chão o desenho mostrado abaixo, que deve ser grande o suficiente para comportar um aluno em pé. Depois de pronto, distribua pedaços de giz aos alunos e peça-lhes que usem o seu desenho como modelo para fazer outros, de modo que cada um tenha o seu.



ALEX CÔI

Depois de prontos os desenhos, instrua cada aluno a ficar em pé dentro do círculo. Em seguida, explique que eles vão dar giros com salto durante a brincadeira “O mestre mandou”.

Quando você der o comando “O mestre mandou ir de A para B”, cada aluno deve ficar de frente para a letra A e realizar um pequeno salto com giro de modo que o finalize de frente para a letra B.

Explore diferentes possibilidades de comando: ir de B para C, de C para D, de A para C, de A para D, de B para D, de D para A.

Quando os alunos estiverem mais familiarizados com a brincadeira, incentive-os a escolher um colega como mestre. Se possível, cada aluno deve atuar como mestre pelo menos uma vez.

Após essas vivências, explique que os giros podem ser realizados com o apoio dos pés no chão ou com pequenos saltos, ressaltando que o corpo deve realizar uma rotação, que não precisa ser obrigatoriamente de 360°, sendo aceitas as rotações de 180° ou de 90°.

3. Giro em duplas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar o giro com um colega.

Procedimentos

Oriente os alunos a formar duplas e a ficar de mãos dadas, um de frente para o outro. Em seguida, eles devem realizar alguns giros sem soltar as mãos. Ao final da atividade,

incentive-os a aumentar a velocidade dos giros. Chame atenção para a importância de segurar com firmeza as mãos do colega para que não as solte durante os giros, o que ocasionaria uma queda.



ILUSTRAÇÃO: ALEX CÔI

Avaliação e Registro

A ginástica geral tem como um dos seus princípios as composições coreográficas, que são tematizadas e construídas coletivamente.

Para finalizar o capítulo, solicite aos alunos que descrevam oralmente ou por meio de uma demonstração os saltos (nas posições grupada, carpada e estendida) e os giros que executaram durante as aulas. Eles também podem realizar desenhos para descrever e registrar as características desses elementos.

Oriente-os a formarem duplas e apresente uma sequência de movimentos, por exemplo: um giro com apoio de um pé, um salto na posição grupada, um giro com o apoio dos dois pés, um salto na posição estendida, um giro sem apoio dos pés, um salto na posição carpada.

Essa sequência pode ser previamente estabelecida ou construída junto com os alunos.

Peça que pratiquem por um tempo essa sequência de forma sincronizada com o colega; em seguida solicite que formem grupos de quatro alunos e continuem a praticar e, assim, vá aumentando o número de alunos nos grupos até que estejam todos juntos.

Registre esse momento final com todos em fotos ou vídeos e utilize o material na construção de portfólios e registros da turma.

Para saber mais

- GAIO, R. *Ginástica rítmica popular: uma proposta educacional*. Jundiaí: Fontoura, 2009.

A autora propõe atividades que consideram o corpo em relação ao espaço, a objetos e aos ritmos, ampliando as experiências motoras das crianças e incentivando sua criatividade.

- WERNER, P. H.; WILLIAMS, L. H.; HALL, T. J. *Ensinando ginástica para crianças*. 3. ed. São Paulo: Manole, 2017.

A obra reúne materiais sobre conteúdos e sequências de aulas para alunos a partir do 1º ano do Ensino Fundamental, por meio de atividades lúdicas e criativas. Mostra ainda como elaborar um programa inclusivo, orientando professores na criação de um ambiente de ensino positivo.

Ginástica geral: a parada de cabeça e a parada de mãos

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Fruir e identificar as acrobacias realizadas no 1º ano: rolamentos e roda. • Aprimorar os rolamentos para a frente e para trás e a roda. • Experimentar a parada de cabeça e a parada de mãos. • Perceber a posição do corpo sem a referência visual.
Habilidades da BNCC	EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09 e EF12EF10
Número de aulas	14
Materiais	Colchões, colchonetes, tatames de EVA, giz e folhas de papel pardo.
Sequência de atividades	Resgate com os alunos o que eles lembram sobre acrobacias. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Acompanhe a construção de um painel coletivo (com imagens e textos) com os registros dos alunos sobre as vivências.

Para começar

Converse com os alunos sobre o que entendem por acrobacias e se eles conhecem algumas delas, como os rolamentos (cambalhotas), a roda (estrela), a parada de cabeça e a parada de mãos (“plantar bananeira”). Procure saber se alguém já realizou alguma acrobacia. No caso de respostas positivas, solicite-lhes que demonstrem suas experiências.

Considere as respostas do grupo ao orientar a conversa para a compreensão dos elementos básicos da ginástica. Dessa forma, é possível realizar um diagnóstico dos alunos, o que eles conhecem sobre esse tema e suas experiências anteriores.

Análise e Compreensão

Os apoios invertidos

Nos apoios invertidos, as mãos e/ou a cabeça são colocadas no chão para sustentar o peso do corpo no ar. Os mais simples são a parada de mãos e a parada de cabeça.

Os rolamentos, a roda e os apoios invertidos fazem parte das acrobacias básicas relacionadas com quase todo tipo de ginástica. É a partir delas que se pode iniciar uma série de combinações e aumentar a complexidade conforme os alunos aprimoram sua prática.

Tem-se conhecimento das acrobacias desde a Antiguidade. Em países, como Grécia, Índia e China, realizavam-se manifestações corporais fundamentadas em movimentos acrobáticos individuais e em grupos.

Com o decorrer do tempo e as transformações das práticas corporais, a ginástica tornou-se mais institucionalizada a partir dos métodos ginásticos europeus. Em consequência desse processo, algumas acrobacias foram selecionadas e padronizadas na realização de ginásticas.

Nesse tema, iremos tratar das acrobacias com a perspectiva da ginástica geral, ou seja, respeitando as limitações individuais, sem padronização dos movimentos e prezando pela participação de todos nas práticas.

Experimentação e Fruição

Segurança

Antes de solicitar aos alunos que realizem apoios invertidos, é fundamental fazer com eles algumas atividades como os rolamentos e a roda. Esse procedimento permite que os alunos preparem o corpo para a aprendizagem do novo movimento e se sintam mais confiantes na tentativa de realizá-lo.

1. Rolamentos e roda

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Fruir e praticar as acrobacias básicas: rolamentos para a frente e para trás.

Material: colchonetes e/ou colchões

Procedimentos

Rolamentos

O rolamento é um giro no eixo anteroposterior, ou seja, você realiza uma rotação do corpo para a frente ou para trás.

Organize variações do rolamento para a frente e para trás, os quais podem ser feitos com as pernas grupadas ou afastadas, com os olhos abertos ou fechados, entre outras possibilidades. Se algum aluno tiver receio em fazer o rolamento, ajude-o a realizar o movimento até ele se sentir seguro para executá-lo sozinho.

Relembre aos alunos que, para fazer o rolamento, é necessário apoiar as mãos no colchonete, encostar o queixo no peito e impulsionar o corpo para a frente até sentirem a coluna encostar no colchonete. Por fim, completam o rolamento em pé, com os braços esticados para cima ou para a frente.

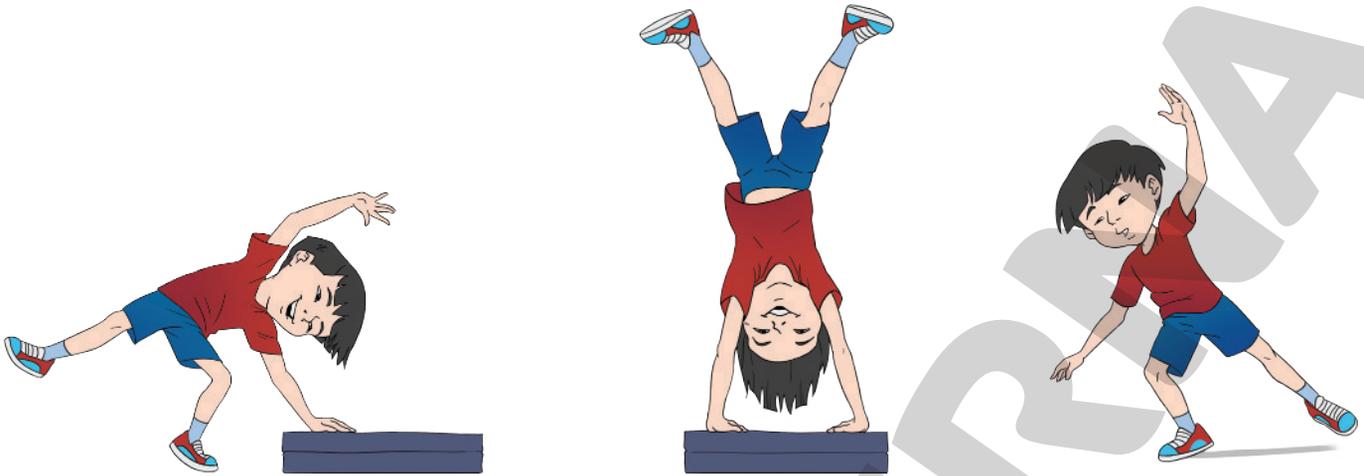


Rolamento para a frente.

Ao fazer o rolamento, o aluno não bate as costas no colchonete. O movimento deve ser contínuo, como se cada vértebra encostasse aos poucos no colchonete, e não todas de uma vez só.

Roda

A roda é um giro no eixo transversal do corpo, o qual é feito com o apoio das mãos seguido dos pés, alternadamente. A figura a seguir exemplifica esse movimento.



Roda.

Forre o chão com colchonetes e use-os também para criar o obstáculo no qual os alunos vão colocar as mãos durante o giro. Outra opção é usar colchões enrolados como apoio para as mãos.

2. Pega-pega avestruz

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Experimentar a aprendizagem da parada de cabeça.

Procedimentos

Organize uma brincadeira simples de pega-pega com um ou mais pegadores. A diferença dessa brincadeira para ser realizada no 1º ano está na ação que os fugitivos podem fazer para não serem pegos: realizar a posição de avestruz, ou seja, eles devem colocar as duas mãos e a cabeça no chão, com as pernas estendidas.



