



PRESENTE MAIS EDUCAÇÃO FÍSICA

3^o a 5^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

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

3^o a 5^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: Palavra Certa, Vera Rodrigues, Viviane T. Mendes
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-impressão: 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.

3° a 5° ano : ensino fundamental : anos iniciais

Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação física

ISBN 978-85-16-13183-8

1. Educação física (Ensino fundamental)

21-73985

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. (0_11) 2602-5510

Fax (0_11) 2790-1501

www.moderna.com.br

2021

Impresso no Brasil

Sumário

INTRODUÇÃO, 7

3º ANO

DANÇAS, 16

TEMA 1 Danças indígenas.....	16
Para começar	16
Análise e Compreensão – <i>As danças indígenas</i>	17
Experimentação e Fruição	18
Dança do bate-pau; Dança Matipu	
Avaliação e Registro	22
TEMA 2 As danças populares do Brasil: a catira	23
Para começar	23
Análise e Compreensão – <i>Catira: por dentro da batida da viola</i>	23
Experimentação e Fruição	24
Mobilização inicial; Aprendizagem dos passos; Variação; Criação de coreografia	
Construção de valores – <i>Deficiência física; Deficiência auditiva; Deficiência visual</i>	27
Avaliação e Registro	28

GINÁSTICAS, 29

TEMA 1 Ginástica geral: rodante e ponte	29
Para começar	29
Círculo das acrobacias	29
Análise e Compreensão – <i>O rodante e a ponte</i>	30
Experimentação e Fruição	31
Passagem pela ponte; Rodante no bambolê	
Avaliação e Registro	33
TEMA 2 Ginástica geral e pequenos aparelhos	34
Para começar	34
Análise e Compreensão – <i>Manipulação de aparelhos</i>	34
Experimentação e Fruição	36
Estátua; A fita; Movimentos da fita; As maçãs; Coreografias com pequenos aparelhos	
Construção de valores – <i>Mesmos movimentos, sensações diferentes</i>	40
Avaliação e Registro	40

ESPORTES, 41

TEMA 1 Diferença entre jogo e esporte.....	41
Para começar	41
Análise e Compreensão – <i>Jogo e esporte como conteúdos da Educação Física escolar; Transformação do jogo em esporte</i>	42
Experimentação e Fruição	44
Basquetebol: do jogo ao esporte; Surgimento de jogos e esportes	
Construção de valores – <i>Basquetebol para cadeirantes</i>	45
Avaliação e Registro	46
TEMA 2 Esportes de invasão	47
Para começar	47
Análise e Compreensão – <i>Elementos dos esportes de invasão</i>	48
Experimentação e Fruição	48
Minijogos de futebol; Minijogos de handebol	
Construção de valores – <i>Jogos de futebol para meninas e meninos</i>	51
Avaliação e Registro	52

BRINCADEIRAS E JOGOS, 53

TEMA 1 Brincadeiras e jogos da cultura popular brasileira.....	53
Para começar	53
Análise e Compreensão – <i>A queimada; O pique-bandeira</i>	54
Experimentação e Fruição	55
Pula-sela; Queimada; Queimada abelha-rainha; Queimada meteoro; Queimada russa; Pique-bandeira; Pique-bandeira fut; Peteca; Escravos de Jó	
Construção de valores – <i>Queimada inclusiva</i>	60
Avaliação e Registro	61
TEMA 2 Jogos cooperativos.....	62
Para começar	62

Sumário

Análise e Compreensão – <i>Os jogos cooperativos</i>	63
Experimentação e Fruição.....	64
Agrupando; Travessia do rio; Paraquedas	
Construção de valores – <i>Passando o bambolê</i>	67
Avaliação e Registro.....	67

LUTAS, 68

TEMA 1 O que são lutas?	68
Para começar.....	68
Análise e Compreensão – <i>O conceito de luta; As saudações nas lutas</i>	70
Experimentação e Fruição.....	71
Desenhando uma luta; Estátua de lutas;	

4º ANO

DANÇAS, 82

TEMA 1 As quadrilhas juninas	82
Para começar.....	82
Análise e Compreensão – <i>A festa junina; A quadrilha</i>	83
Experimentação e Fruição.....	84
Quadrilha; Recriar a quadrilha	
Construção de valores – <i>Quadrilha das cadeiras</i>	87
Avaliação e Registro.....	88
TEMA 2 Festival de danças populares	89
Para começar.....	89
Análise e Compreensão – <i>Festival de danças populares; Carimbó; Pau de fitas</i>	89
Experimentação e Fruição.....	91
Carimbó; Pau de fitas; Festival	
Construção de valores – <i>Inclusão de alunos com deficiência nas coreografias</i>	94
Avaliação e Registro.....	95

GINÁSTICAS, 96

TEMA 1 Ginástica geral e grandes aparelhos	96
Para começar.....	96
Análise e Compreensão – <i>Os grandes aparelhos</i>	98
Experimentação e Fruição.....	99
Cada macaco no seu galho (barra fixa e barras paralelas); Meu mestre mandou (trave de equilíbrio); Troca de lugares (solo); Pula-sela	
Construção de valores – <i>De cabeça para baixo no escuro</i>	102

Variação da estátua de lutas; A saudação;	
Teatro de lutas; Luta com a bolha de sabão;	
Luta de dedos; Imite o mestre	
Construção de valores – <i>As mulheres nas lutas</i>	76
Avaliação e Registro.....	76

TEMA 2 Huka-huka: luta indígena	77
Para começar.....	77
Análise e Compreensão – <i>A luta huka-huka e o Kwarup</i>	77
Experimentação e Fruição.....	79
Pega-pegas cola; Rouba rabinho;	
Luta do toque atrás da perna;	
Luta huka-huka	
Avaliação e Registro.....	81

Avaliação e Registro.....	102
---------------------------	-----

TEMA 2 Ginástica geral e figuras acrobáticas	103
Para começar.....	103
Análise e Compreensão – <i>As pirâmides humanas ou figuras acrobáticas</i>	103
Experimentação e Fruição.....	104
Equilíbrios individuais; Desafio dos apoios;	
Construção das figuras; Grupos	
Construção de valores – <i>Figuras acrobáticas diferentes</i>	107
Avaliação e Registro.....	108

ESPORTES, 109

TEMA 1 Esporte não tem gênero!	109
Para começar.....	109
Análise e Compreensão – <i>Esportes específicos do sexo feminino e do sexo masculino</i>	109
Experimentação e Fruição.....	111
Movimentos da ginástica rítmica com a bola e o arco; Jogos de lutas	
Construção de valores – <i>Lutas e ginástica rítmica com os olhos vendados</i>	112
Avaliação e Registro.....	113
TEMA 2 Esportes de campo e taco	114
Para começar.....	114
Análise e Compreensão – <i>O beisebol e o softbol</i>	115
Experimentação e Fruição.....	117
Jogo de taco (<i>bets</i>);	
Jogo de base quatro	

Construção de valores – <i>Criar jogos de campo e taco</i>	119
Avaliação e Registro.....	120

BRINCADEIRAS E JOGOS, 121

TEMA 1 Brincadeiras e jogos populares da cultura popular do mundo.....	121
Para começar.....	121
Análise e Compreensão – <i>As pinturas, as brincadeiras e os jogos populares do mundo</i>	122
Experimentação e Fruição.....	122
As pinturas e os jogos; Cabra-cega	
Construção de valores – <i>Daruma-sanga koronda</i>	125
Avaliação e Registro.....	125
TEMA 2 Os espaços de brincadeiras e jogos.....	126
Para começar.....	126
Análise e Compreensão – <i>Os espaços atuais de lazer</i>	126
Experimentação e Fruição.....	127
Os espaços e os jogos; Gincana	
Avaliação e Registro.....	128

5º ANO

DANÇAS, 142

TEMA 1 No passo do hip-hop.....	142
Para começar.....	142
Análise e Compreensão – <i>Danças do mundo: a cultura do hip-hop; A dança de rua; Estilos de dança de rua</i>	143
Experimentação e Fruição.....	146
Passo básico; Variações; <i>Locking; Popping; Breaking</i> ; Batalha de dança de rua	
Construção de valores – <i>Freestyle adaptado</i>	150
Avaliação e Registro.....	151
TEMA 2 Maculelê.....	152
Para começar.....	152
Análise e Compreensão – <i>Maculelê</i>	152
Experimentação e Fruição.....	153
Maculelê	
Construção de valores – <i>Maculelê adaptado</i>	155
Avaliação e Registro.....	155

GINÁSTICAS, 156

TEMA 1 Ginástica geral e classificação da ginástica.....	156
Para começar.....	156

LUTAS, 129

TEMA 1 A base (guarda) do lutador: equilíbrio e desequilíbrio.....	129
Para começar.....	129
Análise e Compreensão – <i>A base do lutador – equilibrar e desequilibrar</i>	130
Experimentação e Fruição.....	130
Luta do saci; Luta do equilíbrio; Lutar ajoelhado; Lutar agachado; Empurra-empurra; Empurrar com as costas; Puxa-puxa; Puxa-puxa triplo; Dono da arena; Fortaleza	
Construção de valores – <i>Interagindo com as diferenças; Simular uma deficiência</i>	136
Avaliação e Registro.....	136
TEMA 2 Laamb: luta africana.....	137
Para começar.....	137
Análise e Compreensão – <i>Laamb: uma luta senegalesa</i>	138
Experimentação e Fruição.....	139
As mãos no laamb; Agarre no laamb; Combate laamb	
Construção de valores – <i>Laamb solidário</i>	140
Avaliação e Registro.....	141

Análise e Compreensão – <i>A classificação da ginástica; Ginástica para demonstração; Ginástica para a saúde; Ginástica para competição</i>	156
Experimentação e Fruição.....	158
<i>Ginástica de condicionamento físico; Ginástica de conscientização corporal</i>	
Avaliação e Registro.....	160

TEMA 2 Ginástica geral e Gymnaestrada..... 161

Para começar.....	161
Análise e Compreensão – <i>A Gymnaestrada</i>	161
Experimentação e Fruição.....	162
Construindo a <i>Gymnaestrada</i> na escola	
Construção de valores – <i>Coreografia para todos</i>	163
Avaliação e Registro.....	163

ESPORTES, 164

TEMA 1 Esportes de rede/quadra dividida e parede de rebote/muro.....	164
Para começar.....	164
Análise e Compreensão – <i>Para conhecer o voleibol</i>	166

Experimentação e Fruição	166	Experimentação e Fruição	184
Voleibol com bola grande de plástico		Quadribol; Campo minado	
Construção de valores – <i>Voleibol paralímpico</i>	168	Avaliação e Registro	186
Avaliação e Registro	168	LUTAS, 187	
TEMA 2 Classificação dos esportes	169	TEMA 1 Variações dos elementos das lutas.....	187
Para começar	169	Para começar	187
Análise e Compreensão – <i>Modelo de classificação dos esportes</i>	170	Análise e Compreensão – <i>Transformação dos jogos de lutas</i>	188
Experimentação e Fruição	171	Experimentação e Fruição	188
Classificação dos esportes		Disputa pela bola; Luta do saci variada; Disputa sobre o banco; Cabo de guerra; Fuga do círculo; Sobra um; A caça e o caçador; Conquista do país	
Avaliação e Registro	174	Construção de valores – <i>Luta e deficiência visual</i>	192
BRINCADEIRAS E JOGOS, 175		Avaliação e Registro	192
TEMA 1 Jogos africanos e indígenas	175	TEMA 2 A origem das lutas	193
Para começar	175	Para começar	193
Análise e Compreensão – <i>A influência dos africanos no Brasil; Os jogos indígenas; Brincadeiras e jogos africanos e indígenas</i>	176	Análise e Compreensão – <i>Um olhar histórico sobre as lutas; As lutas nas cavernas</i>	193
Experimentação e Fruição	177	Experimentação e Fruição	195
<i>My God (Meu Deus); Terra-mar; Amarelinha africana (teca-teca); Ketinho mitselü; Kolidihô</i>		Dramatização da origem da luta; Os homens das cavernas; Batalha romana	
Construção de valores – <i>Heiné kuputisü</i>	180	Construção de valores – <i>A discriminação nas lutas é algo antigo</i>	197
Avaliação e Registro	181	Avaliação e Registro	197
TEMA 2 Jogos digitais	182	BIBLIOGRAFIA COMENTADA, 198	
Para começar	182		
Análise e Compreensão – <i>Os jogos digitais; Benefícios, limites e malefícios dos jogos digitais</i>	183		

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 do que

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.

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

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.

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.

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 3º ao 5º 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, ginásticas e lutas. 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.