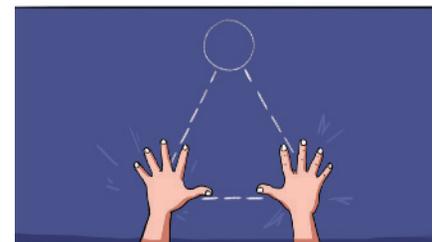
Posição de avestruz.

Lembre-se de que essa brincadeira é um aquecimento para a aprendizagem da parada de cabeça.

3. O mundo de cabeça para baixo

Objetivo: Experimentar o equilíbrio do corpo com três apoios: mãos e cabeça.

Materiais: colchonetes ou colchões e giz



ILUSTRAÇÕES: ALEX COI

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Procedimentos

Use o giz para desenhar um triângulo nos colchonetes. Depois, peça aos alunos que fiquem ajoelhados de frente para o seu colchonete.

Explique que cada vértice do triângulo é um ponto de apoio para as mãos e a cabeça, conforme mostrado na figura anterior.

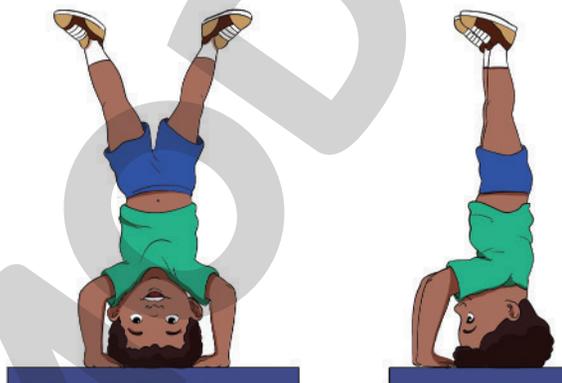
Eles devem colocar as mãos e a cabeça no local indicado e impulsionar o corpo para a frente na tentativa de obter o equilíbrio necessário para permanecer na posição de cabeça para baixo. É importante, nesse momento, tentar apoiar um joelho de cada vez nos cotovelos.



Posição de ponta-cabeça (de cabeça para baixo).

Oriente os alunos a contar até dez e voltar à posição inicial.

À medida que eles se sentirem mais seguros e conseguirem ficar mais tempo em equilíbrio nessa posição, peça-lhes que estendam as pernas, conforme mostrado nas figuras a seguir.



Posição de ponta-cabeça com as pernas estendidas.

Se sentir necessidade, os alunos podem realizar esse movimento com as costas apoiadas na parede.

Importante: lembre-os de que os apoios das mãos e da cabeça devem sempre formar um triângulo, o que facilita a realização desse equilíbrio.

4. Apoio na parede

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

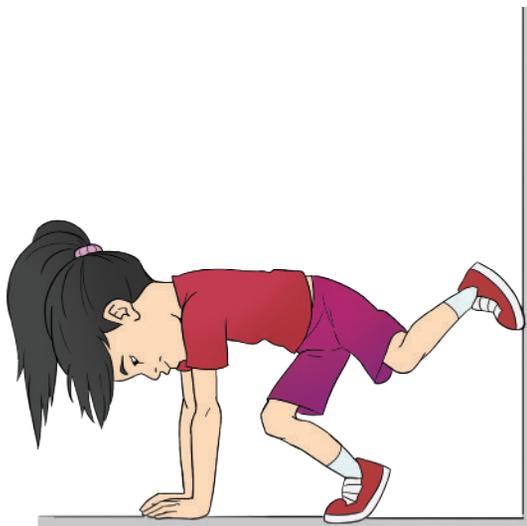
Objetivo: Perceber a posição do corpo na parada de mãos.

Procedimentos

Peça aos alunos que fiquem de costas para uma parede. Na sequência, oriente-os a apoiar as duas mãos abertas no chão e, em seguida, a colocar os pés na parede. Depois de contar até dez, eles devem voltar à posição inicial.

Solicite, a cada repetição desse movimento, que os pés fiquem mais altos na parede e que a contagem demore mais tempo.

Se considerar viável, organize uma competição para ver quem consegue ficar mais tempo nessa posição.



Parada de mãos com apoio dos pés na parede.



ILUSTRAÇÕES: ALEX COI

5. Caminho acrobático

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Construir um caminho acrobático.

Materiais: colchões, colchonetes e placas de EVA

Procedimentos

Determine para os alunos o início e o fim do caminho acrobático. Eles devem escolher os movimentos que vão fazer durante o percurso. Exemplos: rolamento para a frente em determinado ponto; corrida, em outra parte do caminho; rolamento para trás, avião, roda etc.

Durante o percurso, todos fazem juntos as acrobacias determinadas para cada ponto do caminho.

Incentive a participação de todos na escolha dos movimentos dessa atividade.

Discussão

Questione os alunos sobre outras acrobacias que eles possam conhecer, como os saltos mortais, as pontes e as reversões.

Aproveite esse momento para conversar com eles sobre outras maneiras de realizar as acrobacias propostas nas aulas. Considere as sugestões viáveis (sem menosprezar as demais) e a disponibilidade de materiais. Se possível, vivencie com os alunos algumas dessas sugestões.

Segurança

Considere sempre a possibilidade de ter em suas aulas alunos com experiências negativas com acrobacias (ou sem nenhum contato com essa prática), as quais podem interferir na realização das atividades propostas. Ressalte sempre que não há perigo na realização das atividades desde que feitas da forma adequada e com a sua supervisão.

Portanto, estimule os alunos a experimentar os movimentos e, principalmente, a fazer com que eles se sintam seguros. Elogie sempre os progressos alcançados.

Construção de valores

Parada de cabeça com os olhos vendados

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Realizar a parada de cabeça com os olhos vendados. Perceber a posição do corpo sem a referência visual.

Materiais: colchões, colchonetes ou tatames de EVA e vendas para os olhos

Procedimentos

Organize os alunos em duplas. Cada dupla recebe uma venda para ser colocada em um dos colegas. O que ficou sem a venda vai orientar o movimento do outro passo a passo. Peça a eles que refaçam o procedimento até que o colega vendado tenha mais autonomia para realizar a parada de cabeça. Quando a segurança e a autonomia ficarem evidentes, o que estava vendado troca de posição com o colega, entrega-lhe a venda e passa a orientá-lo.

Discussão

Reúna o grupo para debater sobre essa atividade. Instigue os alunos com perguntas: “Qual foi a sensação de realizar a parada de cabeça com os olhos vendados?”, “Vocês também se divertiram fazendo a parada desse outro jeito?”, “Do que vocês mais gostaram: de fazer a parada ou de orientar o colega? Por quê?”.

Auxilie os alunos a perceber que pessoas com deficiência visual também podem participar de diversos tipos de saltos e giros.

Segurança

Para a realização dessa atividade, organize um ambiente seguro, de preferência com colchonetes, colchões e/ou tatames de EVA. Fique próximo ou até mesmo auxilie os alunos que tiverem mais dificuldade, pois a restrição da percepção visual pode causar medo.

Para saber mais

- DARIDO, S. C.; MOREIRA JÚNIOR, O. *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*. Campinas: Papyrus, 2007.

Nesse livro os autores apontam possibilidades de práticas da ginástica na escola com imagens, discussões e textos.

Avaliação e Registro

1. Construa com os alunos um painel coletivo para o registro das aulas. Adquira folhas de papel pardo para essa finalidade. Ao final de cada atividade, solicite aos alunos que façam os registros do que vivenciaram por meio de palavras ou desenhos.
2. Quando o painel estiver finalizado, pendure-o na parede da sala ou em um espaço no qual os alunos possam ter contato com ele diariamente.
3. Por fim, realize uma roda de conversa sobre os registros do painel coletivo e oriente os alunos a falar sobre suas experiências. Organize os registros individuais e coletivos com base nesses comentários e nas suas observações feitas nas aulas.

2^o ANO

Esportes

TEMA

1

Esportes assistidos ou praticados pelos familiares

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Identificar quais esportes são mais praticados ou assistidos.• Experimentar modalidades esportivas de forma adaptada.• Consultar familiares sobre esportes para pessoas com deficiências.
Habilidades da BNCC	EF12EF05 e EF12EF06
Número de aulas	12
Materiais	Lápis, papel, canetas hidrocor, folha de cartolina, bolas e cones.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos que movimentos podem ser identificados na imagem apresentada e em que modalidades esportivas são executados. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique a aprendizagem por meio da realização de uma pesquisa com auxílio dos familiares.

Para começar

Antes de iniciar o trabalho com esse tema, em uma aula anterior, peça aos alunos que perguntem aos seus familiares a quais esportes eles gostam de assistir e quais gostam de praticar. Dependendo da fase de alfabetização dos alunos, a informação deve ser registrada por escrito pelos familiares.

Tire cópias da imagem da página seguinte e use-a para perguntar aos alunos quais movimentos podem ser identificados e, em seguida, em quais modalidades esportivas eles são executados. Nesse momento, o propósito é levar os alunos a refletir sobre possíveis movimentos que podemos executar e a relacioná-los com determinadas modalidades esportivas.

Após essa primeira análise da imagem, pergunte aos alunos se conhecem outros tipos de movimento presentes nos esportes e peça que os descrevam. Por fim, pergunte a eles qual é o objeto esportivo presente na imagem (no caso, a bola) e ajude-os a refletir se os esportes precisam sempre ser praticados com uma bola. Conduza a reflexão no sentido de perceberem que há esportes praticados com outros materiais, como peteca, arco e flecha, fita ou arco (ginástica rítmica), dardo, bicicleta, prancha, *skate* etc., e esportes que não exigem materiais, como natação, corridas, judô, salto em distância, caratê etc.

Aproveite também para questionar os alunos quais os espaços físicos utilizados para a prática das modalidades esportivas, fazendo-os entender que, dependendo do esporte, este poderá ser realizado na grama, na quadra, no meio líquido, no tatame, entre outras possibilidades.



Análise e Compreensão

Mas só futebol?

Se fizermos uma pesquisa com adultos a respeito de quais esportes gostam de praticar e/ou assistir, provavelmente o futebol apareça em destaque. É verdade que essa preferência pode ser explicada pelo interesse da sociedade brasileira, uma vez que essa modalidade está enraizada em nossa cultura. As mídias, principalmente os canais de televisão abertos, alimentam esse interesse, pois grande parte de sua programação esportiva está focada na transmissão de jogos de futebol e na exibição de programas sobre esse esporte. Os canais de televisão pagos oferecem na sua programação uma maior diversidade de modalidades esportivas. Entretanto, pelo fato de apresentar custos para o telespectador, apenas uma parcela da população apresenta condições de acesso a esses canais por assinatura.

Será que se a população tivesse contato mais frequente com outras modalidades esportivas, se houvesse mais divulgação e locais apropriados para a sua prática, não poderia ocorrer um maior interesse por elas? Um exemplo dessa possibilidade é o que aconteceu com o voleibol de quadra. Até os anos 1980, a modalidade não despertava muito o interesse da população. No entanto, desde então a divulgação desse esporte realizada por algumas redes de televisão e os investimentos feitos por empresas privadas, somados aos resultados expressivos alcançados pelas seleções feminina e masculina em competições internacionais, proporcionaram uma disseminação dessa modalidade esportiva, tanto para crianças na iniciação ao esporte quanto para jovens almejando o profissionalismo. Houve também um aumento considerável em número de espectadores (público em ginásios) e telespectadores (público de televisão), bem como maior procura pela prática dessa modalidade em locais próprios para atividades de lazer.

Esse exemplo nos permite fazer o seguinte questionamento: grande parte da população brasileira se interessa apenas pelo futebol ou essa preferência decorre da falta de oportunidade de conhecer outros esportes? Em 2014, um canal aberto de televisão transmitiu os Jogos Olímpicos de Inverno daquele ano, sendo notórias a curiosidade e a vontade dos alunos de aprender sobre algumas das modalidades disputadas, como o *curling*. Essa reação nos dá pistas de que o contato maior com várias modalidades esportivas aumenta a possibilidade de despertar o interesse de crianças, jovens e adultos em praticar uma (ou algumas) delas.

Experimentação e Fruição

1. Pesquisa com os familiares

Objetivo: Pesquisar com familiares os esportes praticados e/ou assistidos por eles.

Materiais: lápis, papel e canetas hidrocor

Procedimentos

Peça aos alunos que perguntem aos seus familiares ou responsáveis sobre os esportes que eles gostam de assistir ou praticar. Oriente-os a apresentar as respostas por escrito ou desenhadas. Monte uma tabela na lousa com as respostas de modo que todos possam visualizá-las. Para as modalidades esportivas repetidas, faça uma marcação (um traço, por exemplo) para quantificar os resultados.

Ao final do levantamento das respostas, solicite aos alunos que o ajudem a somar o número de vezes que cada modalidade foi citada.

Veja, a seguir, uma sugestão de como pode ser organizada essa tabela.

QUE ESPORTES VOCÊ GOSTA DE ASSISTIR OU DE PRATICAR?				
Modalidade esportiva	Praticada	Assistida na TV	Citações	Total
Futebol	Sim	Sim		
Voleibol	Não	Sim		
Sinuca	Sim	Não		
...				

Discussão

Utilize os resultados da pesquisa para debater com os alunos: “Na opinião de vocês, em nossa tabela há poucas ou muitas modalidades esportivas? Por quê?”, “Qual esporte foi o mais citado?”, “Por que alguns esportes muito praticados não aparecem nas respostas?” (esportes mais populares do mundo: futebol, críquete, basquete, hóquei de campo, tênis de quadra, voleibol, beisebol), “Quais dos esportes da tabela nós podemos praticar? Em que local?”, “Quais deles podemos apenas assistir? Por quê?”.

Ao término dessa discussão, peça aos alunos que apontaram em sua pesquisa as modalidades menos citadas na tabela que expliquem o que conhecem delas.

2. Vivenciar um esporte

Objetivo: Experimentar uma modalidade esportiva de forma adaptada (handebol).

Materiais: bolas, cones, folha de cartolina e canetas hidrocor

Procedimentos

Copie a tabela da pesquisa feita com familiares em uma cartolina e apresente-a a outra turma de 2º ano da mesma unidade escolar. Compare com os alunos os resultados obtidos nas duas turmas. Em seguida, selecione um esporte que conste somente na tabela da primeira

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

turma e propicie uma vivência adaptada dele para a classe que não fez registro dessa modalidade (caso não apareça nenhuma modalidade diferente entre uma turma e outra, faça uma vivência adaptada da modalidade que recebeu o menor número de apontamentos).

É provável que o handebol apareça pouco nas respostas dos alunos (ou nem seja citado). Se essa situação ocorrer, forme grupos com quatro integrantes em cada um deles, divida o espaço físico em várias miniquadras e use os cones para demarcar as traves. Informe aos alunos as regras básicas desse jogo adaptado (sem dizer a eles o nome).

- a) Um dos objetivos de quem pratica o handebol é tentar fazer gols na equipe adversária. Para isso, a bola deve ser arremessada com as mãos na direção do gol. Outro objetivo é evitar que o oponente faça gols na sua equipe.
- b) Quando o aluno estiver com a bola nas mãos, ela não pode ser retirada dele.
- c) Quem estiver com a bola também não pode se deslocar com os membros inferiores (apenas executar um passo para facilitar o equilíbrio na execução do passe ou do arremesso).
- d) Cada equipe precisa ter um goleiro (os alunos devem realizar um revezamento dessa função).

No final da atividade, explique aos alunos que a vivência desse jogo adaptado facilita a aprendizagem de um esporte chamado handebol.

Discussão

Aproveite a vivência do handebol adaptado para conhecer a experiência dos alunos com esse esporte. Procure fazer esse levantamento por meio de perguntas: “Vocês já conheciam esse esporte ou ouviram falar dele?”, (se a resposta for “sim”) “Onde ouviram (televisão, internet, clube etc.)?”, (se for não) “Qual é o motivo de não o conhecerem?”, “Alguém aqui já o havia praticado?”, (se sim) “Quando? Em que local?”, “Na sua opinião, por que os seus familiares não citaram esse esporte (ou por que poucos familiares o indicaram)?”, “Em sua opinião, eles assistiriam a jogos de handebol ou praticariam esse esporte se conhecessem mais as suas regras ou se tivessem um espaço adequado para jogar? Eles gostariam desse jogo? Por quê?”.

3. Vivenciar o esporte escolhido

Objetivo: Experimentar uma modalidade esportiva.

Procedimentos

Reúna os alunos e, por meio de votação, peça a eles que escolham um dos esportes citados na tabela da atividade 1 para a sua turma praticar. Organize-os em grupos para a vivência do esporte escolhido.

Discussão

No fechamento do tema, aproveite para reforçar com os alunos a discussão sobre os motivos que levam seus familiares a optarem por determinados esportes em detrimento de outros. Estimule-os a refletir a respeito de uma possível preferência pelo futebol, que pode ser explicada pela transmissão cultural da nossa sociedade, mas também pela atenção que a mídia, especialmente a televisiva, destina a esse esporte. Explique a eles que os seus familiares, bem como outras pessoas, incluindo os próprios alunos, poderiam se interessar por outras modalidades se tivessem a possibilidade de ter um maior contato com elas.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Construção de valores

Para incentivar nova consulta às famílias, peça aos alunos que perguntem aos seus familiares se eles conhecem modalidades esportivas destinadas às pessoas com deficiência. Eles devem fazer uma pesquisa semelhante à realizada na atividade 1.

Use as informações fornecidas pelos alunos para conversar com eles sobre inclusão, ressaltando a importância da prática de esportes pelas pessoas com deficiência.

Após os alunos apresentarem os resultados da pesquisa com os familiares, converse com eles sobre o fato de modalidades esportivas sofrerem adaptações para a inclusão de pessoas com diferentes tipos de deficiência. Inicialmente cabe fazer com os alunos um levantamento sobre os tipos de deficiência que eles conhecem. Em seguida, quais deficiências podem ser identificadas nos esportes pesquisados por eles. Para finalizar, converse com os alunos sobre a adequação de modalidades esportivas para determinados tipos de deficiência, podendo ser utilizados alguns exemplos:

- o basquete em cadeira de rodas é adequado a pessoas com deficiência física que compromete a mobilidade dos membros inferiores, pois os atletas podem utilizar os membros superiores para controlar a bola, e a cadeira de rodas permite o deslocamento pela quadra;
- o judô é adequado a atletas com deficiência visual, pois com a luta “agarrada” os oponentes podem se utilizar principalmente das informações táteis para lutar;
- o atletismo é uma modalidade esportiva que apresenta variedade nos tipos de prova. Por esse motivo, é possível contemplar atletas com deficiência visual, intelectual ou física.

Comente com os alunos que há também modalidades que não sofreram adaptação para que atletas com deficiência pudessem competir, mas foram criadas com esse propósito, como é o caso do *goalball*, de que participam os atletas com deficiência visual.

Para saber mais

- Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: <<https://www.cpb.org.br/>>. Acesso em: 8 fev. 2021. Esse *site* apresenta as modalidades esportivas pertencentes aos Jogos Paralímpicos, bem como informações a respeito delas.
- FUJITA, L. Qual é o esporte mais praticado no Brasil? Revista *Mundo Estranho*. Editora Abril, 19 ago. 2016. Disponível em: <<https://mundoestranho.abril.com.br/esporte/qual-e-o-esporte-mais-praticado-no-brasil>>. Acesso em: 8 fev. 2021. Esse *site* apresenta uma relação dos dez esportes mais praticados no Brasil, comparando-os com a quantidade de praticantes em âmbito mundial.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que selecionem ao menos um esporte que ainda não conheciam e, em casa, com a ajuda dos familiares ou por meio de outra fonte (consulta na internet, por exemplo), procurem informações sobre ele para expor aos colegas.

Prepare-se para as aulas	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar os elementos comuns das modalidades esportivas de marca. • Experimentar movimentos de corrida, salto e arremesso (lançamento) do atletismo. • Compreender a importância da inclusão de pessoas com deficiência física ou visual em diferentes provas do atletismo.
Habilidades da BNCC	EF12EF05 e EF12EF06 <i>Nesta unidade temática, serão abordados apenas os esportes de marca. Os esportes de precisão foram trabalhados no 1º ano.</i>
Número de aulas	12
Materiais	Cones, cordas curtas e compridas, bastões (ou cabos de vassoura cortados ou tubos de rolo de papel-toalha), bolas de borracha, arcos, cones, cabos de vassouras inteiros, giz e cadeira.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que observem a figura da pista de atletismo e pergunte que tipos de movimento podemos nela realizar. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Sensibilização	Concluídas as atividades anteriores (em sua totalidade ou as selecionadas), realize as propostas da seção "Construção de valores".
Avaliação	Verifique se os alunos assimilaram os conteúdos trabalhados a partir da utilização de perguntas e análise de figuras.