Introdução

Cronograma anual – 3º ano

Semana	Atividades	Conteúdos	Páginas
1	Danças tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	As danças indígenas	16 a 18
2	Experimentação e Fruição	Dança do bate-pau	18 a 20
3	Experimentação e Fruição	Dança Matipu	20 e 21
4	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Danças	22
5	Danças tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Danças populares do Brasil: a catira	23 e 24
6	Experimentação e Fruição	Mobilização inicial, Aprendizagem dos passos, Variação, Criação de coreografia	24 a 27
7	Construção de valores	Vivência da catira com simulação de deficiências física, auditiva e visual	27 e 28
8	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Danças	28
9	Ginásticas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral: rodante e ponte, Circuito das acrobacias	29 a 31
10	Experimentação e Fruição	Passagem pela ponte	31 e 32
11	Experimentação e Fruição	Rodante no bambolê	32 e 33
12	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Ginásticas	33
13	Ginásticas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e pequenos aparelhos, Manipulação de aparelhos	34 a 36
14	Experimentação e Fruição	Estátua, Construção e elaboração da fita, Movimentos da fita	36 a 38
15	Experimentação e Fruição	As maças, Coreografias com pequenos aparelhos	38 e 39
16	Construção de valores	Mesmos movimentos, sensações diferentes	40
17	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Ginásticas	40
18	Esportes tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Diferença entre jogo e esporte	41 a 44
19	Experimentação e Fruição	Basquetebol: do jogo ao esporte, Surgimento de jogos e esportes	44 e 45
20	Construção de valores	Basquetebol para cadeirantes	45 e 46
21	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Esportes	46
22	Esportes tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes de invasão	47 e 48
23	Experimentação e Fruição	Minijogos de futebol, Minijogos de handebol	48 a 51
24	Construção de valores	Jogos de futebol para meninas e meninos	51 e 52
25	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Esportes	52
26	Brincadeiras e Jogos tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Brincadeiras de jogos da cultura popular brasileira	53 a 55
27	Experimentação e Fruição	Pula-sela, Queimada e variações	55 a 57
28	Experimentação e Fruição	Pique-bandeira, Pique-bandeira fut, Peteca, Escravos de Jó	57 a 60
29	Construção de valores e Avaliação e Registro	Queimada inclusiva, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Brincadeiras e Jogos	60 e 61
30	Brincadeiras e Jogos tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Jogos cooperativos	62 a 64
31	Experimentação e Fruição	Agrupando, Travessia do rio, Paraquedas	64 a 67
32	Construção de valores e Avaliação e Registro	Passando o bambolê, Retomada das aprendizagens do tema 2 de Brincadeiras e Jogos	67
33	Lutas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Conceito de luta	68 a 71
34	Experimentação e Fruição	Desenhando uma luta, Estátua de lutas e variação, A saudação	71 a 73
35	Experimentação e Fruição	Teatro de lutas, Luta com a bolha de sabão, Luta de dedos, Imite o mestre	73 a 75
36	Construção de valores e Avaliação e Registro	As mulheres nas lutas, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Lutas	76
37	Lutas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	A luta indígena huka-huka	77 a 79
38	Experimentação e Fruição	Pega-pega cola, Rouba rabinho	79
39	Experimentação e Fruição	Luta do toque atrás da perna, Luta huka-huka	80 e 81
40	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Lutas	81

Cronograma anual – 4º ano

Semana	Atividades	Conteúdos	Páginas
1	Danças tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	As quadrilhas juninas	82 a 84
2	Experimentação e Fruição	Quadrilha	84 a 87
3	Experimentação e Fruição	Recrir a quadrilha	87
4	Construção de valores e Avaliação e Registro	Quadrilha das cadeiras, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Danças	87 e 88
5	Danças tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Festival de danças populares	89 a 91
6	Experimentação e Fruição	Carimbó, Pau de fitas	91 a 94
7	Experimentação e Fruição	Festival	94
8	Construção de valores e Avaliação e Registro	Inclusão de alunos com deficiência, Retomada das aprendizagens do tema 2 de Danças	94 e 95
9	Ginásticas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e grandes aparelhos	96 a 99
10	Experimentação e Fruição	Cada macaco no seu galho, Meu mestre mandou	99 e 100
11	Experimentação e Fruição	Troca de lugares, Pula-sela	100 e 101
12	Construção de valores e Avaliação e Registro	De cabeça para baixo no escuro, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Ginásticas	102
13	Ginásticas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e figuras acrobáticas	103 e 104
14	Experimentação e Fruição	Equilíbrios individuais, Desafio dos apoios	104 e 105
15	Experimentação e Fruição	Construção das figuras, Grupos	105 a 107
16	Construção de valores e Avaliação e Registro	Figuras acrobáticas diferentes, Retomada das aprendizagens do tema 2 de Ginásticas	107 e 108
17	Esportes tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Esporte e gênero	109 a 111
18	Experimentação e Fruição	Movimentos da ginástica rítmica com bola e arco, Jogos de lutas	111 e 112
19	Construção de valores	Lutas e ginástica rítmica com os olhos vendados	112 e 113
20	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Esportes	113
21	Esportes tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes de campo e taco	114 a 117
22	Experimentação e Fruição	Jogo de taco, Jogo de base quatro	117 a 119
23	Construção de valores	Criar jogos de campo e taco	119
24	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Esportes	120
25	Brincadeiras e Jogos tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Brincadeiras e Jogos populares do mundo	121 e 122
26	Experimentação e Fruição	As pinturas e os jogos, Cabra Cega	122 a 124
27	Construção de valores	<i>Daruma-san ga koronda</i>	125
28	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Brincadeiras e Jogos	125
29	Brincadeiras e Jogos tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Os espaços de brincadeiras e Jogos	126 e 127
30	Experimentação e Fruição	Os espaços e os jogos	127
31	Experimentação e Fruição	Gincana	127 e 128
32	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Brincadeiras e Jogos	128
33	Lutas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	A base do lutador – equilibrar e desequilibrar	129 e 130
34	Experimentação e Fruição	Luta do Saci, Luta do equilíbrio, ajoelhado e agachado, Empurra-empurra	130 a 133
35	Experimentação e Fruição	Empurrar com as costas, Puxa-puxa, Puxa-puxa triplo, Dono da arena, Fortaleza	133 a 135
36	Construção de valores e Avaliação e Registro	Interagindo com as diferenças, Simular uma deficiência, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Lutas	136
37	Lutas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Laamb – luta africana	137 a 139
38	Experimentação e Fruição	As mãos no laamb, Agarre e combate no laamb	139 e 140
39	Construção de valores	Laamb solidário	140 e 141
40	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Lutas	141

Cronograma anual – 5º ano

Semana	Atividades	Conteúdos	Páginas
1	Danças tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Danças do mundo - a cultura do <i>hip-hop</i>	142 a 145
2	Experimentação e Fruição	Passo básico, Variações, <i>Locking, Popping, Breaking</i>	146 a 149
3	Experimentação e Fruição	Batalha de dança de rua	150
4	Construção de valores e Avaliação e Registro	<i>Freestyle</i> adaptado, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Danças	150 e 151
5	Danças tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Maculelê - dança de origem afro-brasileira	152 e 153
6	Experimentação e Fruição	Maculelê	153 a 155
7	Construção de valores	Maculelê adaptado	155
8	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Danças	155
9	Ginásticas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e classificação da ginástica	156 a 158
10	Experimentação e Fruição	Ginástica de condicionamento físico	158 e 159
11	Experimentação e Fruição	Ginástica de conscientização corporal	159 e 160
12	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Ginásticas	160
13	Ginásticas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Ginástica geral e <i>Gymnaestrada</i>	161 e 162
14	Experimentação e Fruição	Construindo a <i>Gymnaestrada</i> na escola	162 e 163
15	Construção de valores	Coreografia para todos	163
16	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Ginásticas	163
17	Esportes tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Esportes de rede/parede	164 a 166
18	Experimentação e Fruição	Voleibol com bola grande de plástico	166 e 167
19	Construção de valores	Voleibol paralímpico	168
20	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Esportes	168
21	Esportes tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Modelo de classificação dos esportes	169 a 171
22	Experimentação e Fruição	Classificação dos esportes olímpicos	171 a 174
23	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Esportes	174
24	Brincadeiras e Jogos tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Jogos africanos e indígenas	175 a 177
25	Experimentação e Fruição	<i>My God, Terra Mar, Amarelinha</i> africana	177 e 178
26	Experimentação e Fruição	<i>Ketinho mitsetü, Kolidihô</i>	179 e 180
27	Construção de valores	<i>Heiné kuputisü</i>	180 e 181
28	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 1 de Brincadeiras e Jogos	181
29	Brincadeiras e Jogos tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	Jogos digitais, benefícios, limites e malefícios	182 a 184
30	Experimentação e Fruição	Quadribol	184 e 185
31	Experimentação e Fruição	Campo minado	185 e 186
32	Avaliação e Registro	Retomada das aprendizagens do tema 2 de Brincadeiras e Jogos	186
33	Lutas tema 1: Para começar, Análise e Compreensão	Variações dos elementos das lutas	187 e 188
34	Experimentação e Fruição	Disputa pela bola, Luta do saci variada, Disputa sobre o banco, Cabo de guerra	188 a 190
35	Experimentação e Fruição	Fuga do círculo, Sobre um, A caça e o caçador, Conquista do país	190 a 192
36	Construção de valores e Avaliação e Registro	Luta e deficiência visual, Retomada das aprendizagens do tema 1 de Lutas	192
37	Lutas tema 2: Para começar, Análise e Compreensão	A origem das lutas	193 a 195
38	Experimentação e Fruição	Dramatização da origem da luta	195 e 196
39	Experimentação e Fruição	Os homens das cavernas, Batalha romana	196 e 197
40	Construção de valores e Avaliação e Registro	A discriminação nas lutas, Retomada das aprendizagens do tema 2 de Lutas	197

Unidades temáticas	Habilidades	Objetos de conhecimento
Brincadeiras e jogos	<p>(EF35EF01) Experimentar e fruir brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e recriá-los, valorizando a importância desse patrimônio histórico cultural.</p> <p>(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os alunos em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.</p> <p>(EF35EF03) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita, audiovisual), as brincadeiras e os jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana, explicando suas características e a importância desse patrimônio histórico cultural na preservação das diferentes culturas.</p> <p>(EF35EF04) Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.</p>	Brincadeiras e jogos do Brasil e do mundo; Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana
Esportes	<p>(EF35EF05) Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.</p> <p>(EF35EF06) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).</p>	Esportes de invasão; Esportes de campo e taco; Esportes de rede/parede
Ginásticas	<p>(EF35EF07) Experimentar e fruir, de forma coletiva, combinações de diferentes elementos da ginástica geral (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais), propondo coreografias com diferentes temas do cotidiano.</p> <p>(EF35EF08) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução de elementos básicos de apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo as potencialidades e os limites do corpo e adotando procedimentos de segurança.</p>	Ginástica geral
Danças	<p>(EF35EF09) Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.</p> <p>(EF35EF10) Comparar e identificar os elementos constitutivos comuns e diferentes (ritmo, espaço, gestos) em danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana.</p> <p>(EF35EF11) Formular e utilizar estratégias para a execução de elementos constitutivos das danças populares do Brasil e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana.</p> <p>(EF35EF12) Identificar situações de injustiça e preconceito geradas e/ou presentes no contexto das danças e demais práticas corporais e discutir alternativas para superá-las.</p>	Danças do Brasil e do mundo; Danças de matriz indígena e africana
Lutas	<p>(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.</p> <p>(EF35EF14) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.</p> <p>(EF35EF15) Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.</p>	Lutas do contexto comunitário e regional; Lutas de matriz indígena e africana

Danças indígenas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer e valorizar as danças indígenas como uma manifestação cultural brasileira.• Experimentar e fruir as danças indígenas.• Experimentar gestos, espaços e ritmos das danças indígenas.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12 <i>Nesta unidade temática, serão abordadas apenas as danças de matriz indígena. As danças de matriz africana serão experimentadas no 5º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Canudos de jornal, TNT (ou outros tipos de tecido), dispositivo eletrônico para reprodução de música.
Sequência de atividades	Mostre aos alunos uma imagem de dança indígena e instigue-os sobre o que veem. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Por meio de análise de imagens, peça aos alunos que identifiquem as danças vivenciadas e que reflitam sobre as sensações obtidas nas aulas. Observe se na atividade de completar os alunos assimilaram o conteúdo do tema.

Para começar

Peça aos alunos que formem um grande círculo e se acomodem no chão. Leve para a aula uma imagem de dança indígena (pode ser uma cópia ampliada da fotografia a seguir) e instigue-os sobre o que eles veem: “A observação dessa foto nos fornece informações sobre pessoas, costumes, vestimentas? Quais?”, “Podemos afirmar que essas pessoas estão dançando? Por quê?”.

Caso os alunos tenham dificuldade de responder a essas questões, ajude-os no processo de descoberta. Indique alguns elementos retratados, como o movimento das vestimentas, as pinturas corporais (que podem se relacionar a diferentes rituais, festivos ou religiosos), a posição de troncos, braços e pernas, ou ainda a própria formação coletiva em círculo.

Em seguida, explique a eles que se trata de uma dança indígena de grande representatividade cultural, realizada pelos Kalapalo durante a Festa do peixe, no Parque Indígena do Xingu, em Mato Grosso. É importante ressaltar que os conhecimentos produzidos por esses e outros povos indígenas não são devidamente reconhecidos pela sociedade em que vivemos, daí a importância de conhecê-los na escola. Utilize as informações apresentadas em “Análise e Compreensão” para aprofundar essa reflexão inicial.



Indígenas Kalapalo durante a Festa do peixe, no Parque Indígena do Xingu (MT), em 2017. Esse ritual chamado *Tawarauanã* é realizado sem data específica. Segundo os mitos indígenas, os peixes ensinaram essa cerimônia ao povo Kalapalo e atualmente ela é praticada por várias etnias no Alto Xingu.

Análise e Compreensão

As danças indígenas

As danças indígenas são práticas desenvolvidas com diferentes objetivos em cada povo. Elas podem ser comemorativas, preparatórias para combates e guerras, bem como para rituais de passagem para a vida adulta. Podem também estar relacionadas com colheitas e caças bem-sucedidas ou até mesmo com rituais fúnebres. Percebemos, portanto, os significados histórico-sociais que as danças possuem na construção e na reafirmação da identidade cultural dos povos.

Pinturas, adereços, máscaras, armas e instrumentos musicais são utilizados nessas danças segundo os objetivos delas, criando diferentes imagens e características durante sua execução. As danças indígenas contemplam uma ampla diversidade cultural que precisa ser respeitada e compreendida pelos alunos em razão de sua pluralidade e participação na construção social dos povos indígenas.

Os movimentos, as coreografias, as formações (roda, filas, colunas etc.) e os ritmos são criados e repassados de uma geração para outra, fortalecendo os signos corporais desses povos e mantendo suas tradições. Essa memória cultural consolida os sentidos do “ser” e denota como os indígenas personificam seus saberes corporais e as tradições locais por meio da dança.

Müller (2004)¹, ao analisar as danças indígenas, aponta que os gestos ritualizados criam uma *performance* cênica diversa composta de ornamentos, manipulação de objetos e um processo distinto de ocupação dos espaços de dança. Temos nelas um conjunto de elementos que são organizados a partir de roteiros específicos, com formas e estilos que permitem uma apreciação estética que atinge uma dimensão mais ampla de contato consigo mesmo e com o outro (MÜLLER, 2004)².

1 MÜLLER, R. P. Danças indígenas: arte e cultura, história e *performance*. *Indiana*, n. 21, 2004, p. 127-137.

2 *Op. cit.*

Sugerimos dois exemplos de danças indígenas que podem ser exploradas nas aulas de Educação Física. Salientamos, contudo, que outras podem ser selecionadas com base no contexto e nas particularidades de cada grupo. É importante, entretanto, que essas práticas sejam tematizadas e conhecidas pelos alunos em sua diversidade e significados culturais, e não apenas de forma alegórica. Trata-se de refletir sobre o papel dos povos indígenas no Brasil e superar estereótipos ainda comuns em espaços educacionais.

A primeira delas é a dança do bate-pau ou dança da ema (*Kihixoti-Kipaé*), uma manifestação praticada pelos indígenas Terena, da aldeia de Limão Verde, em Aquidauana (MS). É uma manifestação realizada em dias festivos e/ou em outros eventos realizados pela comunidade. Com base em relatos orais, foi possível conceber que essa designação (dança da ema) está relacionada às vestimentas que os indígenas utilizam durante a prática, que eram confeccionadas historicamente com as penas desse animal. No geral, a dança remete à guerra contra o Paraguai, de forma que os movimentos fazem referência aos antepassados que venceram tal combate. A dança é executada por dois grupos, cada um liderado por seu cacique. Os grupos executam a dança em filas paralelas, realizando movimentos de forma conjunta (JESUS, 2007)³. Cada indígena traz consigo um bastão e, ao som da flauta e do tambor, desenvolve uma coreografia forte, baseada principalmente nas batidas do bastão.