Para começar

Reúna os alunos para conversar sobre algumas modalidades que fazem parte da categoria esportes de marca. Você pode citar como exemplos:

- a natação, cujo objetivo dos atletas é deslocar-se em um tempo menor que o dos concorrentes;
- o salto triplo, em que os seus praticantes tentam alcançar a maior distância, superando a dos seus adversários;
- o salto com vara, em que a meta de seus adeptos é alcançar a maior altura;
- o levantamento de peso, em que os atletas dessa modalidade tentam levantar o maior peso ao cabo de algumas tentativas.

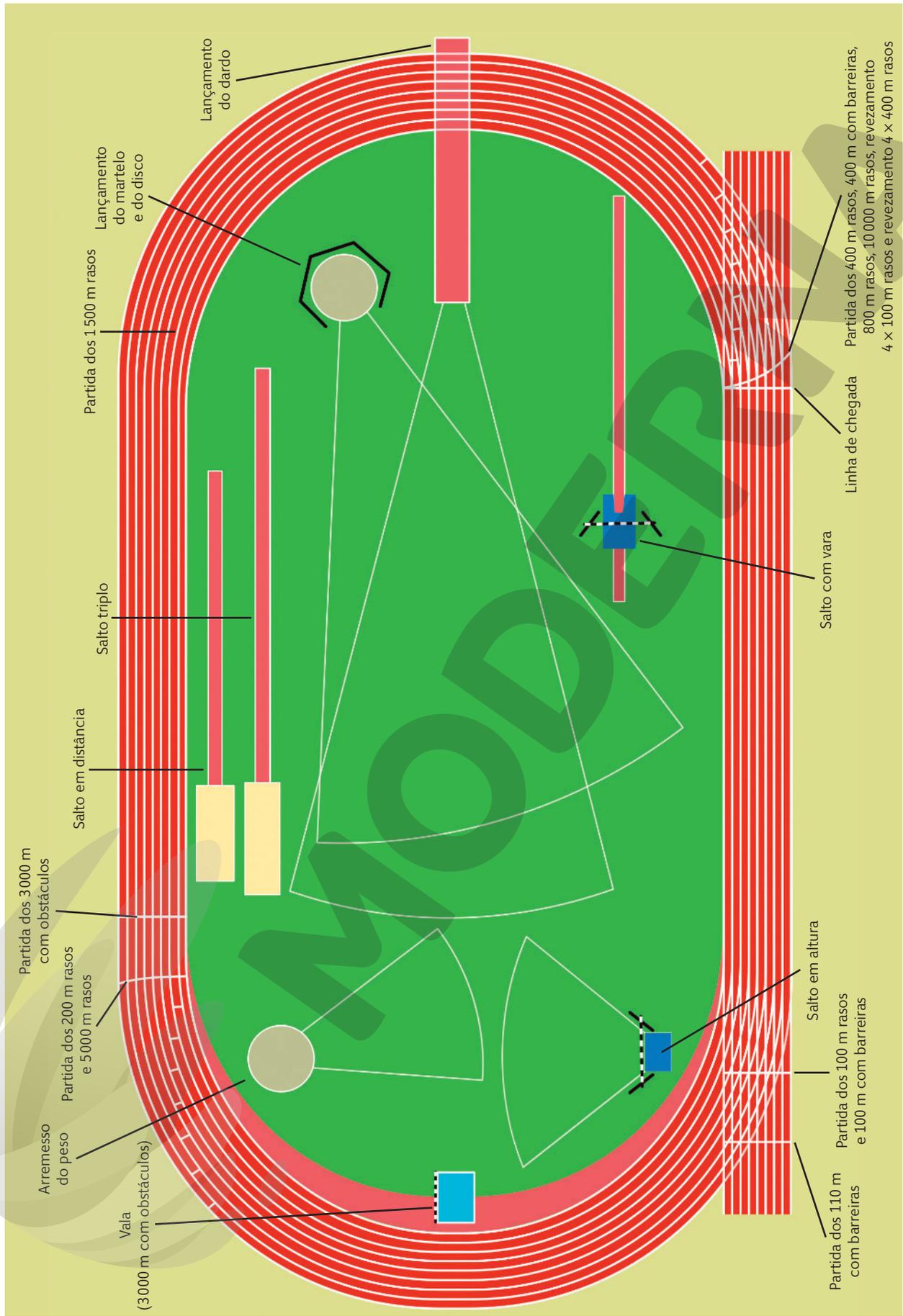
Sugerimos a você que aborde esse tema por meio da modalidade esportiva atletismo, que inclui provas de pista (corridas) e provas nas quais o propósito é alcançar a maior distância/altura (provas de campo, saltos e arremessos/lançamentos).

Para facilitar a compreensão dessa modalidade, leve para a aula uma ou mais cópias da imagem de uma pista de atletismo, como a sugerida na próxima página.

Peça aos alunos que observem a figura da pista de atletismo, na qual ocorrem as provas dessa modalidade esportiva, conforme os locais apontados. Se possível, exiba o vídeo "Atletismo, o orgulho dos Jogos Olímpicos", que explica cada uma das provas. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=UG4n1pk4Uk8>>. Acesso em: 8 fev. 2021.

Pergunte aos alunos sobre os tipos de movimento que podemos realizar. Com base nas respostas deles, faça a relação entre os movimentos citados e a modalidade esportiva atletismo. Destaque para eles os três grandes grupos de movimentos dessa modalidade: corridas, saltos e arremessos (lançamentos).

Ao término da conversa, conte aos alunos um pouco da história do atletismo para que eles percebam quanto essa modalidade é antiga e para que conheçam a sua evolução como esporte.



Análise e Compreensão

Um pouco da trajetória histórica do atletismo

Ao abordar o atletismo, temos inicialmente que considerar a sua dimensão histórica, pois se trata de uma das modalidades esportivas mais antigas do mundo. Há relatos envolvendo competições de corridas, saltos, arremessos e lançamentos desde os Jogos da Antiguidade, realizados na Grécia.

Algumas provas estão relacionadas a grandes batalhas que ocorreram na Grécia Antiga, como a maratona. Em 490 a.C., o soldado de nome Pheidippides foi incumbido de percorrer a pé o trajeto da cidade de Maratona até Atenas, capital da Grécia. A missão dele era informar a vitória dos gregos em batalha com os persas. Conforme os relatos, após cumprir sua missão, o soldado faleceu abruptamente. Esse episódio inspirou a criação da prova da maratona, presente nos Jogos Olímpicos da Era Moderna já desde sua primeira edição, em 1896, na qual essa modalidade esportiva foi realizada com seu percurso total equivalente a 40.000 metros (MATTHIESEN, 2007)¹.

No transcorrer dos anos, o atletismo sofreu diversas alterações nas características de suas provas, seja em relação aos movimentos executados e nas técnicas empregadas, seja nas mudanças do regulamento.

Pode-se também destacar que, na história dos Jogos Olímpicos, houve edições em que o atletismo ocorria de forma combinada com a ginástica, como em Paris, no ano de 1900, apresentando as seguintes provas: argolas, barras paralelas, barra fixa, salto em extensão, salto em altura e salto com vara (PUBLIO, 2002)².

Em edições posteriores, tanto a ginástica quanto o atletismo se consolidaram como modalidades esportivas independentes.

Experimentação e Fruição

1. Análise de fotografias

Objetivo: Compreender a organização da modalidade em grupos: corridas, saltos e arremessos (lançamentos).

Procedimentos

Leve para a aula cópias de três fotografias, cada uma delas referente a um tipo de movimento predominante no atletismo: corrida, salto e lançamento (arremesso). Use como referência as imagens da página seguinte.

Aproveite para destacar que, nas corridas, há vários atletas participando de uma prova ao mesmo tempo, cada um deles representando uma equipe, um clube ou um país, mas também podem disputar equipes de revezamento com quatro integrantes. Já nos saltos e arremessos (lançamentos), cada atleta realiza o seu movimento sozinho, sendo registrada a distância ou a altura atingida, para então haver uma comparação desses resultados entre todos os competidores de cada prova.

1 MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

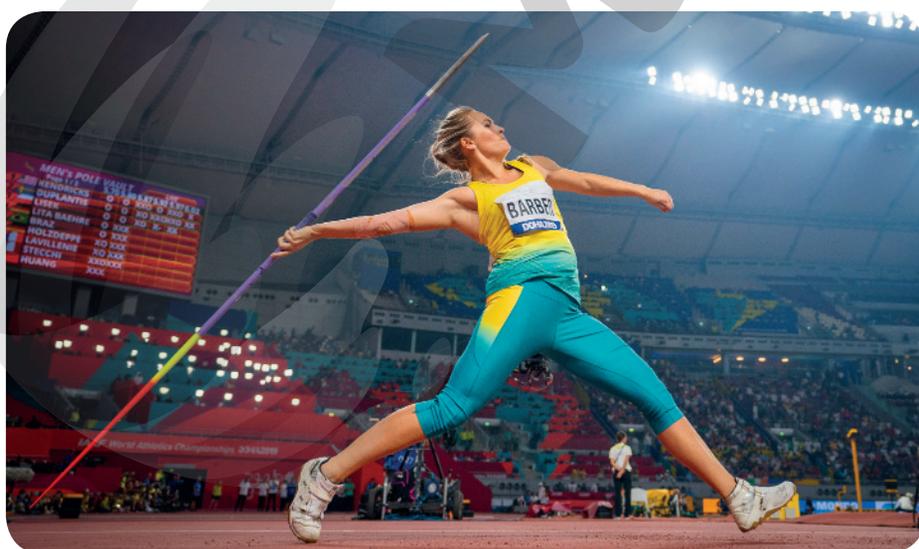
2 PUBLIO, N. S. *Evolução histórica da ginástica olímpica*. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2002.



Revezamento 4 x 400 metros rasos. Campeonato Mundial de Atletismo, Doha, Catar, 2019.



Salto em altura. O brasileiro Fernando Carvalho durante os Jogos Pan-americanos de Lima, Peru, 2019.



Lançamento do dardo. A australiana Kelsey-Lee Barber durante o Campeonato Mundial de Atletismo, Doha, Catar, 2019.

Mostre as fotografias aos alunos identificando para eles as modalidades esportivas retratadas: revezamento 4 x 400 metros rasos (corrida), salto em altura (salto) e lançamento do dardo (lançamento).

Explique a eles que, no esporte denominado atletismo, homens e mulheres correm, saltam e arremessam (lançam). O objetivo de quem corre é chegar em primeiro lugar, ou seja, percorrer determinada distância mais depressa que os concorrentes. As corridas podem ser realizadas em retas (distância curta) e em retas e curvas (distâncias média e grande). Dependendo da prova, os atletas precisam também passar por obstáculos. Nos saltos, os objetivos são dois, dependendo da prova: saltar o mais longe possível para ganhar a competição ou saltar mais alto que os oponentes. Nas provas de arremessos, o objetivo é lançar um objeto o mais distante possível do local destinado ao lançamento (peso, dardo, disco e martelo).

2. Jogos de correr

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Experimentar movimentos de corrida em retas e curvas, com e sem obstáculos.

Materiais: cones, cordas pequenas (curtas), bastões (cabos de vassoura cortados ou tubos de rolo de papel-toalha), bolas de borracha e arcos

Procedimentos

Explique aos alunos que, neste primeiro momento, serão realizadas atividades relacionadas a corridas.

- a) Organize a turma em três ou mais equipes e realize uma estafeta (jogo em que os integrantes da mesma equipe se revezam durante o percurso), na qual cada aluno terá de percorrer determinado trajeto, contornar um objeto (cone, arco, bola), retornar ao ponto de partida e bater na palma da mão do seu colega para que seja a vez dele de executar os mesmos procedimentos.
- b) Peça aos alunos que realizem novamente a atividade anterior. Porém, em vez de bater na palma da mão do colega, eles têm de lhe entregar um bastão, o qual deve ser transportado durante o percurso da atividade. Caso você não disponha de bastões na escola, substitua-os por pedaços de cabo de vassoura cortados, tubos de rolos de papel-toalha, entre outras opções.
- c) Em outro momento, defina uma linha reta para a corrida e coloque no trajeto pequenos obstáculos que devem ser transpostos pelos alunos. Você pode criar um obstáculo utilizando dois cones e uma corda pequena colocada no topo deles, ligando um ao outro.
- d) Para concluir as corridas, defina um trajeto com retas e curvas para os alunos percorrerem transpondo obstáculos tanto nas retas quanto nas curvas. Utilize os mesmos obstáculos da atividade anterior.

Discussão

Forme um círculo com os alunos para retomar alguns pontos abordados no início da aula e introduzir outras informações. Conduza a conversa com algumas perguntas e, sempre que possível, aproveite as respostas para fazer novos questionamentos: “Qual é o nome do esporte que nós praticamos na aula?”, “Quais são os três principais movimentos feitos

por quem pratica uma das provas do atletismo?”, “Desses movimentos, qual deles nós realizamos na aula?”, “As corridas que fizemos foram iguais ou diferentes umas das outras? O que mudou?”.

No encerramento da discussão, leve os alunos a refletir sobre o que eles precisam fazer para serem bem-sucedidos nas provas de corrida do atletismo.

3. Jogos de saltar

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar movimentos de saltos no plano vertical e horizontal.

Material: cordas compridas

Procedimentos

Explique aos alunos que o principal objetivo dessa atividade é realizar saltos. É importante deixar claro também que esses saltos podem ser precedidos de uma corrida, a qual apenas os auxilia a uma melhor execução do movimento de saltar, não sendo, contudo, o propósito principal da atividade.

- a) Inicie a aula com a brincadeira “Metrinho”, conhecida por boa parte dos alunos. Coloque no chão duas cordas paralelas a uma distância pequena entre elas. Em seguida, peça aos alunos que corram na direção da primeira corda, saltem-na e tentem colocar os pés no chão após a segunda corda. A distância entre as cordas pode ser aumentada gradativamente, mas com o cuidado de não haver desmotivação ou exclusão devido ao espaçamento entre elas. Essa atividade deve ser realizada preferencialmente em um gramado, o qual amortece o impacto dos membros inferiores com o solo. Outra possibilidade para reduzir esse impacto na queda é a diminuição do percurso da corrida.
- b) Em outro momento da atividade, disponha as cordas no formato da letra “V” e solicite aos alunos que realizem o salto dentro das possibilidades individuais, aumentando eles mesmos a distância do salto. O aumento ou a manutenção dessa distância deve ocorrer de acordo com a autoavaliação de cada aluno. Nessa faixa etária, é interessante enriquecer a atividade com aspectos lúdicos. Por exemplo: peça aos alunos que imaginem as cordas como as margens de um rio no qual há uma família de jacarés faminta e, por isso, eles terão de saltar sem ter contato com o solo entre as cordas. Se possível, desenhe no chão a figura de um jacaré (esse desenho também pode ser feito pelos alunos).
- c) Para a caracterização do salto no plano vertical, utilize a brincadeira de bater corda. Organize os alunos em pequenos grupos para que não haja uma espera exagerada durante a participação deles na atividade. Em um primeiro momento, mostre-lhes a movimentação da corda em forma de pêndulo e, em seguida, complete a rotação dela. Incentive-os a explorar essa brincadeira, bem como desenvolvê-la com cantigas conhecidas deles.
- d) Em outro momento, proponha o salto sobre uma corda disposta na posição diagonal, com uma de suas extremidades mais baixa que a outra, propiciando aos alunos a escolha da altura mais adequada ao seu desafio.

Discussão

Nessa faixa etária é fundamental resgatar o que já foi desenvolvido com os alunos, bem como as questões que lhes foram feitas. Use essa estratégia para reforçar os conceitos abordados com eles e incluir novas informações. As perguntas sugeridas a seguir podem ajudá-lo a promover o debate com os alunos: “Qual é o nome do esporte que praticamos?”, “Qual é o seu principal movimento?”, “Que outro movimento também precisamos realizar?”, “Quais são as diferenças nos tipos de salto que fizemos?”.

No fechamento da discussão, procure saber com os alunos o que eles precisam fazer para serem bem-sucedidos nas provas de saltos do atletismo.

4. Jogos de arremessar (lançar)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar movimentos de arremessos (lançamentos).

Materiais: cones, cordas compridas, bolas de borracha, arcos e giz

Procedimentos

Explique aos alunos que nesse momento as atividades são de arremessos e lançamentos. Informe a eles que, assim como na corrida e nos saltos, no atletismo também há diferentes movimentos que envolvem esse grupo de provas.

- a) Organize a turma em cinco ou seis fileiras. Depois, demarque o chão com uma corda ou faça uma linha com o giz. Peça ao primeiro aluno de cada coluna que execute o lançamento de uma bola de borracha pequena o mais longe possível. Ele deve fazer uma pequena corrida e arremessá-la para a frente, antes de alcançar a corda (ou a linha feita com giz). Oriente cada aluno a pegar a bola que lançou e a entregá-la ao próximo colega do seu grupo.
- b) Para a realização dessa outra atividade, coloque um arco no chão ou faça um círculo com o giz. Peça aos alunos que fiquem dentro desse espaço e lancem a bola para a frente sem que haja corrida (todos os movimentos para o arremesso devem ser realizados dentro do arco ou do círculo).
- c) O procedimento dessa atividade é parecido com o da anterior. A diferença é que os alunos precisam ficar de costas para a direção em que a bola deve ser arremessada. Solicite a eles a execução de meio giro com o corpo e o lançamento da bola (todos os movimentos para o arremesso têm de ser efetuados dentro do arco ou do círculo).

Discussão

É importante esclarecer aos alunos que, no atletismo, há diferentes tipos de arremesso (lançamento): os que são feitos com a ajuda de deslocamentos para a frente (corridas) e aqueles que requerem giros.

Incentive a participação dos alunos nesse debate por meio de algumas perguntas estratégicas: “Qual foi o principal movimento realizado nessas três últimas atividades?”, “Explique os diferentes tipos de lançamento”, “Qual deles foi o mais fácil de ser realizado? E o mais difícil? Por quê?”.

Para concluir a conversa, incentive os alunos a refletir sobre o que eles precisam fazer para serem bem-sucedidos nas provas de arremessos (lançamentos) do atletismo.

Construção de valores

Jogos de lançar para pessoas com deficiência

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Mostrar aos alunos a importância da inclusão de pessoas com deficiência física ou visual em diferentes provas do atletismo.

Materiais: cabo de vassoura e cadeira

Leve para a aula cópias das fotografias sugeridas a seguir ou imprima imagens semelhantes pesquisadas na internet. Peça aos alunos que observem as várias provas do atletismo para pessoas que têm algum tipo de deficiência. Incentive-os a fazer comentários ou perguntas sobre elas.

Após a observação das imagens, proponha uma experiência de arremesso. Peça a um aluno que se sente em uma cadeira e faça os movimentos necessários para o lançamento de um “dardo” (cabo de vassoura ou outro material).

Organize a turma de forma que todos se posicionem atrás e distantes da cadeira de onde será realizado o arremesso para que ninguém corra o risco de ser atingido pelo “dardo” ou por um movimento brusco. Em seguida, explique que, além dos Jogos Olímpicos, há os Jogos Paralímpicos, os quais reproduzem algumas provas do atletismo e de outros esportes, com regulamentos e adaptações específicos para a participação de atletas com deficiência.

Antes de encerrar essa atividade, certifique-se de que todos os alunos tenham executado os movimentos necessários para o lançamento simulado do dardo sentados na cadeira, bem como tenham expressado suas opiniões sobre as fotografias que observaram.

ALEX LIVESEY/BETTY IMAGES



Corrida para atletas amputados nos membros inferiores. Grande Prêmio Müller, Birmingham, Inglaterra, 2017.