A segunda é a dança Matipu, dos indígenas Matipu (habitantes da porção sul do Parque Indígena do Xingu), que, apesar de apresentar outras formações ao longo de sua coreografia (linha, cunha, bloco), traz o círculo como uma de suas possibilidades. O círculo, em particular, simboliza para esse povo uma forma de diplomacia, uma vez que eles se voltam uns aos outros quando estão nessa disposição, além de simbolizar uma aproximação com os bichos e com as divindades (VERÁS, 2000)⁴.

Experimentação e Fruição

1. Dança do bate-pau

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir uma possibilidade de dança indígena. Valorizar essa manifestação como um saber relevante da cultura, sem discriminação. Explorar gestos, ritmo e espaços de uma dança indígena.

Materiais: canudos produzidos com jornal para simbolizar o pedaço de pau; TNT (um tipo de tecido muito utilizado em artesanato e decoração de festas) ou outros tipos de tecido, como a chita, para a confecção de saias; e dispositivo eletrônico para reprodução de música (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Dicas

Essas manifestações, além de não possuírem coreografias fixas, apresentam grande variação de movimentos quando realizadas. A intenção não é copiar uma coreografia, mas entender como essas danças são realizadas e proporcionar aos alunos uma pequena vivência delas.

Antes de iniciar a prática, caso considere relevante, confeccione saias de TNT para simbolizar as indumentárias características da dança do bate-pau. Elas podem ser feitas com tiras de TNT presas a um barbante-guia.

3 JESUS, N. T. *Kohixoti-Kipaé, a dança da ema: memória, resistência e cotidiano Terena*. 2007. 132 f. Dissertação (Mestrado). Universidade Nacional de Brasília.

4 VERÁS, K. M. *A dança Matipu: corpos, movimentos e comportamentos no ritual xingano*. 2000. 133 f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social). Universidade Federal de Santa Catarina.

Para facilitar a assimilação dessa dança, sugerimos que você apresente aos alunos dois vídeos que podem ser baixados da internet: Bate-pau da aldeia Lagoinha. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=DIU6grccYVA>>. Acesso em: 11 fev. 2021. Dança do penacho (bate-pau) – Terena. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=YY5PI6OUzZ8>>. Acesso em: 11 fev. 2021. Você pode usar a música que consta nesses vídeos na apresentação dos alunos.

Procedimentos

Prepare os canudos de jornal para serem levados para a sua aula e distribua-os a cada aluno, possibilitando-lhes explorar esse material, pois eles vão ter curiosidade de experimentá-lo. Procure orientá-los a ter cuidado principalmente com a ponta do canudo de jornal, evitando assim manipulações indevidas que os coloquem em risco.

Em um segundo momento, explique algumas disposições e alguns gestos típicos vivenciados nessa dança.

Organize os alunos em duas filas (disposição inicial da dança), uma paralela à outra, de modo que os ombros de quem estiver em uma fila fiquem ao lado dos ombros de quem estiver na outra. Entre as duas filas deve haver espaço suficiente para que os alunos possam movimentar os canudos de jornal (os paus).

Os canudos precisam ser direcionados para fora (tocando o chão) e para dentro (tocando o do colega), como pode ser observado na figura a seguir.



Movimentação dos canudos de jornal (paus) para fora e para dentro.

Estimule os alunos a movimentar os pés acompanhando os canudos, isto é, quando eles forem direcionados para fora, deve-se dar um passo nessa direção, e vice-versa. Explore bastante essa movimentação com eles.

Quando você observar que eles estão confortáveis, peça-lhes que também caminhem enquanto executam esses movimentos.

Outra possibilidade de movimentação é a coreografia de guerra. Sugira aos alunos que se virem um de frente para o outro e usem os canudos de jornal para imitar uma luta. Solicite uma sequência simples e peça a eles que a repitam ao longo da música. Por exemplo: os alunos, uma vez de frente um para o outro (ainda na disposição de filas), batem duas vezes um canudo no outro e, em seguida, batem o seu canudo no chão.

Para finalizar essa vivência da dança do bate-pau, peça a eles que caminhem em filas pelo espaço de dança, no ritmo da música, explorando expressões corporais de combate ao erguerem seus canudos.

2. Dança Matipu



Objetivos: Experimentar e fruir outra possibilidade de dança indígena. Valorizar essa manifestação como um saber relevante da cultura, sem discriminação. Explorar gestos, ritmo e espaços de outra dança indígena.

Material: canudos de jornal

Dicas

Essas manifestações, a exemplo da dança do bate-pau, também não possuem coreografias fixas e apresentam grande variação de movimentos quando realizadas. O objetivo não é copiar uma coreografia, mas entender como essas danças são realizadas e permitir uma pequena vivência delas pelos alunos.

A sugestão da coreografia dessa dança é fundamentada na descrição encontrada no trabalho de Karin Maria Verás (2000)⁵, em que ela descreve como essa dança é desenvolvida.

Procedimentos

Proponha a realização de uma vivência com a dança xinguana (Matipu).

Use as informações que constam no final do texto da seção “Análise e Compreensão” para introduzir essa dança, a qual é realizada em roda e sem que seus participantes deem as mãos uns aos outros.

Explique que os indígenas se movimentam para um dos lados (girando lentamente para a direita, por exemplo). O corpo fica voltado para a terra, como se ela o puxasse para dentro do solo (o que denota a relação com a natureza).

A partir desses movimentos básicos, eles realizam outros, bem diferentes. A seguir, sugerimos quatro deles, que podem ser repetidos ao longo da coreografia.

1. Bater um dos pés com força no chão.
2. Balançar os braços ao longo do corpo (para a frente e para trás), ao mesmo tempo que executa a batida de um dos pés no chão.
3. Em círculo, caminhar para dentro dele, marcando forte a pisada com um dos pés. Retornar ao lugar, abrindo o círculo novamente, e executar o mesmo passo de costas.
4. Executar o mesmo passo, com a pisada forte com um dos pés, para a lateral, de maneira que o círculo se movimenta no sentido horário e depois no anti-horário.

⁵ Op. cit.

Produza com os alunos lanças de papel (canudos feitos de jornal enrolado) para que eles possam segurá-las durante a dança, simbolizando as ferramentas indígenas. É importante repetir essa pequena sequência várias vezes, pois a dança Matipu tem a forte característica da repetição.

Cabe a você estabelecer um fundo musical para a dança, o que pode ser feito por meio de batidas de mãos, por exemplo. Experimente diferentes ritmos e peça aos alunos que os acompanhem.

Discussão

Ao final dessas experimentações, discuta com os alunos a importância de se conhecer e valorizar a cultura indígena, bem como respeitar seus rituais. Ressalte os elementos relacionados ao valor que a dança assume entre os povos indígenas ao remeter às suas principais atividades, como a caça, a pesca, as festas, as celebrações, as guerras, entre outras. Trata-se, portanto, de uma prática indissociável das atividades sociais desses povos, carregando signos históricos, que são transmitidos ao longo das gerações. Esses saberes são fundamentais para que os alunos adquiram um olhar crítico sobre essas manifestações, sabendo abordá-las sem discriminação.

Destaque ainda a importância da simbologia do círculo e da forte relação com os elementos da natureza, como no caso da dança Matipu. Reforce quanto essa dança reflete a vida indígena e sua subsistência, de modo que ela faz parte também de um ritual de agradecimento e de fortalecimento desses laços com a natureza.

Trata-se de uma oportunidade para refletir também sobre a consciência socioambiental, destacando o modo de vida dos povos indígenas. Se possível, planeje com o professor da turma ações ambientais que podem ser colocadas em prática na escola e na comunidade, como reciclagem, manutenção e limpeza dos espaços individuais e coletivos, evento ecológico com as famílias, entre outras possibilidades. Caso seja possível em seu contexto, convide uma liderança indígena da região para conversar com os alunos sobre as tradições e danças do seu povo.

Por fim, ofereça oportunidade para os alunos expressarem o que sentiram durante as atividades.

Para saber mais

- MÜLLER, R. P. Danças indígenas: arte e cultura, história e performance. *Indiana*, n. 21, 2004, p. 127-137. Disponível em: <http://www.iai.spk-berlin.de/fileadmin/dokumentenbibliothek/Indiana/Indiana_21/10MuellerRegPol_neu-kM_.pdf>. Acesso em: 11 fev. 2021.

A autora analisa algumas danças indígenas enquanto manifestações estéticas, culturais e sociais, que possuem significados relevantes para a identidade de seus povos.

- JESUS, N. T. *Kohixoti-Kipaé, a dança da ema: memória, resistência e cotidiano Terena*. 2007. 132 f. Dissertação (Mestrado). Universidade Nacional de Brasília.

O texto apresenta o povo Terena da aldeia indígena Limão Verde (MT), tomando como ponto de partida o *Kohixoti-Kipaé* (a dança da ema).

- VERÁS, K. M. *A dança Matipu: corpos, movimentos e comportamentos no ritual xinguno*. 2000. 133 f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social). Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas.

Investigação sobre a corporalidade e visualidade da dança Matipu, do grupo Matipu (Parque Indígena Xingu).

Avaliação e Registro

1. Faça cópias das imagens sugeridas a seguir e entregue-as aos alunos. Peça-lhes que identifiquem uma das danças que foram praticadas por eles.



Festa do peixe, Alto Xingu, 2017.



Quadrilha, em Campina Grande (PB), 2017.



Hip-hop, em São Paulo (SP), 2019.



Frevo, em Olinda (PE), 2020.

2. Pergunte aos alunos como eles se sentiram durante as danças indígenas: “Foi fácil ou difícil vivenciá-las?”, “O que chamou mais sua atenção?”. Depois, sugira a eles que escrevam um pequeno relato sobre essa experiência. Se possível, peça ajuda ao professor de Língua Portuguesa, desenvolvendo com ele uma ação interdisciplinar com base nas danças indígenas.
3. Escreva na lousa os itens propostos para a questão. Você pode compor um quadradinho para cada letra, deixando algumas escritas como pistas (veja o exemplo abaixo). Leia para eles cada item, que deve ser respondido colocando uma letra em cada quadradinho.

a) D A N Ç A S I N D Í G E N A S

- a) Manifestações que possuem significados histórico-sociais importantes, que são realizadas com finalidades comemorativas, de guerra ou de gratidão. (danças indígenas)
- b) Dança típica do povo indígena Terena, da aldeia Limão Verde, também conhecida como dança da ema. (bate-pau)
- c) Dança indígena que possui forte ligação com a natureza. (Matipu)
- d) Tema principal da dança da ema, representado pelos pedaços de pau e expressões corporais de luta desenvolvidas ao longo da manifestação. (guerra)

As danças populares do Brasil: a catira

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer as danças populares do Brasil como um patrimônio cultural relevante. • Explorar e fruir os gestos, ritmos e os espaços da catira. • Compreender e respeitar pessoas com algum tipo de deficiência por meio da dança da catira (ou outra de sua escolha), introduzindo algumas limitações físicas.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12
Número de aulas	8
Material	Dispositivo eletrônico para reprodução das cantigas.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos se já conhecem a catira ou outra dança popular escolhida por você. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos assimilaram o conteúdo do tema pelos desenhos que fizeram das experiências de aula e da pesquisa com as principais características da catira (ou outra dança popular). Reflita com eles sobre a valorização e a importância das danças populares.

Dica: A proposta deste tema é levar os alunos a experimentar e conhecer danças populares brasileiras. Embora a dança sugerida seja a catira, você tem autonomia para selecionar manifestações que estejam mais relacionadas com o contexto de sua escola ou comunidade.

Para começar

Reúna os alunos em uma grande roda. Pergunte-lhes se já conhecem a catira. Caso ninguém a conheça ou seja pouco conhecida, apresente a eles essa dança popular típica do Sudeste e do Centro-Oeste brasileiro.

Para esse aprofundamento, sugerimos a exibição do vídeo, que mostra uma apresentação do grupo Os favoritos da Catira. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=2lZJBKXL2lc>>. Acesso em: 11 fev. 2021.

Amplie seus conhecimentos sobre essa manifestação em “Análise e Compreensão”. Depois, informe os alunos sobre a história e as características principais da catira, contextualizando-a.

Análise e Compreensão

Catira: por dentro da batida da viola

As danças populares ou folclóricas se caracterizam pelas mudanças que assumem em suas particularidades e rituais, uma vez que se apropriam de tradições em regiões específicas e agregam diferentes valores e intencionalidades. Elas surgem em conjunto com o desenvolvimento da própria humanidade, visto que as convenções sociais e políticas do seio primitivo foram constituídas, transformadas e repassadas por meio da comunicação e expressividade presentes nessas manifestações (NANNI, 1995)⁶.

6 NANNI, D. *Dança-Educação: Pré-escola à Universidade*. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

Ao longo do tempo, as danças populares sofrem mudanças e vão se tornando tradições em determinadas regiões, processo que pode acontecer por meio de diversos caminhos. As danças populares recebem influências diretas da intensa miscigenação que ocorreu no Brasil no início de sua colonização, fator determinante na profusão de ritmos e danças tão diversos em todo o território nacional (NANNI, 1995)⁷. O trato desse conteúdo na escola pode possibilitar o reconhecimento e a valorização da cultura do nosso país, além de reforçar a importância do conhecimento produzido e transformado pela cultura popular. Para tanto, sugerimos a abordagem desse tema por meio da catira, sem desqualificar a sua autonomia e a da comunidade de selecionar manifestações que estejam mais de acordo com o contexto da escola.

A catira é uma dança rural característica principalmente do Sudeste brasileiro (CASCUDO, 2012)⁸. Existem muitas controvérsias sobre sua origem, mas é possível que tenha recebido influências indígenas, africanas e europeias em solo brasileiro.

A catira, ou cateretê, se caracteriza pelo “bate-pé” e “bate-mão” realizado pelos catireiros ao som da viola caipira. Além disso, podem ser desenvolvidos saltos e volteios durante a coreografia. Essa dança foi difundida pelos tropeiros nos momentos de descanso das longas jornadas no transporte de gado. Eles dançavam batendo os pés e criando ritmos sob a lua. Nessas andanças, a catira acabou sendo bastante disseminada principalmente pelo interior de São Paulo, Goiás e Minas Gerais.

Devido ao contexto de seu surgimento, a catira era executada principalmente por homens, pois eram eles que desempenhavam a atividade rural. Todavia, com o passar do tempo, a catira adentrou os lares das famílias camponesas, recebendo homens, mulheres e crianças.

Para execução dos passos, inicialmente as pessoas ficam organizadas em duas filas, uma de frente para a outra, realizando fortes batidas com as mãos e pés ao som da viola caipira (CASTILHO; CASTILHO, 2005)⁹.

Experimentação e Fruição

1. Mobilização inicial

Objetivos: Explorar e analisar as principais características da catira.

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

Procedimentos

Disponha os alunos em roda e peça-lhes que analisem o vídeo sugerido na seção “Para começar”. Incentive o debate por meio de perguntas: “Como é a vestimenta de quem dança a catira?”, “Quais partes do corpo são mais utilizadas na coreografia?”, “É produzido algum som específico que vocês não percebem em outras danças?”, “Como é a música dançada?”.

Espera-se que os alunos identifiquem o som produzido pelas batidas de botas em um tablado de madeira, característica marcante da catira. Os dançarinos utilizam principalmente esse movimento, em conjunto com as palmas, para executar uma coreografia de catira.

⁷ *Op. cit.*

⁸ CASCUDO, L. C. *Dicionário do folclore brasileiro*. 12. ed. São Paulo: Global, 2012.

⁹ CASTILHO, D.; CASTILHO, W. *Raízes caipiras de Piracicaba na era da globalização: cururu, catira e moda de viola*. Piracicaba: C.N. Editora, 2005.

Caso não seja possível a exibição do vídeo, sugerimos a você que leve uma imagem para a aula, como a sugerida a seguir.



RUBENS CHAVES/PULSAR IMAGENS

Dança da catira. São Luiz do Paraitinga (SP), 2014.

Identifique com os alunos a vestimenta básica da catira: chapéu de vaqueiro, botas de cano longo, calça comprida, camisa de manga longa. Em algumas regiões, costuma-se usar camisa xadrez e gravata feita com lenço.

As partes do corpo mais usadas para executar as batidas que marcam a música são os pés e as mãos, os quais produzem o som característico ouvido durante a apresentação.

A música predominante dessa dança é o sertanejo de raiz (“tradicional” ou “sertanejo antigo”), acompanhado pela viola caipira.

2. Aprendizagem dos passos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir passos de catira. Respeitar o colega durante a aula. Reconhecer e valorizar a catira como uma dança popular brasileira.

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

Procedimentos

Proponha aos alunos que realizem sequências de “bate-pé” e de “bate-mão”. Considere a seguinte sugestão:

Eles devem bater o pé esquerdo no chão três vezes e, em seguida, o pé direito, também três vezes. Na sequência, bater palmas (três vezes) e, depois, bater o pé esquerdo no chão (também três vezes). Para finalizar, peça aos alunos que deem um giro no lugar.

Crie com eles o ritmo dessa batida ou escolha uma música caipira para guiar o ritmo da atividade. Sugerimos a apresentação do vídeo “Tião Carreiro e Pardinho, pagode com catira”, disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=92aqnyHsm_c>. Acesso em: 11 fev. 2021.

Outra possibilidade de sequência: os alunos batem palmas quatro vezes e, em seguida, o pé esquerdo no chão, também quatro vezes, e logo depois o direito (quatro vezes). Na sequência, eles batem palmas (quatro vezes), o pé esquerdo no chão (quatro vezes) e o direito (quatro vezes). Para finalizar, peça-lhes que deem um salto no lugar.

Repita essa sequência com os alunos para que eles se apropriem dos movimentos. Depois, coloque uma música de catira para que eles aperfeiçoem a coreografia. O ritmo das batidas pode ser determinado por você. Contudo, o ideal é acompanhar as batidas da parte instrumental que já aparecem nas músicas típicas da catira, o que amplia o efeito sonoro.

Respeite as dificuldades dos alunos e peça a eles que se respeitem, afinal, é difícil coordenar os movimentos com pouco tempo de ensaio.

3. **Variação**

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Estimule os alunos a realizar a mesma sequência explorando outras partes dos pés. Por exemplo: bater a ponta dos pés, o calcanhar ou o pé inteiro no chão. Além disso, é possível se deslocar pelo espaço batendo um dos pés no chão, realizando sequências rítmicas. Como foi cada experiência?

Discussão

Ao final das vivências, pergunte aos alunos quais foram as principais dificuldades encontradas na realização da dança da catira.

Acompanhar o ritmo da catira, por exemplo, pode ser algo complexo, pois as músicas são aceleradas. Todavia, com treino e paciência, os passos ficam bem definidos e coordenados com as músicas. Procure saber também como eles se sentiram durante a realização das danças.

Reforce com os alunos a relevância de conhecer e vivenciar esse conteúdo da cultura popular, que, para a comunidade rural dos tropeiros, é uma forma de lazer e diversão.

Destaque também o potencial das danças populares e seus significados distintos para cada grupo social enquanto manifestações culturais.

4. **Criação de coreografia**

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Recriar a catira a partir do que foi desenvolvido em aula. Valorizar o reconhecimento dessa prática corporal. Ampliar as experiências corporais e rítmicas com a catira.

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

Procedimentos

Proponha a construção coletiva de uma coreografia de catira. Inicialmente escolham a música que vão utilizar, pois facilita o processo de exploração dos gestos e a identificação do ritmo. No YouTube, é possível encontrar algumas inspirações, sugerimos uma da Escola Glória, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WRs6glCQqec>>. Acesso em: 24 jan. 2021. Você pode inicialmente trabalhar em pequenos

grupos e, depois, incorporar as criações na coreografia da turma. Oriente-os a explorarem as batidas de pés, mãos, giros no lugar e deslocamentos pelo espaço. Também é possível criar pequenas encenações para inserir na composição, o que pode ser auxiliado pelo professor de Arte. Além disso, procure trabalhar com diferentes aspectos da catira (letras de música, como era a vida no campo, quem foram os tropeiros, entre outros), em conjunto com o professor da turma.

Dica: Para acentuar o som das batidas no chão, construa pequenos suportes para os pés com elásticos e tampinhas de garrafa. Amasse as tampinhas de modo que elas fiquem expandidas. Depois, fixe-as com cola em um elástico. Coloque esses materiais nos pés dos alunos, conforme indicado na figura a seguir. Quando eles os baterem no chão, o som da batida ficará mais acentuado. Outra sugestão é executar os passos em cima de um tablado de madeira ou pedir para que usem botas.



Suporte feito com tampinha de garrafa e elástico colocado em um calçado.

ILUSTRAÇÃO: MAYARA SAMPAIO

Construção de valores

1. Deficiência física

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar a dança da catira. Sensibilizar os alunos para o respeito às pessoas com alguma deficiência física.

Procedimentos

Se você tiver em sua classe algum aluno com deficiência física relacionada com a paralisia nos membros inferiores, ofereça a ele dois pedaços pequenos de madeira, cada um deles com, no mínimo, 10 centímetros de espessura. Durante a execução das atividades, peça-lhe que bata uma madeira na outra, no ritmo da dança.

Esse procedimento inclui esse aluno na atividade, possibilitando-lhe desenvolver as coreografias em conjunto com os demais.

Quando o momento for de bater palmas, esse aluno deixa de lado os pedaços de madeira e bate palmas, como os outros.

Como a mudança entre os movimentos com as madeiras e as palmas pode demandar um pequeno tempo, solicite a esse aluno que fique sentado no chão, pois procedendo dessa forma ele não perde o ritmo e pode acompanhar mais facilmente os movimentos.

2. Deficiência auditiva

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar a dança da catira. Sensibilizar os alunos para a questão da deficiência auditiva.

Procedimentos

Se você tiver alunos com deficiência auditiva, peça-lhes que reproduzam os movimentos dos colegas, mesmo sem escutar os sons. Assim, eles podem compreender quais são as características principais dessa manifestação. Se considerar oportuno, ofereça pedaços de madeira a esses alunos, pois eles podem sentir as vibrações produzidas por esse material. Outra estratégia é posicionar o aluno próximo ao solo ou tablado em que os passos serão desenvolvidos, o que também permite sentir a vibração dos sons produzidos pela dança.

3. Deficiência visual

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar a dança da catira. Sensibilizar os alunos para a questão da deficiência visual.

Procedimentos

Os alunos com deficiência visual também podem participar da aula. Solicite a eles que acompanhem a atividade reproduzindo os sons das batidas das mãos e dos pés. Contudo, demonstre com o grupo a diferença entre os sons produzidos por palmas e batidas dos pés, para que eles consigam diferenciar bem cada um deles e participar ativamente das tarefas.

Para saber mais

- BORGES, C. M. O povo brasileiro e a catira. *EFDeportes.com*, Revista Digital, n. 139, dez. 2009. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd139/o-povo-brasileiro-e-a-catira.htm>>. Acesso em: 11 fev. 2021.

O artigo conta um pouco da história e das características da catira.

Avaliação e Registro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

1. Solicite aos alunos que façam um desenho sobre a experiência deles com a catira. Se possível, convide o professor de Arte e proponha uma ação interdisciplinar. Dessa forma, é possível ampliar as possibilidades artísticas da atividade.
2. Peça aos alunos que escrevam as principais características da catira em relação aos seguintes elementos: vestimentas, música, história e coreografia (passos executados).
3. Reflita com os alunos sobre a importância de conhecer as danças populares brasileiras nas aulas de Educação Física. Em um segundo momento, peça-lhes que escrevam uma pequena frase que resuma essa reflexão.
4. Solicite aos alunos que pesquisem um vídeo de catira na internet (com a supervisão de um adulto) e respondam às seguintes perguntas: “De qual local é o vídeo?”; “Do que mais gostaram nele?”.

Peça aos alunos que escolham um passo da dança exibida no vídeo e tentem reproduzi-lo em classe.

3^o
ANO

Ginásticas

TEMA

1

Ginástica geral: rodante e ponte

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Fruir e identificar as acrobacias realizadas no 1º e 2º anos: rolamentos, roda, parada de cabeça e parada de mãos.• Conhecer e experimentar as acrobacias: rodante e ponte.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	8
Materiais	Colchões (ou colchonetes ou tatames de EVA), bambolês, câmera fotográfica (ou celular com câmera), imagens de acrobacias (ou fotos produzidas pelos alunos), papel sulfite, lápis de cor (ou canetas hidrocor) e cola plástica atóxica.
Sequência de atividades	Relembre com os alunos as acrobacias básicas da ginástica e incentive-os a realizar esses movimentos. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Verifique se os alunos identificaram as acrobacias representadas no álbum de imagens confeccionado por eles.

Para começar

Em uma roda de conversa, relembre com os alunos as acrobacias básicas da ginástica: os rolamentos (para a frente e para trás), a roda, a parada de cabeça e a parada de mãos. Essas acrobacias foram apresentadas no livro do 1º e 2º anos.

Realize uma revisão dessas práticas, incentivando os alunos a explicar e a realizar esses movimentos acrobáticos.

Observe se eles executam as acrobacias corretamente e auxilie os que não se lembram delas ou têm dificuldade em realizá-las. A retomada é importante porque esses movimentos serão necessários para as acrobacias que aprenderão no 3º ano.

A seguir, propomos uma atividade em que os alunos poderão colocar em prática a revisão que fizeram por meio de uma brincadeira.

Circuito das acrobacias

Objetivo: Praticar as acrobacias básicas da ginástica: os rolamentos para a frente e para trás, a roda, a parada de cabeça e a parada de mãos.

Material: colchonetes, tatames de EVA ou colchões de ginástica

Procedimentos

Espalhe vários colchonetes pelo espaço destinado à realização da atividade. Em seguida, estimule os alunos a praticar as acrobacias: rolamentos, rodas, parada de cabeça e parada de mãos.

Terminada essa etapa, escolha dois alunos para serem pegadores (ou solicite voluntários que desempenhem essa função).

Os pegadores devem escolher uma das acrobacias praticadas e falar bem alto sua escolha para o grupo. Por exemplo: Roda!

Para não serem pegos, os alunos devem fugir dos pegadores ou realizar uma roda nos colchonetes. Os que não conseguirem fazer a acrobacia combinada poderão ser pegos, tornando-se, assim, pegadores e liberando quem os pegou para fugir por meio de corrida ou de acrobacias.

Realize a brincadeira até que os alunos tenham feito todas as acrobacias básicas.

Ao final dessa atividade, reúna os alunos em roda e converse com eles sobre duas novas acrobacias: o rodante e a ponte.

Pergunte se alguém conhece essas acrobacias (ou uma delas). Caso algum aluno as conheça, peça-lhe que mostre esses movimentos aos colegas. Se ninguém tiver conhecimento delas, apresente-as aos alunos.

Depois, mostre a eles a relação entre essas novas acrobacias e as anteriores, ressaltando a importância de combiná-las entre si, pois é dessa forma que se constrói a base das coreografias da ginástica geral.

Análise e Compreensão

O rodante e a ponte

Com o decorrer do tempo e as transformações das práticas corporais, a ginástica tornou-se mais institucionalizada a partir da implantação dos métodos ginásticos europeus, por meio dos quais foram selecionadas e padronizadas algumas acrobacias. Cabe ressaltar que no circo, por exemplo, também são feitas acrobacias, mas, nesse caso, não são estabelecidos padrões sistematizados para sua prática, ou seja, apesar de se utilizar da técnica na execução do movimento, as suas variações e combinações permitem um maior uso da criatividade e inovações.

Como vamos tratar das acrobacias na ginástica geral, é importante sempre respeitar os limites individuais, estabelecer desafios para que os alunos superem suas dificuldades e estimular a criatividade na realização das práticas.