BRYN LENNON/BETTY IMAGES

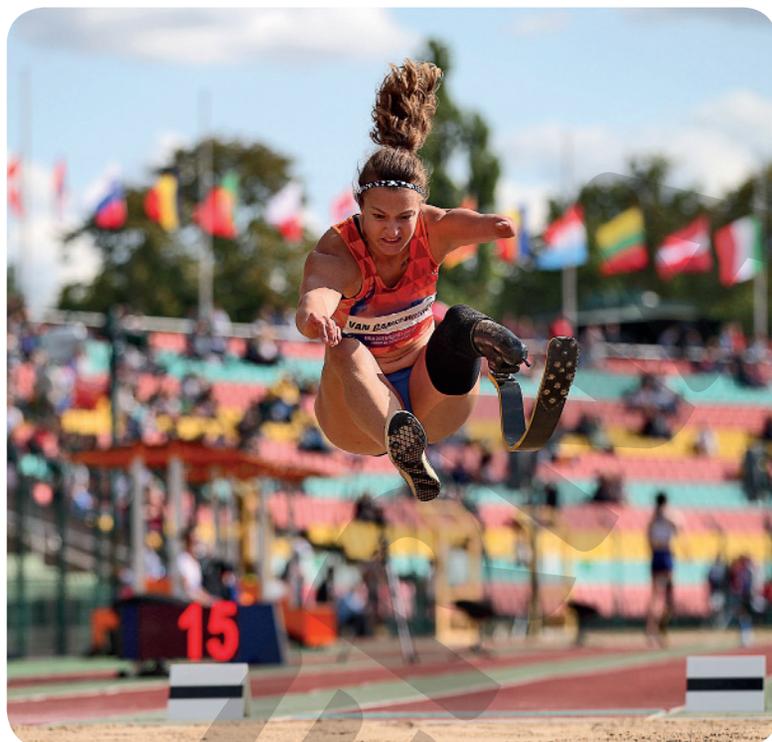


Corrida para atletas com deficiência visual. Campeonato Mundial de Atletismo Paralímpico, Dubai, Emirados Árabes Unidos, 2019.



TOM DULAT/GETTY IMAGES

Lançamento do dardo para atletas com deficiência nos membros inferiores. Aliaksandr Tryputs, de Belarus, compete no Campeonato Mundial de Atletismo Paralímpico, Dubai, Emirados Árabes Unidos, 2019.



MARCUS HARTMANN/GETTY IMAGES

Salto em distância para atletas amputados nos membros inferiores. A holandesa Marlene van Gansewinkel durante o Campeonato Europeu de Atletismo Paralímpico, Berlim, Alemanha, 2018.



TOM DULAT/GETTY IMAGES

Arremesso do peso para atletas com deficiência nos membros inferiores. A britânica Vanessa Wallace no Campeonato Mundial de Atletismo Paralímpico, Dubai, Emirados Árabes Unidos, 2019.



MOTO YOSHIMIJURA/GETTY IMAGES

Salto em altura para atletas amputados nos membros inferiores. Lukasz Mamczara, da Polônia, durante o Campeonato Mundial de Atletismo Paralímpico, Dubai, Emirados Árabes Unidos, 2019.

A origem de algumas provas de atletismo é cercada de curiosidades.

- A pedra era utilizada para o arremesso do peso. De pedra, também se fazia o disco para as competições de lançamento do disco.
- Nas provas de salto em distância, os atletas saltavam com pesos nas mãos porque se acreditava que o sobrepeso melhorava o seu desempenho.
- O salto em altura era realizado com a técnica da tesoura, e o atleta caía em uma caixa de areia. A técnica evoluiu para os movimentos rolo ventral e costas (*fosbury flop*) e o colchão foi introduzido para maior segurança dos competidores (MATTHIESEN, 2007)³.



Salto em altura com a técnica da tesoura.



Salto em altura feito de costas.

ILUSTRAÇÕES: EDNEI MARX

³ Op. cit.

Para saber mais

- MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo se aprende na escola*. Jundiaí: Fontoura, 2005.
O material aborda provas de corridas, saltos e arremessos (lançamentos) do atletismo no ambiente escolar.
- MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
A obra apresenta orientações didático-pedagógicas e sugestões de pesquisas complementares para o ensino do atletismo.

Avaliação e Registro

1. Para reforçar a assimilação do conteúdo, faça algumas perguntas sobre as atividades realizadas pelos alunos: “Qual é o nome do esporte que praticamos?”, “Quais são os três principais tipos de movimento feitos nesse esporte?”, “Explique as diferenças entre as corridas no atletismo”, “Quais tipos de salto podemos executar?”, “Como são os lançamentos?”.
2. Utilize na avaliação cópias de fotografias de outras modalidades esportivas (como as sugeridas na página seguinte) cujo objetivo é fazer um percurso no menor tempo possível, em diferentes ambientes e podendo utilizar objetos. Estabeleça a relação entre essas modalidades e as corridas do atletismo.
3. Procure trabalhar a ideia de que, como os objetivos são os mesmos, tanto o atletismo quanto o remo, a natação, o ciclismo (pista), a canoagem (*slalom*) e o hipismo (saltos) pertencem à mesma “família de esportes”, caracterizados como esportes de marca.

4. Aproveite para resgatar a categoria de esporte abordada no ano anterior (precisão), indicando diferenças entre os esportes de marca e os de precisão.
5. Incentive os alunos a refletir sobre a importância de espaços amplos e arborizados para uma prática mais saudável de atividades esportivas, como o atletismo.

ADAM NURKIEWICZ/GETTY IMAGES



Remo. Sofia Meakin, da Suíça, durante o Campeonato Europeu de Remo, Poznan, Polônia, 2020.

ED JONES/AFP/GETTY IMAGES



Natação. Campeonato Mundial de Natação, Gwangju, Coreia do Sul, 2019.

OLIMPIK/NURPHOTO/GETTY IMAGES



Ciclismo (pista). Campeonato Mundial de Ciclismo, Berlim, Alemanha, 2020.

THOMAS LOHNES/GETTY IMAGES



Canoagem (*slalom*). Os alemães Marie Gottowik e Jeffrey Piontek durante treinamento para o Campeonato Mundial de Canoagem, La Seu d'Urgell, Espanha, 2019.

JOEL AUERBACH/GETTY IMAGES



Hipismo (saltos). Emily Aitkin, dos Estados Unidos, no Festival Equestre de Inverno, Flórida, Estados Unidos, 2021.

2^o ANO

Brincadeiras e jogos

TEMA

As brincadeiras e os jogos do contexto regional

Prepare-se para as aulas

Objetivo	• Reconhecer a importância das brincadeiras e dos jogos do contexto regional em seu cotidiano com base em suas características.
Habilidades da BNCC	EF12EF01, EF12EF02, EF12EF03 e EF12EF04
Número de aulas	12
Materiais	Folha de papel pardo, caneta de ponta grossa, cadeiras, bambolês, dispositivo reprodutor de áudio, elásticos e cinco saquinhos com grãos (ou pedrinhas ou bolinhas de gude).
Sequência de atividades	Incentive os alunos a perceber a importância das brincadeiras e dos jogos em seu cotidiano. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Acompanhe a realização, participação e entrega da pesquisa sobre os jogos do contexto regional.

Para começar

Em roda, durante a chamada de presença, em vez de responder “presente”, o aluno deve dizer o nome de um jogo ou de uma brincadeira realizada no 1º ano (pega-pega, batata-quente, telefone sem fio, corda, amarelinha, entre outros). Depois, questione-os sobre as brincadeiras mais citadas por eles verificando se as realizam no dia a dia e como se sentem quando brincam. Pergunte também se eles conhecem as que são trabalhadas agora no 2º ano: O mestre mandou, dança das cadeiras, elástico e Cinco Marias. Por fim, faça as seguintes perguntas para dar encaminhamento a essa introdução: “Por que vocês brincam e jogam?”, “Como vocês se sentem ao jogar?”, “Esses jogos são importantes para vocês? Por quê?”.

Incentive os alunos a perceber a importância das brincadeiras e dos jogos em seu cotidiano, a motivação que os leva a jogar e como eles se sentem durante a realização dessas atividades.

Análise e Compreensão

A importância das brincadeiras e dos jogos na cultura infantil

Darido e Souza Júnior (2011)¹ entendem que o jogo pode representar infinitos significados de acordo com o contexto em que ocorre. “Permitindo uma flexibilidade de regulamentações que o esporte não admite, os jogos podem compreender diferentes

1 DARIDO, S. C.; SOUZA JÚNIOR, O. M. *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*. 7. ed. Campinas: Papirus, 2011.

espaços, materiais, tempo, número de participantes, etc., podendo ainda se manifestar nas formas competitiva, cooperativa ou recreativa.” (p. 155)

O desejo de brincar faz parte da história da humanidade, tratando-se, portanto, de um aspecto importante da cultura humana. Porém, é imprescindível ressaltar que, em cada cultura, os jogos podem ter um significado diferente.

Um dos componentes do jogo é o prazer proporcionado pelo elemento lúdico, bem como a alegria sentida durante a sua prática. Segundo Vygotsky (1998)², o aspecto lúdico do jogo tem grande influência no desenvolvimento da criança. Por meio do jogo, a criança pode aprender a agir e, conseqüentemente, a ter sua curiosidade estimulada, adquirindo iniciativa e autoconfiança, além de proporcionar o desenvolvimento da linguagem, do pensamento e da concentração.

Para Freire (2002)³, o jogo no ambiente escolar é inúmeras vezes utilizado como uma ferramenta de motivação, sendo desconsiderada sua potencialidade na formação da criatividade. Freire afirma que o jogo é dotado de características que favorecem o processo de ensino-aprendizagem, como: não esquecimento e aperfeiçoamento do que foi aprendido, manutenção da aprendizagem e assimilação dos conhecimentos adquiridos.

As brincadeiras e os jogos estão presentes no ambiente escolar e familiar, nos componentes curriculares, em festas e comemorações. Nas aulas de Educação Física, esse conteúdo permite que os alunos conheçam a cultura em que vivem e aprendam uma diversidade de práticas prazerosas. Considera-se importante que eles reconheçam quais são as brincadeiras e os jogos do seu contexto regional e seus significados, ampliando seu repertório sobre essas atividades.

Experimentação e Fruição

1. Pesquisa sobre os jogos do contexto regional

Objetivo: Conhecer as brincadeiras e os jogos que fazem parte do contexto regional dos alunos.

Materiais: folha de papel pardo e caneta de ponta grossa

Procedimentos

Peça aos alunos que realizem uma pesquisa com o auxílio dos familiares para identificar brincadeiras e jogos realizados em sua cidade (ou região).

Nessa pesquisa, é importante identificar os jogos, quem os pratica e em quais lugares; descobrir o que leva as pessoas a praticá-los, bem como registrar algumas características específicas deles. Ressalte que as regras e os nomes de alguns jogos podem variar de um local para outro, o que é uma característica da regionalização.