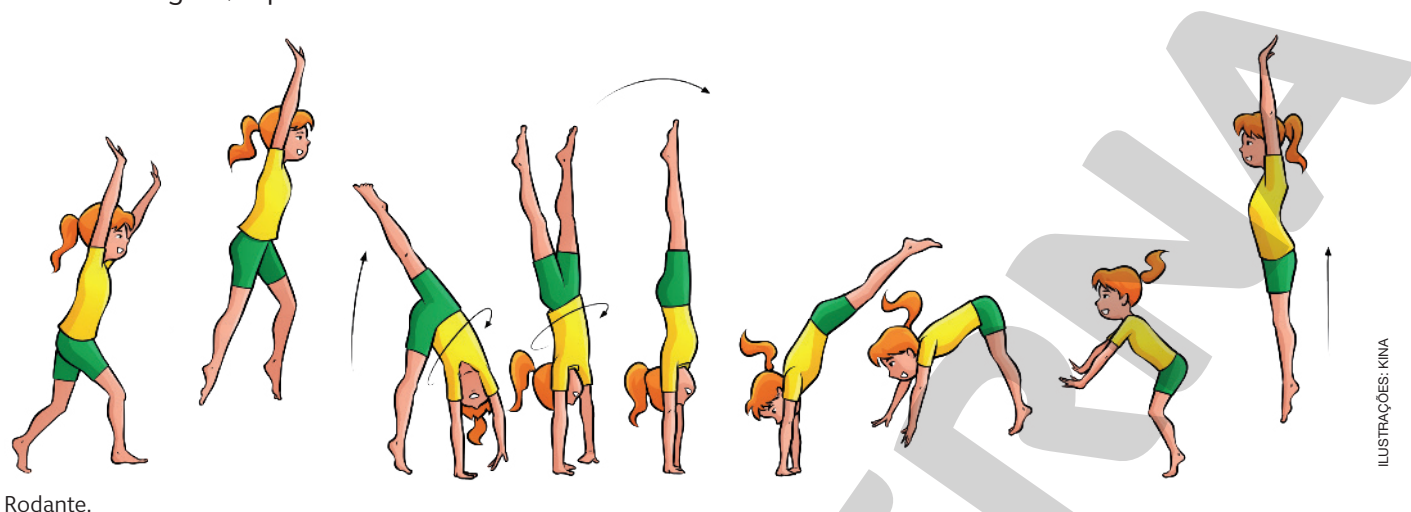
O rodante e a ponte são acrobacias básicas importantes para a aprendizagem de outras mais complexas e com alto grau de dificuldade.

Segundo Brochado (2005)¹, o rodante é um exercício de ligação, é o impulso que possibilita melhor desempenho nos saltos para trás. Basicamente, é uma roda com um quarto de giro, unindo as pernas ao passar pelo apoio invertido, aterrissando sobre ambos os pés, de frente para o ponto de partida.

1 BROCHADO, F. A.; BROCHADO, M. M. V. *Fundamentos de ginástica artística e de trampolins*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

O objetivo do movimento é desenvolver principalmente o equilíbrio dinâmico, ou seja, o do corpo em movimento, e ter consciência da passagem pela posição invertida com união de pernas.

O rodante é um movimento que requer bastante impulso. Para facilitar a aprendizagem, o praticante deve saber executar a roda.



A ponte é uma extensão dos membros superiores, feita com o apoio das mãos no chão. Ela é utilizada como um exercício de ligação entre as acrobacias, como um aprendizado para o flic-flac² e, posteriormente, para a introdução dos mortais³.

Geralmente, os alunos costumam se empolgar com a realização de acrobacias, mas é preciso atenção e cuidado para que não se aventurem antes de estarem preparados. Apoie-os sempre durante as acrobacias até perceber que eles tenham consciência dos movimentos, garantindo que estes estejam bem assimilados.



Experimentação e Fruição

1. Passagem pela ponte

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Aprender a realizar uma ponte.

Material: colchonetes

Procedimentos

Reúna os alunos e solicite que realizem uma ponte, passando-lhes a seguinte orientação: deitem-se na posição decúbito dorsal (de barriga para cima, com as pernas e os braços esticados), depois flexionem os dois joelhos, apoiem os pés no colchonete e as mãos ao lado das orelhas. Em seguida, realizem o movimento do quadril para cima, estendendo os braços e as pernas.

Depois que todos realizarem o movimento, organize duplas e oriente uma passagem por debaixo da ponte. Um dos alunos da dupla realiza a ponte e o outro passa por debaixo dela, rastejando. Depois, solicite a eles que invertam as posições.

2 Reversão para trás, feita de forma rápida, com fase de voo. Parte-se da posição em pé e flexiona-se o tronco para trás, apoiando as mãos no chão e arqueando o corpo com as pernas unidas.

3 Movimentos em que, após um impulso, realiza-se uma rotação no ar sem o apoio das mãos no chão.

Em seguida, peça-lhes que formem trios. Nessa situação, dois alunos realizam pontes e um deles passa por debaixo delas. Aumente progressivamente o número de alunos que formam pontes. Lembre-os sempre de que, por questões de segurança, somente um de cada vez passa por debaixo delas.

2. Rodante no bambolê

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Aprender a realizar um rodante.

Material: bambolês

Procedimentos

Espalhe bambolês ou desenhe círculos com giz pelo espaço destinado à atividade, deixando uma distância de aproximadamente 2 metros entre eles. O ideal é que haja um deles para cada aluno.

Solicite-lhes que fiquem de frente para o bambolê. Quando posicionados, realize com eles uma brincadeira de estátua com alguns comandos específicos. Por exemplo: colocar uma mão dentro do bambolê; colocar as duas mãos dentro dele; um dos pés; os dois pés; uma mão e um pé; a barriga; os cotovelos; e assim por diante.

Em seguida, oriente-os a realizar um rodante com o apoio das mãos dentro do bambolê.



Rodantes feitos com bambolês.

Depois de determinado tempo, proponha o seguinte desafio aos alunos: ao final do rodante, eles devem apoiar os dois pés no chão ao mesmo tempo.

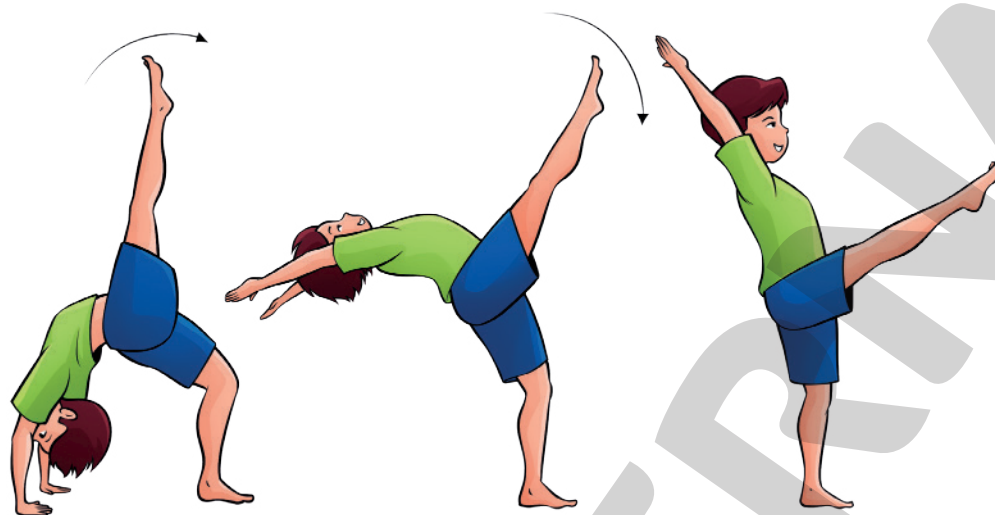
Discussão

Converse com os alunos sobre acrobacias.

Solicite que identifiquem as acrobacias feitas durante a aula. Procure estabelecer relações entre elas e a realização de uma série de movimentos em sequência, com começo, meio e fim.

Os alunos podem combinar os elementos básicos da ginástica (deslocamentos, equilíbrios, saltos, giros e acrobacias): primeiro, avião; depois, rolamento para a frente, parada de cabeça, rodante e ponte. Essas combinações permitem que eles ampliem seu repertório motor e compreendam a elaboração das apresentações da ginástica geral.

Converse com eles sobre a importância de se iniciar a aprendizagem com as acrobacias mais simples e, conforme o desenvolvimento de cada um, aumentar gradativamente a complexidade dos movimentos. Por exemplo, os alunos fazem a ponte e, na sequência, esticam uma das pernas e impulsionam o corpo para a frente, ficando em pé.



Realização da ponte com saída em pé.

ILUSTRAÇÕES: KINA

Para saber mais

- DARIDO, S. C. (org.). *Educação Física escolar: compartilhando experiências*. São Paulo: Phorte, 2011. O livro fornece sugestões de atividades, textos e discussões sobre a aplicação da ginástica na escola.

Avaliação e Registro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Materiais: câmera fotográfica digital ou celular com câmera, imagens de acrobacias ou fotos produzidas pelos alunos, folhas de papel sulfite, lápis de cor e/ou canetas do tipo hidrocor e cola plástica atóxica.

Procedimentos

Oriente os alunos a produzir fotos de seus colegas durante a realização de determinadas acrobacias e também a ser fotografados por eles. A impressão dessas fotos pode ser feita na escola, em casa ou em locais que prestam esse serviço. Outra possibilidade é pedir a eles que pesquisem imagens de acrobacias em casa (na internet ou em revistas) e as levem para a aula.

A tarefa consiste em identificar as acrobacias mostradas em cada fotografia. Cada foto deve ser colada em uma folha de sulfite e, abaixo da imagem, deve ser escrito o nome da acrobacia: rolamento para a frente, rolamento para trás, roda, parada de cabeça, parada de mãos, ponte e rodante.

Cada álbum precisa ter, no mínimo, sete páginas (uma para cada tipo de acrobacia) e, de preferência, uma capa.

Ao final dessa avaliação, todos devem compartilhar seus álbuns com a classe e levá-los para casa a fim de mostrá-los também aos familiares.

Sugerimos ainda a criação de um projeto com a disciplina de Arte para a construção de um “aparelho de TV” feito de papelão em que as imagens/fotos sejam expostas/reproduzidas.

Ginástica geral e pequenos aparelhos

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer e experimentar de forma individual e coletiva as possibilidades de movimentos com os aparelhos tradicionais da ginástica. • Construir aparelhos com materiais alternativos. • Executar combinações dos elementos básicos da ginástica manipulando os aparelhos tradicionais ou alternativos. • Realizar sequência de movimentos com limitações diversas.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	10
Materiais	Aparelhos tradicionais da ginástica, dispositivo eletrônico para reprodução de músicas, palitos de madeira, fitas de papel crepom (ou de cetim), potes de iogurte, areia, fita adesiva, cordas, bolas, arcos, fitas e maçãs.
Sequência de atividades	Apresente pequenos aparelhos aos alunos e pergunte-lhes se os conhecem e em que situações são usados. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Monte registros em vídeos, apresente-os e peça que os alunos façam uma autoavaliação da participação na construção e apresentação da coreografia realizada.

Para começar

Disponha os alunos em um grande círculo e apresente os seguintes aparelhos: a bola, o arco, a corda, a fita e as maçãs. Pergunte-lhes se os conhecem e em que situações são usados.

Como alguns deles são comuns na escola e no universo infantil, possivelmente eles vão reconhecê-los. Caso alguém não conheça um ou outro, incentive-o a segurá-lo e a ter um primeiro contato com o aparelho. Se a escola não tiver esses objetos, leve para a aula fotografias deles em tamanho grande, as quais podem ser obtidas na internet.

Em seguida, proponha algumas perguntas para motivar o debate com os alunos: “Quem já brincou com algum desses aparelhos? Quando? Em que situação?”, “Quais são as possibilidades de movimentos com a bola, o arco e a corda?”.

Esses aparelhos podem ser encontrados em diversas manifestações da cultura corporal de movimento, como no circo, nos jogos e brincadeiras, nas danças e nas ginásticas esportivas. A exploração de materiais possibilita a vivência de técnicas de manipulação importantes para a formação de uma base de experiências motoras.

A finalidade dessa conversa inicial é proporcionar aos alunos uma compreensão da manipulação de pequenos aparelhos durante a execução dos elementos básicos da ginástica e, dessa forma, combinar esses movimentos para a construção coreográfica da ginástica geral.

Análise e Compreensão

Manipulação de aparelhos

A ginástica geral permite a utilização nas suas práticas de qualquer manifestação da cultura corporal de movimento devidamente adequada à sua construção e é muito comum a

utilização de implementos utilizados em algumas ginásticas esportivas, ginásticas de condicionamento físico, apresentações circenses, danças, esportes, entre outras.

Qualquer material pode ser utilizado, porém é importante observar a segurança durante a manipulação e as possibilidades de movimentos com esse material e, também, as combinações dos elementos básicos da ginástica com esses movimentos.

A disponibilização de aparelhos, sejam eles tradicionais ou alternativos para o aluno identificar sua estrutura, experimentar os movimentos possíveis, executar movimentos combinados por meio da criatividade individual ou em grupos, é importante para a compreensão da ginástica geral.

Neste tema, iremos apresentar a utilização de aparelhos tradicionais da ginástica, mas nada impede que ela seja realizada com outros materiais, como, por exemplo, bolinhas de malabares, pinos de boliche, balangandãs, bolas de meia, caixas de papelão, entre outros.

Observe, no quadro a seguir, a estrutura dos aparelhos escolhidos e os movimentos básicos que podem ser feitos com eles.

	Estrutura do aparelho	Movimentos básicos
BUYANOV/SHUTTERSTOCK  Bola.	Bola de borracha de cor opaca ou brilhante que pesa entre 300 e 400 g.	Balancear, quicar, circundar, equilibrar, lançar, rolar, prensar; movimentos de rotação, em oito e com batidas.
GOLIBO/GETTY IMAGES  Arco.	Arco cujo raio aproximado é de 40 cm. Ele é feito de plástico resistente.	Balancear, quicar, circundar, equilibrar, lançar, rolar, prensar; movimentos de rotação, em oito e com batidas; passar por dentro do arco e saltar sobre ele.
ILYA OSOVETSKIY/SHUTTERSTOCK  Corda.	A corda deve medir quase o dobro do tamanho do praticante. Sua espessura é de 12 mm. Ela é feita de algodão e tem um nó em cada extremidade.	Balancear, quicar, circundar, lançar, dobrar, prensar; movimentos de rotação, em oito e com batidas; envolver no corpo, espirais, formar figuras, serpentinhas, saltos, pequenos saltos e solturas.
LOFLO69/GETTY IMAGES  Maças.	Cada par de maças é feito de madeira ou plástico resistente. As maças possuem cabeça, pescoço e corpo.	Balancear, quicar, circundar, lançar, prensar; movimentos de rotação, em oito e com batidas; equilibrar e realizar movimento assimétrico.
FABIO YOSHIHITO MATSUJURA/MOSAICO FOTOGRAFIA  Fita.	A fita é composta de um estilete (parte mais rígida) de 35 cm de comprimento e da fita sintética ou de seda, que mede 7 cm de largura e de 5 m a 6 m de comprimento.	Balancear, circundar, lançar, dobrar, movimento em oito, envolver no corpo, espirais, formar figuras, serpentinhas e solturas.

Alguns movimentos são básicos para todos os aparelhos; porém, outros dependem de suas características estruturais. Com a bola, por exemplo, são realizados muitos movimentos de quicar e rolar; com a corda, saltos de diferentes alturas.

Discussão

Reúna os alunos em círculo e converse com eles sobre as características de cada aparelho: “Do que é feita a bola?”, “Quais movimentos um ginasta pode fazer com ela?”, “Do que é feita a corda?”, “Quais movimentos podem ser realizados com ela?”, “Do que é feito o arco?”, “Quais movimentos podem ser executados com ele?”, “Do que é composta a fita?”, “Quais movimentos um atleta pode fazer com ela?”, “Do que são feitas as maçãs?”, “Quais movimentos podem ser realizados com elas?”.