Para facilitar o levantamento dessas informações, oriente os alunos a fazer no caderno uma ficha como a que se vê na página seguinte.

2 VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

3 FREIRE, J. B. *O jogo: entre o riso e o choro*. Campinas: Autores Associados, 2002.

FICHA DE PESQUISA

Nome do jogo	Quem joga	Local	Por que jogam?	Característica específica
Cinco Marias	Crianças	Rua e parques próximos às casas	Pelo desafio do jogo	Nome diferente: bugalha

Os alunos devem apresentar o resultado de suas pesquisas do modo que desejarem (exposição oral, por meio de imagens, vídeos etc.).

Antes do início da apresentação, reproduza na lousa (ou em folha grande de papel pardo) a ficha que os alunos fizeram ou monte uma apresentação digital. Escreva nela as informações obtidas na pesquisa. Depois de preenchida, escolha três ou mais jogos para vivenciar com eles.

Ao final dessa atividade, proponha alguns questionamentos ao grupo: “Qual é a importância desses jogos para os seus praticantes?”, “Vocês gostariam de jogá-los novamente? Por quê?”, “Quais características tornam esses jogos específicos de sua localidade (região)?”.

Converse com os alunos sobre as motivações que levam as pessoas a brincar. Em relação à regionalidade, reforce com eles que alguns jogos conservaram sua estrutura inicial, mas que, devido à sua transmissão oral e à cultura local, eles sofrem mudanças, ganhando novos nomes e configurações.

Seguem algumas sugestões de atividades para complementar o ensino deste tema.

2. O mestre mandou

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar uma brincadeira popular. Estimular a criatividade, o protagonismo e a autonomia no desenvolvimento das brincadeiras e dos jogos.

Procedimentos

Escolha um aluno para ser o mestre, que deve dizer: “O mestre mandou”, ao que os demais alunos devem responder: “Fazer o quê?”.

Em seguida, o mestre dá uma ordem que pode ser uma tarefa, uma dança, ou uma série de desafios corporais, como pular com um pé só, girar sobre um dos pés, realizar 5 polichinelos, encontrar um objeto, percorrer uma distância no menor tempo possível, desamarrar e amarrar os sapatos mais rápido, entre outros.

Atente-se para a segurança dos alunos e instrua-os a propor desafios que não coloquem em risco a própria integridade física e a dos colegas.

3. Dança das cadeiras

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar um jogo da cultura popular. Promover o respeito sobre as diferenças individuais de desempenho dos colegas.

Materiais: cadeiras e dispositivo reprodutor de áudio

Procedimentos

Forme um círculo com os alunos e pergunte se conhecem a brincadeira. Caso a resposta seja positiva, escolha um aluno para explicá-la aos demais. Exiba a eles o clipe “Desafio da dança”, do Quintal da Cultura (veja o [link](#) em “Para saber mais”). Em seguida, convide-os a participar do jogo e explique o modo tradicional (competitivo) de realizá-lo.

As cadeiras devem ser organizadas em círculo e ter uma a menos que o total de alunos. Eles têm de andar ao redor do círculo de cadeiras enquanto dançam ao som de uma música de sua escolha. Quando a música for pausada, cada aluno deverá sentar em uma cadeira. Quem não conseguir sentar sai do jogo e leva uma cadeira consigo, ação que se repete a cada rodada. A final é disputada por dois alunos e quem sentar primeiro na única cadeira restante vence o jogo.

Ao terminar a atividade, convide os alunos a jogar a versão cooperativa dessa brincadeira.

4. Dança das cadeiras cooperativa

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar um jogo da cultura popular em uma versão cooperativa. Promover o respeito às diferenças individuais de desempenho dos colegas.

Materiais: cadeiras ou bambolês e dispositivo reproduzidor de áudio

Procedimentos

Organize novamente as cadeiras em círculo. Deve haver uma a menos que o total de alunos. Quando a música for pausada, cada aluno precisará sentar em uma cadeira, que agora pode ser compartilhada com outro colega. A cada rodada, uma cadeira é retirada do jogo e os alunos terão de se organizar para que todos sentem nas cadeiras restantes. O jogo acaba quando todos os alunos sentarem em uma única cadeira. Caso não seja possível realizar esse jogo com cadeiras, utilize arcos (bambolês), dispondo-os no chão em círculo.

Observação: É importante ressaltar a necessidade do respeito e cuidado para com os colegas, a fim de evitar empurrões que podem causar acidentes. Além disso, certifique-se da qualidade das cadeiras, restringindo a chance de quebra e, conseqüentemente, o risco de alguém se machucar.

Discussão

Promova uma conversa com os alunos sobre as duas versões da “Dança das cadeiras”. Comece essa discussão fazendo algumas perguntas estratégicas para incentivar a participação deles: “Quais são as diferenças da versão tradicional para a cooperativa?”, “De qual delas vocês mais gostaram? Por quê?”, “Como vocês se sentiram quando todos tentaram sentar na mesma cadeira?”, “Alguém se sentiu desrespeitado ou ficou chateado em algum momento da brincadeira? Por quê?”.

Conduza a discussão de modo que os alunos reflitam sobre o respeito em relação à manutenção da integridade física do colega. Ressalte a importância da busca de cooperação, a fim de que todos possam participar das atividades independentemente do seu desempenho, sem preconceito ou discriminação sobre sua individualidade. Esse valor também deve ser abordado nos demais jogos.

5. Elástico

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar o jogo do elástico como parte da cultura popular. Conhecer formas diferentes de jogá-lo.

Material: dois ou mais elásticos com 3 metros de comprimento cada um e, pelo menos, 1 centímetro de largura

Procedimentos

Solicite a um ou mais alunos que apresentem o modo como brincam de elástico. Em seguida, peça a ajuda deles para a vivência que será proposta, tornando as interações mais ricas.

Para essa vivência, organize os alunos em trios. Una as duas pontas de cada elástico com um nó. Depois, posicione dois alunos, um de frente para o outro, os quais devem ficar com o elástico na altura do tornozelo e com as pernas afastadas na largura dos ombros. O terceiro aluno inicia os saltos. Avise a turma que durante a brincadeira haverá revezamento dessas posições.

O aluno que saltar deve fazer a seguinte sequência básica de saltos:

- a) Saltar com os dois pés juntos no meio do elástico.
- b) Saltar com os dois pés, ao mesmo tempo, em cima de cada lado do elástico.
- c) “Abrir”, ou seja, dar um pulo para deixar o elástico entre as pernas.
- d) Girar em 180°, deixando as tiras se enrolarem nos tornozelos.
- e) Saltar e girar do lado oposto para soltar o elástico, ficando totalmente fora.

Na próxima tentativa, os dois alunos elevam um pouco mais o elástico e devem proceder dessa maneira até que quem salta erre algum movimento. Nesse momento, ocorre o rodízio das posições.

Permita que todos realizem essa vivência. Se considerar oportuno, desafie os alunos a fazer a sequência de saltos mais depressa, quando eles já estiverem mais familiarizados com ela.

Dedique um momento de sua aula para apresentar a eles algumas variações desse jogo.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Varição 1

Os alunos escolhem um dos lados do elástico para saltá-lo. Eles devem ficar com um dos pés dentro e o outro fora dele. Em seguida, tentam colocar o pé de dentro sobre o elástico, deixando o outro apoiado no chão. Peça que repitam o procedimento partindo do outro lado do elástico. Se forem bem-sucedidos, eles fazem o salto e o giro de saída.

Desafio: A cada tentativa bem-sucedida, o elástico é colocado mais alto, aumentando o grau de dificuldade. Ele pode chegar até a altura das axilas. Nesse ponto, as mãos podem ser utilizadas.

Varição 2

Os saltadores ficam em um dos lados do elástico. Eles devem, então, pular e prender uma das tiras do elástico com uma das pernas, de modo que se forme uma espécie de triângulo. Se forem bem-sucedidos, fazem o salto e o giro de saída. Peça que repitam o procedimento usando o outro pé.

Algumas variações recebem nomes específicos:

- a) **Cavalgada:** os alunos devem realizar a sequência básica do elástico, porém a batida dos pés sobre ele deve ser alternada (primeiro um pé e, depois de um curto intervalo de tempo, o outro).
- b) **Ceguinho:** os alunos devem realizar a variação 1 de olhos fechados. Após essa sequência, o elástico passa da altura dos calcanhares à dos joelhos, depois pela cintura, até chegar às axilas. Vence quem atingir um grau de maior dificuldade.

Reserve um momento de sua aula para estimular os alunos a criar uma sequência de saltos. Determine um tempo para que cada grupo crie a sua e, depois, apresente-a à classe.

Dica: Se o elástico estiver muito usado, é preciso trocá-lo por um novo ou que esteja em melhor estado de conservação. A perda da elasticidade pode provocar quedas, bem como marcar o tornozelo de quem o segura.

6. Cinco Marias

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

O jogo Cinco Marias não tem sua origem claramente definida. Alguns relatos remetem sua origem a um costume da Grécia Antiga e teria surgido pela necessidade dos homens de consultar os deuses. Para essa consulta, eles lançavam pedaços de ossos para o alto e observavam o modo como caíam para obter a resposta divina.

O principal objetivo dessa brincadeira é apanhar saquinhos ou pedrinhas no ar com uma das mãos. Por ser um jogo popular, ele recebe nomes diferentes, sendo também conhecido em outras regiões como Sete Marias, bugalha e aleija-mão.

Objetivos: Vivenciar esse jogo da cultura popular. Refletir e modificar a forma de jogar Cinco Marias. Desenvolver as habilidades de lançar e recuperar.

Materiais: cinco saquinhos com grãos, pedrinhas ou bolinhas de gude (veja “Confecção dos materiais”)

Procedimentos

Em roda, explique aos alunos que nas próximas aulas serão estudados jogos em que um objeto é lançado ou atirado. Estimule-os a manifestar o que sabem sobre brincadeiras que possuem essas características.

Se o jogo Cinco Marias for citado, aproveite o momento para introduzi-lo aos alunos. Organize-os em grupos e entregue a cada um deles cinco pedrinhas (ou saquinhos com grãos ou bolinhas de gude). Os integrantes do grupo definem a ordem de participação de cada um na brincadeira.