É importante que os alunos percebam as diferenças entre a estrutura dos aparelhos, as possibilidades de movimentos e que estabeleçam relações com outros tipos de materiais.

Experimentação e Fruição

No decorrer das atividades, procure promover correlações da manipulação de pequenos aparelhos combinada com os elementos corporais básicos da ginástica, como quicar a bola e realizar um avião, andar de costas e girar a fita à frente do corpo, correr e fazer cobrinhas com a fita, dar saltos para a frente, para trás e lateralmente com a corda, entre tantas outras possibilidades.

1. Estátua

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Identificar as características dos seguintes aparelhos: corda, arco, bola, fita e maçãs. Realizar movimentos básicos com eles.

Materiais: aparelhos tradicionais da ginástica (os que estiverem disponíveis na escola) e dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Selecione músicas com ritmos diferentes para utilizar durante as atividades.

Organize a sala em três grupos e dê a cada um deles um dos aparelhos. Depois, solicite aos alunos que andem livremente pelo espaço destinado à atividade, conforme o ritmo da música, manipulando os aparelhos. Quando a música pausar, todos devem sentar no chão e virar uma estátua.

Na sequência, um dos grupos é escolhido para ficar em pé durante a pausa da música e realizar um movimento com o aparelho.

Ao retomar a música, todos ficam em pé novamente e voltam a andar livremente.

Repita a atividade algumas vezes e troque os aparelhos entre os grupos.

Depois que todos tiverem realizado a vivência da estátua, direcione os movimentos.

Independentemente do aparelho manipulado, quando a música parar, todos devem fazer os seguintes movimentos: balancear segurando o aparelho com as duas mãos e, depois, com a mão direita e, em seguida, com a esquerda; circundar segurando-o com as duas mãos

e, na sequência, com a mão direita e, depois, com a esquerda; lançar e pegar o aparelho com as duas mãos e, em seguida, com uma das mãos.

Ao término desses movimentos, peça aos alunos que troquem os aparelhos entre os grupos e repitam os comandos.

Lembre-se de que a música é muito importante para estabelecer o ritmo dos movimentos.

Discussão

Reúna-se com os alunos para conversar sobre a atividade realizada em grupo. Fazer perguntas é uma ótima estratégia para incentivar o debate: “Quais movimentos vocês realizaram com os aparelhos?”, “De qual movimento vocês mais gostaram? Por quê?”, “Quais são as principais diferenças entre os aparelhos?”, “Em qual deles é possível passar por dentro?”, “Em sua opinião, qual aparelho é mais fácil de lançar e pegar? Por quê?”.

Lembre-se sempre de enriquecer a discussão final após as vivências e estimular a conversa. Incentive a expressão dos alunos em relação às atividades realizadas. Sempre que possível, use os comentários e os exemplos citados por eles.

2. A fita

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Conhecer e experimentar os movimentos da fita. Construir uma fita.

Materiais: palito de madeira usado em churrasco ou de algodão-doce, fita de papel crepom ou de cetim e fita adesiva

Procedimentos

Use a fita adesiva para prender uma das extremidades do palito de churrasco na ponta da fita de cetim.

Observe se o palito de churrasco tem ponta fina. Se sim, retire ou corte a ponta para evitar ferimentos durante a sua utilização.

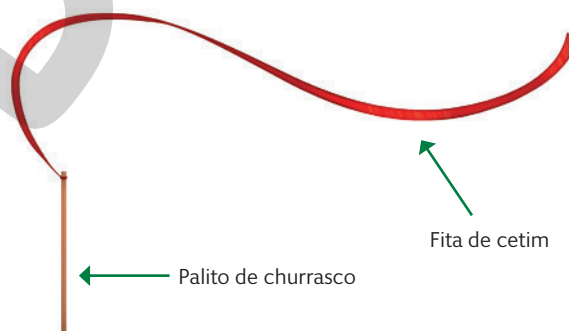
Quando a fita estiver pronta, oriente os alunos a manuseá-la com cuidado por ela ser frágil. Ressalte, contudo, que essa fragilidade não impede a realização de alguns movimentos característicos.

Assim que cada aluno estiver com a fita, sugira alguns movimentos: balançar a fita, girá-la acima da cabeça e, depois, na frente do corpo. Lançar a fita para o alto e pegá-la antes que ela caia no chão. Saltitar balançando a fita.

Em outro momento da aula, oriente os alunos a realizar novos movimentos, que devem ser feitos de maneira espontânea e voluntária. Dê um tempo adequado para esse momento criativo e de descontração.

Em seguida, estimule-os a falar sobre esse material: “A fita é leve? É bonita?”, “O que vocês acharam de realizar movimentos com ela? Fácil? Divertido?”.

A fita é um aparelho muito lúdico devido à leveza dos movimentos proporcionados por ela e às suas cores.



Fita adaptada de ginástica rítmica.

ILUSTRAÇÃO: MAYARA SAMPAIO

3. Movimentos da fita

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Realizar os movimentos característicos da fita.

Material: fita construída para a atividade anterior

Procedimentos

Forme um grande círculo com os alunos. Certifique-se de que cada um deles esteja com sua fita. Nessa conversa, oriente-os a realizar alguns dos seguintes movimentos: balançar a fita de um lado para o outro, da direita para a esquerda e vice-versa. Girá-la na frente do corpo, do lado esquerdo e, depois, do lado direito. Girar a fita acima da cabeça, em volta do corpo e no chão. Girá-la alternando do lado direito para o esquerdo do corpo e vice-versa. Realizar um "oito" na frente do corpo e, depois, uma "cobrinha", iniciando esse movimento acima da cabeça e finalizando-o no chão. Fazer novamente uma "cobrinha", dessa vez iniciando-a do lado direito do corpo e finalizando-a em seu lado esquerdo e vice-versa.

Ressalte que a fita é um aparelho que não pode ficar parado em nenhum momento; ela deve permanecer em movimento durante toda a apresentação.

Discussão

Compare os movimentos da fita com os realizados com a bola, a corda e o arco: "Qual é a diferença entre os movimentos feitos com a fita e com a bola?" (A fita é mais leve, a bola quica e rola.), "E entre a fita e o arco?" (O arco é mais pesado e pode-se passar por dentro dele.), "E entre a fita e a corda?" (Com a corda, realizam-se os saltos e pequenos saltos seguidos; com a fita, fica mais difícil realizar esses movimentos, pois ela é muito leve.)

4. As maçãs

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Conhecer e experimentar os movimentos das maçãs. Construir as maçãs.

Materiais: dois palitos de madeira de churrasco, dois potes de iogurte iguais (tipo garrafinha), fita-crepe e areia

Modo de fazer

Adicione um pouco de areia em cada pote. Depois, introduza os palitos de churrasco na boca deles e fixe-os com fita-crepe de modo que fiquem bem firmes.

Procedimentos

Apresente as maçãs aos alunos e peça que as peguem para sentir sua forma, textura e peso. Outra possibilidade é levar para a aula fotografias desses aparelhos.

Depois desse momento inicial, proponha a construção de maçãs adaptadas para a ginástica rítmica e oriente a turma nesse processo.

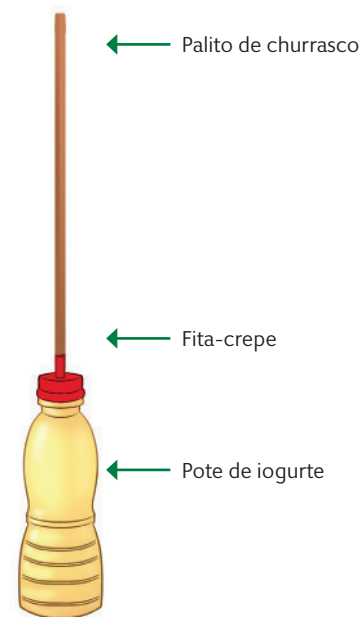


ILUSTRAÇÃO: MAYARA SAMPAIO

Maçã adaptada de ginástica rítmica.

Quando elas estiverem prontas, solicite aos alunos que se espalhem pelo espaço destinado à atividade de modo que não se encostem nos colegas ao abrirem os braços. Eles devem segurar as maçãs pelas pontas (palito de churrasco), uma em cada mão.

Em seguida, oriente-os a balancear os braços estendidos para a frente e para trás; a realizar pequenas batidas com as maçãs perto dos pés, atrás do corpo e acima da cabeça; a equilibrá-las na mão, no pé, na cabeça e no braço; a lançar uma delas para o alto e recuperá-la antes de cair no chão; a lançar as duas ao mesmo tempo etc.

Estimule os alunos a realizar um movimento chamado molinete, em que eles giram as maçãs usando os punhos.

Ao final dessa atividade, organize-os em duplas e oriente-os a lançar uma maçã para o colega ao mesmo tempo que tenta pegar a que lhe foi enviada por ele.

5. Coreografias com pequenos aparelhos

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Experimentar de forma coletiva combinações dos elementos básicos da ginástica e a manipulação de pequenos aparelhos. Planejar uma coreografia em grupo, utilizando os aparelhos tradicionais ou alternativos da ginástica.

Materiais: cordas, bolas, arcos, fitas, maçãs e dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Converse com os alunos sobre a composição coreográfica como uma das características primordiais da ginástica geral. Aproveite essa conversa para fazer um levantamento do conhecimento prévio deles sobre a criação de coreografias: “Vocês já participaram de alguma coreografia?”. Se houver respostas afirmativas, investigue: “Quando participaram da coreografia?”, “Como foi a montagem da coreografia?”, “Utilizaram algum tipo de material na coreografia?”. Fomente os relatos de experiências e estimule-os a demonstrar alguns movimentos e até mesmo cantar as músicas.

Em seguida, diga aos alunos que eles vão construir e apresentar uma coreografia com os aparelhos tradicionais da ginástica, com os materiais que construíram ou com qualquer outro pequeno material que tenham interesse em utilizar de acordo com as decisões coletivas.

Organize-os em grupos. Solicite a cada grupo que pesquise uma música que deve ser tocada por no mínimo 30 segundos e no máximo 1 minuto.

Os grupos devem escolher um aparelho do mesmo tipo para a sua apresentação, ou seja, cada participante precisa ficar com um deles. Cabe ao grupo a elaboração da coreografia que será executada na apresentação. Estabeleça um período para a criação e o treinamento das coreografias. Auxilie na organização do uso dos aparelhos da ginástica, dispositivo eletrônico para reprodução de músicas, sugestões e ideias. Determine o dia da apresentação dos grupos.

Se considerar oportuno, organize um festival na escola para as apresentações dos grupos de várias turmas. Esse evento pode ser aberto à comunidade, além de contar com a presença dos pais ou responsáveis.

Construção de valores

Mesmos movimentos, sensações diferentes

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Realizar uma sequência de movimentos com limitações diversas.

Material: aparelhos tradicionais da ginástica ou alternativos

Procedimentos

Elabore com os alunos uma sequência de movimentos com os aparelhos. Por exemplo: girar as maçãs ao lado do corpo, depois bater duas vezes com elas no chão, realizar três passos para a frente com os braços estendidos segurando as maçãs, um salto e um avião.

Organize os alunos em grupos. Solicite a eles que realizem algumas vezes uma sequência de movimentos com os aparelhos, a qual pode ser sugerida por você ou criada por eles.

Em seguida, determine uma nova situação para cada grupo: a) olhos vendados; b) orelhas tampadas; c) sentados em cadeiras ou no chão; d) sem limitação; e) para observação.

Não finalize a atividade até que cada grupo tenha vivenciado todas essas situações.

Discussão

Procure saber com os alunos, em um primeiro momento, se os grupos conseguiram realizar a sequência. Aproveite as respostas para introduzir novas questões: “Quais foram as dificuldades encontradas em cada situação?”, “Foi preciso modificar algum movimento para finalizar a sequência?”.

Cada limitação imposta aos grupos exigiu dos alunos o aprimoramento de algum sentido ou a adaptação da sequência. Por exemplo: os que foram vendados precisaram estar mais atentos à música e ao ritmo; os que tiveram as orelhas tampadas deviam se concentrar na vibração da música e no estímulo visual; aqueles que atuaram com limitações físicas tiveram de realizar adaptações na sequência.

Para saber mais

- GAIO, R. C. *Ginástica rítmica popular: uma proposta educacional*. Jundiaí: Fontoura, 2009. Esse livro traz muitas sugestões de movimentos com materiais.
- Ginástica rítmica. Rede Nacional do Esporte. Disponível em: <<http://www.rededoesporte.gov.br//pt-br/megaeventos/olimpiadas/modalidades/ginastica-ritmica>>. Acesso em: 11 fev. 2021.

Avaliação e Registro

Aproveite a vivência “Coreografia com os pequenos aparelhos” e registre em vídeo as produções dos alunos. Realize uma sessão para assistir a todas as coreografias e fomente uma discussão sobre o que acharam da experiência, do que mais gostaram. Peça para fazerem uma autoavaliação da participação na construção e apresentação da coreografia.

Diferença entre jogo e esporte

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Entender determinados conceitos que estabelecem se uma prática corporal pode ser considerada jogo ou esporte.• Compreender a transformação do jogo em esporte.• Vivenciar basquetebol adaptado a pessoas com deficiência física de membro inferior.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06
Número de aulas	8
Materiais	Bolas de borracha, bolas de basquetebol, baldes (ou arcos), barbante, cópias (impressões) de fotografias e cadeiras (ou papelão ou colchonetes).
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos se veem diferença entre jogo e esporte. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique a aprendizagem por meio do registro em desenhos e/ou pequenos textos.

Para começar

Introduza o tema esclarecendo aos alunos que, nesta conversa inicial, eles vão ser desafiados a refletir sobre a diferença entre jogo e esporte. Explique que é muito comum as pessoas confundirem a prática de algum tipo de jogo com a de esporte.

Para motivar o debate e fazer um levantamento do conhecimento prévio dos alunos sobre esse tema, leve para a aula cópias das imagens a seguir e pergunte a eles quais delas se referem a jogos e quais se referem a esportes.

Depois de ouvir suas respostas e observações, ressalte que uma atividade precisa seguir regras para ser considerada esporte, como determinar o número de jogadores em cada equipe, as características do espaço físico em que é realizada, o tempo da competição ou a forma de pontuação, além de precisar de arbitragem especializada.

Adverte-se também que no esporte há instituições (associações, federações, confederações) responsáveis pela organização e normatização das competições das diversas modalidades esportivas, enquanto no jogo os próprios participantes definem como será desenvolvida a atividade, estabelecendo-se acordos entre eles.

Considerando essas informações, a análise das fotografias nos permite citar o futebol de campo e o handebol como esportes.



“Pelada”. Futebol em campo de terra na aldeia dos xavantes Bom Sucesso, General Carneiro (MT), 2020.



Futebol de campo. Seleções femininas de Brasil e Equador em amistoso, São Paulo, 2020.



Queimada. Brincadeira em São Caetano do Sul (SP), 2016.



Handebol. Jogo entre Fuechse Berlin (Alemanha) e USAM Nimes (França), Berlim, Alemanha, 2021.

Análise e Compreensão

1. Jogo e esporte como conteúdos da Educação Física escolar

O jogo e o esporte apresentam-se como importantes conteúdos da Educação Física escolar, sendo possível, inclusive, estabelecer interfaces entre eles. Determinados tipos de jogo, por exemplo, podem ser utilizados como instrumentos pedagógicos para o ensino de modalidades esportivas. É por isso que diversos autores os consideram “jogos pré-desportivos”.

É importante salientar que, durante a vivência e a experimentação de um esporte nas aulas de Educação Física, raramente você terá de lidar com todas as regras oficiais, sendo pedagogicamente mais apropriada a realização de jogos cuja aprendizagem seja mais fácil. Entretanto, é essencial que os alunos compreendam as diferenças entre essas duas categorias de práticas corporais para que tenham consciência do tipo de atividade realizada, bem como sejam capazes de identificar essas manifestações em locais públicos, em clubes e nas mídias, entre outras possibilidades.

Para que um jogo seja considerado esporte ele precisa estar atrelado a alguma instituição (associação, federação ou confederação), a qual é responsável por estruturar uma normatização para sua prática, estabelecer regulamentos e definir regras que devem ser válidas para competições realizadas em qualquer lugar do mundo. Deixe claro para os alunos que, diferentemente dos esportes, nos jogos não há padronização de formas, estruturas ou regras, podendo tudo ser alterado de acordo com os interesses dos participantes da atividade.

A distinção entre jogo e esporte pode ser resumida do seguinte modo: o primeiro possui flexibilidade de regras e o segundo conta com regras universais, ou seja, enquanto o jogo de queimada, por exemplo, praticado na escola de um bairro pode ter regras diferentes das do realizado na escola do bairro vizinho, o esporte handebol tem as mesmas regras quando jogado no Brasil, na China ou no Egito. É importante destacar que a modificação das regras de um esporte no contexto escolar constitui uma ferramenta didática para que os alunos tenham acesso ao jogo como estratégia de aprendizagem e ao esporte como representação social, imbricados em uma mesma manifestação.

Assim, ao organizar o seu planejamento, é fundamental que você estabeleça a distinção entre os conteúdos jogo e esporte, oferecendo tempo e espaço pedagógico para que essas duas práticas corporais sejam abordadas de forma específica, promovendo contextualizações, vivências, reflexões e discussões a respeito dos elementos pertencentes tanto ao jogo quanto ao esporte. Portanto, haverá dois momentos distintos para o jogo no desenvolvimento das aulas de Educação Física escolar: como conteúdo específico pertencente à esfera da cultura corporal de movimento e como instrumento pedagógico no tratamento do conteúdo esporte. Dessa forma, no primeiro caso, o jogo pode se constituir em popular, cooperativo, de tabuleiro, entre outras possibilidades, enquanto na segunda perspectiva se apresenta como uma importante ferramenta para o processo de ensino e aprendizagem de diferentes modalidades esportivas.

2. Transformação do jogo em esporte

O ser humano é capaz de interferir na cultura criando, reproduzindo e transformando seus diferentes elementos. Essa capacidade fica evidente quando procuramos entender a origem de várias modalidades esportivas, pois, ao constatarmos que os jogos são criados, reproduzidos e que alguns deles sofrem o processo de esportivização, é possível visualizar o surgimento de uma modalidade esportiva. Esse processo pode continuar e, a partir de determinada modalidade, serem criadas novas formas de jogo e, então, surgir mais um esporte.

O voleibol é um bom exemplo desse processo. Esse jogo, criado em 1895 e chamado de “mintonette” em sua origem, passou a contar com uma instituição esportiva, a qual normatizou as regras da modalidade denominada voleibol. Inicialmente, sua prática ocorria apenas em quadras de cimento ou madeira, mas, posteriormente, foram realizados jogos utilizando a bola de vôlei na areia da praia, criando-se então o vôlei de praia. Além disso, o jogo sofreu adaptações para atender grupos específicos de indivíduos, sendo criadas também novas modalidades, como o vôlei para a terceira idade e o voleibol paralímpico (vôlei sentado). Do basquetebol, por exemplo, surgiram o basquete “3x3” e o paralímpico (para cadeirantes); o handebol originou o handebol de praia e o para cadeirantes.

É importante ter claro que esse processo continua, pois o ser humano intervém na cultura a todo momento, inventando e adaptando jogos, alguns dos quais podem resultar em novas modalidades esportivas. Cabe também ressaltar que é pouco comum uma determinada prática corporal já nascer como esporte, pois grande parte das modalidades esportivas é oriunda de algum tipo de jogo.

Experimentação e Fruição

1. Basquetebol: do jogo ao esporte

Objetivos: Compreender o processo de transformação do jogo até a modalidade esportiva basquetebol. Experimentar movimentos do basquetebol.

Materiais: bolas de borracha, bolas de basquetebol, baldes (ou arcos) e barbante

Procedimentos

Possibilite as seguintes vivências:

- a) Organize a classe em grupos de seis alunos e entregue a cada grupo uma bola de borracha e um balde (ou arco). Enquanto um dos alunos do grupo segura o balde (ou arco), os demais posicionam-se a uma distância de aproximadamente 5 metros para arremessar a bola de modo que ela entre no balde (ou atravesse o arco).
- b) Em outra vivência, amarre o balde (ou arco) no alto de alguma estrutura (alambrado da quadra, árvore ou poste) e oriente os alunos a arremessar a bola na direção do balde (ou do arco). Nesse caso, flexibilize a distância dos arremessos.
- c) Use a mesma estrutura da atividade anterior nessa outra vivência. Forme duas equipes de três jogadores com a subdivisão de cada grupo. As equipes devem tentar fazer a cesta no balde (ou arco) e, para alcançar esse objetivo, além do arremesso, seus integrantes podem fazer os movimentos do passe e do drible (posteriormente, caso considere oportuno, substitua a bola de borracha pela de basquete).
- d) Nessa atividade final, utilize a quadra inteira, a bola de basquete e o cesto da quadra esportiva. Faça um revezamento entre os grupos (agora com cinco integrantes) para a realização do jogo. Não há necessidade de utilizar as regras oficiais da modalidade, pois isso poderia tornar a atividade menos prazerosa.

Discussão

É fundamental discutir com os alunos as transformações do jogo durante essas vivências, incluindo a incorporação de novos movimentos (passe e drible) e a utilização do material adequado (bola, aro e cesta de basquetebol), aproximando-o das características do esporte. Faça perguntas estratégicas para verificar se os alunos compreenderam a diferença entre jogo e esporte: “Nós praticamos um jogo ou um esporte? Por quê?”, “O que falta para chegarmos ao esporte basquetebol?”, “Quem precisa seguir as regras oficiais desse esporte?”.

Ao final dessa conversa, explique aos alunos que é mais interessante aprender essa modalidade esportiva flexibilizando as regras oficiais do que segui-las à risca, como se eles fossem atletas profissionais. Aproveite para informar aos alunos que quando surgiu o jogo que posteriormente se transformaria no basquetebol, as regras não eram padronizadas, nem mesmo os materiais usados como bola e aro da cesta eram como os utilizados atualmente.

Também é interessante discutir a respeito da aquisição de determinadas marcas para a prática do esporte: não é preciso investir, por exemplo, na compra de uma bola oficial utilizada na NBA para a prática do basquetebol ou no mesmo modelo de chuteira que um jogador de futebol famoso usa.

2. Surgimento de jogos e esportes

Objetivo: Compreender a possibilidade do surgimento de novos jogos e esportes a partir de determinada modalidade esportiva.

Material: cópias (impressões) de fotografias

Procedimentos

O propósito dessa atividade é explicar aos alunos que novos jogos e esportes também podem surgir de uma modalidade já existente. O exemplo escolhido para ser trabalhado com eles é o voleibol.

Faça cópias ampliadas das fotografias a seguir (ou imprima imagens semelhantes pesquisadas na internet) para serem distribuídas aos alunos. As imagens devem estar relacionadas com as seguintes modalidades esportivas: voleibol de quadra e esportes que surgiram dessa modalidade, como o vôlei de areia, o vôlei para a terceira idade, o biribol (vôlei na piscina), o futevôlei e o vôlei paralímpico (sentado).

SAN ACOSTA/DAX IMAGES/
NURPHOTO/GETTY IMAGES



Vôlei de quadra. Times espanhóis durante a Copa do Rei, Las Palmas de Gran Canaria, Espanha, 2021.

CEL SO PURO/SHUTTERSTOCK



Vôlei de areia. Brasil e Cuba nos Jogos Olímpicos 2016, no Rio de Janeiro.

JAIRO MARQUES/ICC
BY 3.0/SECRETARIA DE
COMUNICAÇÃO SOCIAL/
PREFEITURA DE PRAIA GRANDE



Vôlei para a terceira idade. 21º Jogos Regionais do Idoso, Praia Grande (SP), 2017.

ASSOCIAÇÃO DOS FUNCIONÁ-
RIOS PÚBLICOS DE SBC



Biribol. 80º Jogos Abertos do Interior, São Bernardo do Campo (SP), 2016.

PASCAL ROCHARD-CASABIAN-
CA/APF/GETTY IMAGES



Futevôlei. Brasileiros Lalazinho e Luciano durante a Copa do Mundo de Futevôlei, Córsega, França, 2018.

CHRISTOPHE SIMON/AFP/
GETTY IMAGES



Vôlei paralímpico (sentado). Canadá e Brasil nos Jogos Paralímpicos 2016, no Rio de Janeiro.

Depois de considerar as observações e os comentários dos alunos sobre as fotografias, leve-os a perceber a possibilidade de surgimento de outras modalidades esportivas com base em uma já consagrada. Ressalte o exemplo do voleibol de quadra. Em seguida, questione-os se conhecem outras modalidades esportivas que geraram novas formas de jogos e, por consequência, novos esportes.

Construção de valores

Basquetebol para cadeirantes

Objetivo: Vivenciar o jogo adaptado a pessoas com deficiência física de membro inferior.

Materiais: bola de borracha, bola de basquetebol e cadeiras (ou papelão ou colchonetes)

Procedimentos

Organize a turma em grupos, com aproximadamente oito integrantes, e estabeleça as seguintes regras para a prática do jogo: cada aluno deve dispor de uma cadeira (ou pedaço de papelão ou colchonete). Quando receber ou passar a bola, ele tem de estar sentado na cadeira, deslocando-se somente sem a posse de bola. Para esse deslocamento, ele precisa ficar em pé e transportar a cadeira. Explique que a bola não pode ser retirada da mão do adversário. Para facilitar os movimentos com a bola, comece o jogo com uma bola de borracha e, em seguida, avalie a possibilidade de utilizar a de basquetebol.

Ao final da vivência, converse com os alunos sobre possíveis dificuldades enfrentadas por pessoas com deficiência física, como deslocamentos, limitações para execução do passe e do arremesso etc.

Fale também sobre o direito de as pessoas com deficiência praticarem esportes, procurando saber com os alunos se eles conhecem algum local que atenda pessoas com essas características para a prática esportiva.

Aproveite o momento para relacionar os direitos humanos com o acesso de pessoas com deficiência ao conhecimento e à vivência de modalidades esportivas. Advirta que, independentemente de gênero, etnia, classe social ou algum tipo de deficiência, a possibilidade de usufruir os diferentes elementos da cultura corporal de movimento é um direito de todas as pessoas. Portanto, é essencial, caso se mostre necessário, realizar adaptações para atender às especificidades de cada indivíduo, proporcionando uma prática apropriada e segura.

Dica: Caso haja algum cadeirante na turma, a atividade ficará ainda mais significativa, pois ele participará do jogo utilizando a própria cadeira. Nesse caso, é importante avaliar as possibilidades de participação desse aluno conforme seu tipo de deficiência e grau de comprometimento e tomar todas as medidas de segurança para evitar acidentes. Se a escola dispuser de cadeiras de rodas, elas podem ser incorporadas ao jogo em sistema de rodízio entre os alunos.

Nessa atividade, em especial, fique atento às questões de segurança. Procure conscientizar os alunos para que tenham cuidado nos deslocamentos, tanto em relação ao possível aluno cadeirante como ao utilizar uma cadeira comum (uma sugestão é combinar com eles que o deslocamento ocorra apenas quando estiverem andando).

Para saber mais

As páginas sugeridas a seguir podem ser indicadas para os alunos aprofundarem seus conhecimentos sobre algumas modalidades esportivas abordadas neste tema.

- Confederação Brasileira de Basquetebol. Disponível em: <<http://www.cbb.com.br>>.
- Confederação Brasileira de Voleibol. Disponível em: <<https://cbv.com.br/>>.
- A origem do esporte. *Portal Educação*. Disponível em: <<https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/educacao-fisica/a-origem-do-esporte/55138>>.
- OLIVEIRA, Lúcia Helena de; CLETO, Paula; GUSMAN, Sidney. Quem inventou a bola? Revista *Superinteressante*. Disponível em: <<https://super.abril.com.br/saude/historia-dos-esportes-olha-a-bola/>>.

Acessos em: 12 fev. 2021.

Avaliação e Registro

Escreva na lousa uma lista de modalidades esportivas. Em seguida, peça aos alunos que escolham uma delas e inventem uma história sobre as alterações do jogo até se tornar um esporte. A atividade pode ser realizada por meio de desenhos e/ou pequenos textos informativos.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar os elementos comuns das modalidades esportivas de invasão. • Experimentar jogos reduzidos de futebol e handebol. • Discutir sobre a participação das mulheres no futebol.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06 <i>Nesta unidade temática são vivenciados os esportes de invasão. Os esportes de campo e taco serão experimentados no 4º ano. Os esportes de rede/parede, no 5º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Bolas de futebol, bolas de handebol (ou de borracha), bola de futsal (ou de futebol de campo), cones (ou garrafas PET) e giz.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que identifiquem características do futebol em uma figura. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos conseguem identificar as modalidades esportivas pertencentes aos esportes de invasão.