Explique aos alunos que o jogo ocorre da seguinte forma: cada participante deve ficar sentado no chão. Um deles segura cinco pedrinhas em uma única mão e as joga para cima, de modo que caíam diante de si, esparramadas no chão. Ele escolhe uma das pedrinhas do chão e a lança para cima. Antes de tentar pegá-la novamente, o aluno terá de usar a mesma mão com que fez o lançamento para apanhar outra pedrinha do chão. Se for bem-sucedido nessa ação, ele ficará com duas pedrinhas na mão. Para continuar a brincadeira, deve separar a pedrinha que pegou e repetir o procedimento com as outras três.

Depois de todos terem vivenciado essa brincadeira, estimule os grupos a propor uma variação para o jogo. Determine um tempo para a criação e a apresentação das propostas.

Dica: Por serem escorregadias, as bolinhas de gude vão exigir mais habilidade e precisão dos alunos durante a prática do jogo.

Confecção dos materiais

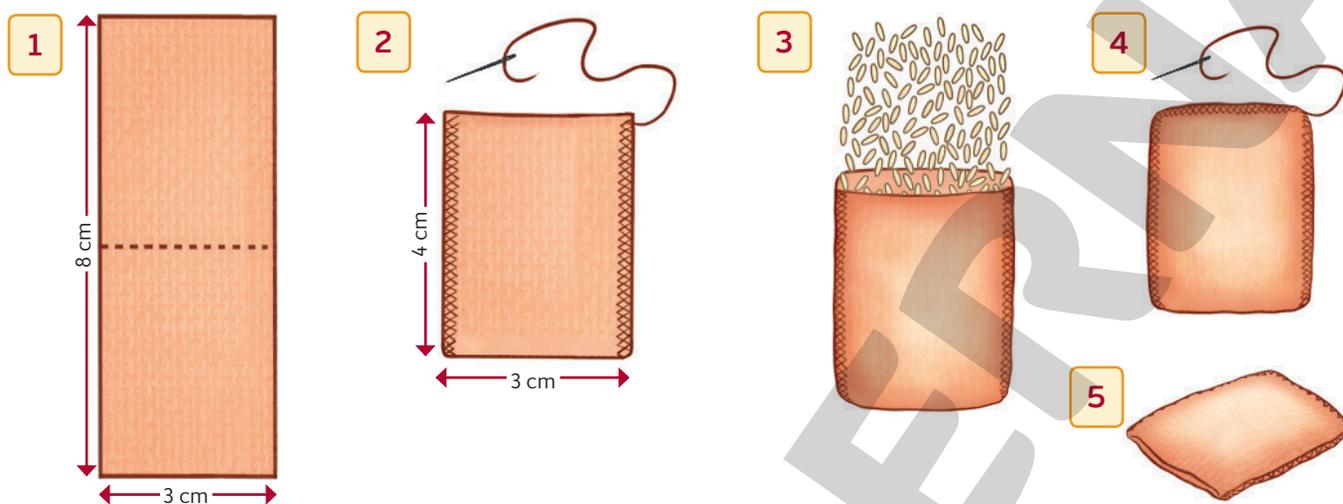
Caso seja possível, solicite a participação de outros professores e de funcionários da escola na confecção dos saquinhos do jogo Cinco Marias. Se essa colaboração for viável,

peça aos alunos que levem para a aula retalhos de pano e grãos de arroz (ou alpiste). Providencie tesoura com pontas arredondadas, linhas e agulhas.

Atenção: tome as precauções necessárias para que os alunos não usem a tesoura e as agulhas.

Veja a seguir como confeccionar os saquinhos.

Em algumas cidades, é possível encontrar lojas de artesanato que vendem esses saquinhos.



ILUSTRAÇÕES: MAYARA SAMPAIO

Para saber mais

- MACEDO, L.; PETTY, A. L. S.; PASSOS, N. C. *Os jogos e o lúdico na aprendizagem escolar*. Porto Alegre: Artmed, 2005.

Esse livro apresenta o histórico dos jogos infantis e como tratá-los no contexto escolar.
Jogos:

- Educar para Crescer. *Como pular elástico?*, 10 jul. 2013. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Wtegw8D1XA8>>. Acesso em: 8 fev. 2021.
- Radar Cultura. *Cinco Marias*, 13 jul. 2009. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=KaZVxf6IDxk>>. Acesso em: 8 fev. 2021.
- Quintal da Cultura. *Desafio da dança!*, 24 jul. 2017. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=TSYUg4rba4A>>. Acesso em: 8 fev. 2021.

Avaliação e Registro

1. A pesquisa realizada sobre os jogos do contexto regional (veja “Experimentação e Fruição”) já é um registro que pode ser usado para avaliação.
2. Peça também aos alunos que façam um desenho de uma brincadeira ou de um jogo de que mais gostaram de vivenciar. Essa atividade revela os sentimentos deles em relação à atividade de sua preferência. Você pode propor esse registro com o professor de Arte, trabalhando outras formas de desenho e pintura.
3. Avalie os desenhos, que poderão ser divulgados na escola por meio de um painel produzido pelos alunos.

Bibliografia comentada

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular: educação é a base*. Brasília: MEC, 2018.

Documento normativo e referência obrigatória para a elaboração de currículos e propostas pedagógicas das redes de ensino públicas e privadas do país.

BROCHADO, F. A.; BROCHADO, M. M. V. *Fundamentos de ginástica artística e de trampolins*. São Paulo: Guanabara Koogan, 2005.

Nesse livro, há imagens de várias situações para a aprendizagem dos rolamentos, da roda e de outras acrobacias básicas da ginástica.

DARIDO, S. C.; SOUZA JÚNIOR, O. M. *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*. 7. ed. Campinas: Papyrus, 2011.

Nesse livro, os autores apontam possibilidades de práticas da ginástica na escola com imagens, discussões e textos.

FREIRE, J. B. *O jogo: entre o riso e o choro*. Campinas: Autores Associados, 2002. 125 p.

Nesse livro, há discussões pedagógicas e filosóficas sobre o jogo na Educação e na Educação Física.

GAIO, R. *Ginástica rítmica popular: uma proposta educacional*. Jundiaí: Fontoura, 2009.

A autora propõe atividades que consideram o corpo em relação ao espaço, a objetos e aos ritmos, ampliando as experiências motoras das crianças e incentivando sua criatividade.

HUIZINGA, J. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. Tradução J. P. Monteiro. São Paulo: Edusp/Perspectiva, 1980. 243 p.

O livro apresenta o significado e a natureza do jogo, compreendendo-o como fenômeno cultural.

JESUS, G. B. *As atividades rítmicas e a Educação Física escolar: possibilidades de um trato em um outro ritmo*. 218 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade Humana) – Departamento de Educação Física, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2008.

O autor procura compreender o espaço das atividades rítmicas na Educação Física a partir da opinião de professores universitários. E, em um segundo momento, pensar sobre possibilidades desse conteúdo na escola.

JOURDAIN, R. *Música, cérebro e êxtase: como a música captura nossa imaginação*. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998.

O autor propõe um olhar sobre as sensações que a música pode causar nos seres humanos, proporcionando uma imersão no universo da psicoacústica.

KAMENSKY, A. P. S. O.; MONTEIRO, G. (org.); PESSOA, J. P. (org.); DISKIN, L. (org.); *Circularidades – Danças circulares e diversidades culturais: educação para uma cultura de paz*. 1. ed. Salvador: Editora Pontocom, 2016. v. 1.

A obra valoriza a cultura da paz e incentiva o exercício da equidade na luta pelos direitos humanos.

KISHIMOTO, T. M. *Jogos infantis: o jogo, a criança e a educação*. Petrópolis: Vozes, 2010.

O livro traz subsídios teóricos para desenvolver o conteúdo de jogos com os alunos.

LARA, L. M.; PIMENTEL, G. G. A.; RIBEIRO, D. M. D. *Brincadeiras cantadas: educação e ludicidade na cultura do corpo*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, ano 10, n. 81, fev. 2005. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd81/brincad.htm>>. Acesso em: 12 maio 2021.

O artigo propõe reflexões sobre algumas possibilidades pedagógicas das brincadeiras cantadas no contexto educacional, enaltecendo

Bibliografia comentada

seu papel no desenvolvimento integral da criança, sociabilização e valorização da produção cultural.

LÓPES, M. A. *Movimiento, ritmo y educación*. Buenos Aires: Tekne, 1977.

O livro propõe algumas reflexões sobre a definição de ritmo e, posteriormente, sua relação com o movimento. São apresentados dados sobre a etimologia do termo e sua relação com o fluxo das ações humanas.

MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

A obra aborda história, principais regras e técnicas básicas das provas pertencentes ao atletismo, como também apresenta orientações didático-pedagógicas e sugestões de pesquisas complementares para o ensino dessa modalidade esportiva.

OSTETTO, L. E. Para encantar, é preciso encantar-se: danças circulares na formação de professores. *Cadernos Cedes*. Campinas, v. 30, n. 80, p. 40-55, jan./abr. 2010.

O texto aponta as danças circulares como pilar importante da tradição dos povos, ressaltando o quanto o conhecimento sobre os seus significados é fundamental na formação dos professores e na sua futura atuação pedagógica.

PUBLIO, N. S. *Evolução histórica da ginástica olímpica*. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2002.

O livro apresenta o processo de evolução da ginástica artística (antes denominada ginástica olímpica), ressaltando a edição dos Jogos Olímpicos na qual a competição de ginástica e atletismo ocorreram de forma combinada.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

Livro que traz os ensaios mais importantes do autor sobre a psicologia do desenvolvimento.

WOSIEN, B. *Dança: um caminho para a totalidade*. São Paulo: Triom, 2000.

O autor traz reflexões sobre o desenvolvimento da dança, fazendo um recorte desde os mitos e símbolos da Antiguidade, passando pelo balé clássico, até a dança palaciana e o folclore europeu.

WOSIEN, M. G. *Dança: símbolos em movimento*. São Paulo: Anhembi/Morumbi, 2004.

A obra traz um pequeno acervo de danças circulares sagradas de diversos lugares e culturas do mundo. Seus símbolos auxiliam na compreensão e reprodução dessas práticas no contexto escolar.

WOSIEN, M. G. *Dança sagrada: deuses, mitos e ciclos*. São Paulo: Triom, 2002.

Em termos histórico-culturais, a autora faz uma síntese significativa sobre as danças circulares e sua relação com o sagrado.



MODERNA



MODERNA

ISBN 978-85-16-13181-4



9 788516 131814