Para começar

Sugerimos a utilização da figura da modalidade futebol de campo ao lado para iniciar o tratamento deste tema. Faça uma cópia ampliada dela e mostre-a aos alunos. Incentive a participação deles por meio de perguntas: “Essa figura representa qual modalidade esportiva?”, “Notem que cada equipe está em uma metade do campo. Esse posicionamento dos jogadores pode indicar quais momentos do jogo?”, “Qual é o objetivo de uma equipe ao invadir o campo defendido por outra?”, “Quando é feito um gol no futebol?”, “O que os atletas precisam fazer para tentar impedir que seu time sofra gols?”.

Neste primeiro momento, é importante os alunos compreenderem que o futebol é um esporte de invasão. Explique a eles que, no começo do jogo, as duas equipes têm espaços definidos (um dos lados do campo), os quais podem ser invadidos por ambas as equipes com o intuito tanto de marcar quanto de evitar gols. Vence o jogo a equipe que marcar pelo menos um gol e não sofrer nenhum ou que marcar mais gols que o adversário.



Campo de futebol com jogadores e trio de arbitragem posicionados.

Análise e Compreensão

Elementos dos esportes de invasão

As modalidades esportivas pertencentes à categoria “esportes de invasão” caracterizam-se por incluir, como elemento central, uma bola ou implemento similar (um disco, por exemplo) e por serem coletivas e de enfrentamento simultâneo. As equipes dessas modalidades apresentam os seguintes elementos em comum: cada time tem um alvo para defender e atacar. Quando um deles está de posse da bola, temos uma situação de ataque, cujo objetivo principal é acertar determinado alvo. Quando uma equipe não detém a posse de bola, ela está em uma situação defensiva, em que, por meio da movimentação de seus atletas, tenta recuperar essa posse para evitar o avanço adversário, proteger seu alvo e começar um ataque.

Os alvos podem apresentar diferentes formatos: traves (futebol de campo, futsal, handebol, polo aquático), cesta (basquetebol) e linha demarcatória (futebol americano, rúgbi). Esses esportes ocorrem em diferentes espaços físicos, como campo (futebol de campo, futebol americano, rúgbi), quadra (futsal, handebol, basquetebol) e piscina (polo aquático). A prática deles exige o uso de equipamentos adequados a cada modalidade, como chuteiras para o futebol de campo; toucas para o polo aquático; patins e tacos, no hóquei sobre rodas; tacos, no caso do hóquei na grama.

Nesses esportes, as equipes precisam estabelecer estratégias de invasão territorial e agir taticamente para alcançar o alvo, bem como adotar procedimentos similares para se defender.

No decorrer dos jogos ocorrem transições, as quais são caracterizadas pela passagem da defesa para o ataque, bem como do ataque para a defesa de cada uma das equipes envolvidas na partida. A posse de bola configura uma situação de ataque, enquanto a equipe sem a bola encontra-se em um momento defensivo, fases que se alternam constantemente no decorrer da partida. Essas transições estão relacionadas com o aspecto tático, manifestando-se tanto individualmente, ou seja, como cada jogador se posiciona e se movimenta quando sua equipe perde ou recupera a posse da bola, quanto coletivamente, estruturando-se nas mesmas situações de perda e recuperação.

É importante frisar que as transições (que podem ser da fase ofensiva para a defensiva e vice-versa) ocorrem em qualquer parte do espaço de jogo, não se limitando à área defensiva ou ofensiva da equipe.

Por fim, destacamos que é fundamental tratar didaticamente todos esses aspectos como conhecimentos que devem ser ensinados aos alunos com o intuito de favorecer a melhor compreensão da dinâmica do jogo e de suas competências como jogadores. Desse modo, a partir da compreensão de aspectos táticos presentes nas modalidades esportivas que compõem a categoria de esportes de invasão, os alunos encontram mais facilidade na aprendizagem de cada uma dessas modalidades e conseguem estabelecer relações entre os objetivos inerentes a elas.

Experimentação e Fruição

1. Minijogos de futebol

Objetivos: Vivenciar jogos de futebol em campo reduzido. Entender a importância da invasão territorial.

Materiais: bolas de futebol, cones (ou garrafas PET) e giz

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Procedimentos

Divida os alunos em equipes, cada uma com três jogadores. Em espaços reduzidos, organize um jogo cujo objetivo é derrubar, por meio de uma bola chutada, os alvos (garrafas PET ou cones) da equipe contrária, posicionados no fim do campo de jogo. Use giz para delimitar as linhas do campo (veja figura 1).

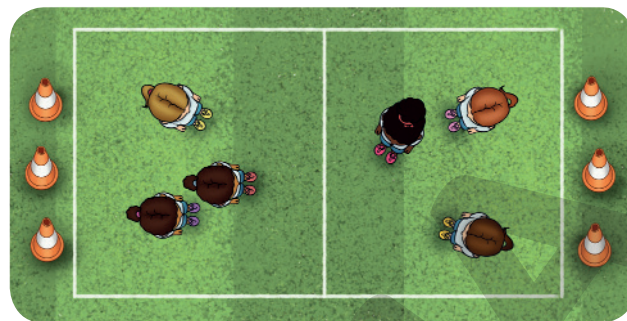


Figura 1. (Adaptado de Melo, 2001)¹

Nessa atividade inicial, as equipes devem permanecer em suas metades do campo, colocando em relevo a descaracterização do jogo de futebol quando não há invasão territorial.

Em um segundo momento, realize atividade semelhante, permitindo, dessa vez, que as equipes invadam o campo adversário. Estabeleça que os pontos só serão válidos se os alvos forem derrubados pelo chute executado no campo de ataque.

O propósito da atividade é que os alunos entrem no campo da equipe oponente para que consigam executar o ponto. Por meio dessa dinâmica, espera-se que compreendam a importância de invadir o espaço do adversário, facilitando o alcance do objetivo. Simultaneamente, eles terão de perceber a necessidade de defender a própria meta (os cones), procurando evitar a progressão dos integrantes da equipe adversária em seu campo e a finalização à meta por meio de chutes, quando estes estiverem com a posse da bola.

Em outro momento, proponha uma modificação no jogo (veja figura 2). Dessa vez, use dois cones (ou duas garrafas PET) para demarcar os gols e desenhe com giz as áreas de meta próximas a eles. Explique aos alunos que para que os gols sejam válidos é necessário que o chute tenha sido realizado dentro da área de meta ofensiva. Ou seja, nessa última atividade, coloca-se em evidência ainda mais o jogo em profundidade e a lógica de invasão territorial do jogo de futebol.



ILUSTRAÇÕES: MAYARA SAMPAIO

Figura 2. (Adaptado de Melo, 2001)²

2. Minijogos de handebol

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Experimentar jogos de handebol em campo reduzido. Entender a importância da invasão territorial.

Materiais: bolas de handebol (ou de borracha), cones (ou garrafas PET) e giz

Procedimentos

Proponha aos alunos que realizem os mesmos procedimentos dos minijogos de futebol, porém, em vez da utilização dos pés, o contato com a bola deve ser feito com as mãos. Para esse jogo, inclua as seguintes regras: os alunos podem ficar, no máximo, cinco segundos com a bola, não sendo permitido seu deslocamento quando estiverem com a

1 MELO, R. S. de. *Futebol: da iniciação ao treinamento*. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

2 *Op. cit.*

posse dela (eles podem, no entanto, dar um passo na quadra para facilitar o equilíbrio na execução do passe). Não é permitido retirar a bola das mãos do oponente, ou seja, a recuperação só é possível quando a bola não estiver de posse de nenhum jogador (durante um passe, quando ela quica na quadra ou é arremessada para fora etc.).

Dica: Caso considere oportuno, inclua um goleiro na última parte da vivência. Nesse caso, combine com os alunos que somente o goleiro deve ter acesso à área de meta, fazendo com que as finalizações ao gol dos atacantes sejam realizadas fora desse espaço.

Observação: As regras indicadas para os jogos de futebol e de handebol são apenas sugestões. Ressaltamos que o principal objetivo delas é permitir que os alunos vivenciem jogos em espaços reduzidos e de menor complexidade relacionados com essas duas modalidades dos esportes de invasão. Entretanto, temos ciência de que ninguém melhor do que você para definir as regras mais adequadas ao entendimento desses jogos.

Discussão

Promova o debate com os alunos por meio de perguntas sobre as atividades realizadas: “Quais foram as dificuldades encontradas na tentativa de defender seu campo de jogo? E para conquistar o campo do adversário?”, “Qual é a melhor maneira de se defender e recuperar a bola? E de atacar?”. Valorize as respostas deles.

Ressalte, nesse momento, que o futebol e o handebol são jogos de equipe e que, portanto, todos devem colaborar na defesa do campo de jogo, na tentativa de recuperar a posse da bola e de conquistar o campo do adversário. Todas essas ações são executadas visando alcançar uma meta, ou seja, fazer gols para vencer o confronto. Leve os alunos a refletir sobre a necessidade da invasão de território para facilitar a concretização dos pontos.

Para dar sequência a essa discussão, leve para a aula cópias ampliadas das fotografias a seguir (ou imprima imagens semelhantes pesquisadas na internet).

Se possível, apresente também aos alunos vídeos de curta duração sobre os seguintes esportes de invasão: handebol, basquetebol, rúgbi, polo aquático e hóquei sobre patins. Veja sugestões em “Para saber mais”.

Depois de apresentar o nome de cada modalidade aos alunos, verifique se reconhecem o que esses esportes têm em comum com o futebol e o handebol. Com sua mediação, espera-se que todos compreendam, essencialmente, que a invasão de território é uma característica dessa categoria de esporte.



Hóquei no gelo. Times russos em jogo da Liga Continental de Hóquei, São Petersburgo, Rússia, 2021.



Hóquei na grama. Reino Unido e Bélgica em jogo da Liga Profissional de Hóquei sobre a Grama, Bruxelas, Bélgica, 2020.

JOEL AUERBACH/GETTY IMAGES



Polo. Equipes norte-americanas durante a final da USPA Gold Cup, Flórida, Estados Unidos, 2021.



ATTILA KISBENEK/AFP/GETTY IMAGES

Polo aquático. Espanha e Rússia no Campeonato Europeu de Polo Aquático, Budapeste, Hungria, 2020.

RAMSEY CARDY/SPORTSFILE/GETTY IMAGES



Rúgbi. Irlanda e França em partida do Campeonato Seis Nações, Dublin, Irlanda, 2021.



KEVIN C. COX/FAN CONTROLLED FOOTBALL/GETTY IMAGES

Futebol americano. Beasts e Zappers disputam campeonato na Geórgia, Estados Unidos, 2021.

JUAN OCAÑO/NBAE/GETTY IMAGES



Basquetebol. Jogo entre Austin Spurs e Canton Charge, Flórida, Estados Unidos, 2021.

Construção de valores

Jogos de futebol para meninas e meninos

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Discutir sobre a participação das mulheres no futebol.

Material: bola de futsal, ou de futebol de campo, ou de borracha

Procedimentos

Organize equipes com aproximadamente seis integrantes cada uma e propicie a prática do jogo de futebol, adotando as adaptações que considerar convenientes.

Para a organização das equipes, avalie o que se apresenta mais apropriado para suas turmas: a formação de equipes mistas ou com integrantes do mesmo sexo. O que não deve ser realizado na vivência é o confronto entre equipes do sexo oposto.

Após a realização das atividades, reúna-se com os alunos para uma reflexão dessas práticas. Incentive o debate por meio de perguntas: “Vocês conhecem alguma equipe feminina de futebol no Brasil? Qual?”, “Por que os canais de televisão transmitem mais jogos de futebol masculino?”, “O futebol é um jogo que pode ou não ser praticado pelas meninas? Por quê?”. Aproveite também para questioná-los se conhecem nomes de jogadoras brasileiras de futebol, destacando que Marta foi eleita seis vezes pela Fifa a melhor jogadora do mundo, sendo cinco de forma consecutiva.

Ressalte que, no Brasil, há certo preconceito quanto à prática do futebol por mulheres e que em outros países, como Estados Unidos, Alemanha e Suécia, o futebol feminino é bastante praticado, sendo oferecida essa modalidade em escolas e clubes.

Para saber mais

Artigos sobre esportes coletivos:

- DAOLIO, J. Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos – modelo pendular a partir das ideias de Claude Bayer. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Brasília, v. 10, n. 4, outubro 2002. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/478/503>>. Acesso em: 12 fev. 2021.
- GARGANTA, J. M. O ensino dos jogos desportivos colectivos – perspectivas e tendências. *Movimento*, ano IV, n. 8, 1998/1. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/2373/1070>>. Acesso em: 12 fev. 2021.
- LEONARDO, L.; SCAGLIA, A. J.; REVERDITO, R. S. O ensino dos esportes coletivos: metodologia pautada na família dos jogos. *Motriz*, v. 15, n. 2, p. 236-246, 2009. Disponível em: <<http://cev.org.br/biblioteca/o-ensino-dos-esportes-coletivos-metodologia-pautada-familia-dos-jogos/>>. Acesso em: 12 fev. 2021.

Vídeos sobre esportes de invasão:

- Handebol. Esporte Interativo. 22 dez. 2013. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ZqAGMod28vU>>.
- Basquetebol. SporTV. 30 ago. 2010. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=O4xg8AD2-SU>>.
- Rúgbi. Rugby Championship 2014. 6 out. 2014. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=pEJuyik3g_8>.
- Polo aquático. Liga nacional. 21 out. 2013. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=T1HKiofqPN0>>.
- Hóquei sobre patins. Taça Latina 2014. 19 abr. 2014. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=jaYLPQUQMuw>>.

Acessos em: 12 fev. 2021.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que perguntem a dois ou três amigos do bairro onde moram quais esportes eles conhecem e façam a anotação das respostas em uma folha, identificando-os como de invasão ou não. Solicite a eles que apresentem, na aula seguinte, o resultado desse levantamento. Use as respostas para elaborar na lousa um quadro em que constem duas colunas: “Esportes de invasão” e “Outros esportes”. Faça as correções necessárias, reforçando o entendimento dos alunos sobre as modalidades esportivas pertencentes à categoria “esportes de invasão”.

3^o
ANO

Brincadeiras e jogos

TEMA

1

Brincadeiras e jogos da cultura popular brasileira

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Reconhecer e vivenciar as brincadeiras e os jogos populares do Brasil como patrimônio cultural, bem como suas variações.• Experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil de matriz indígena e africana.• Refletir sobre deficiências físicas por meio de uma variação do jogo da queimada.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02, EF35EF03 e EF35EF04
Número de aulas	8
Materiais	Bolas de meia ou de plástico (que não machuquem), duas bandeiras (ou pedaços de tecidos, garrafas PET, bonés, cones), giz, duas bolas, petecas, tampinhas plásticas de garrafas, pedrinhas arredondadas (ou copos), dispositivo eletrônico para reprodução de música e tiras de tecido.
Seqüência de atividades	Peça aos alunos que identifiquem quais brincadeiras são representadas na obra de Ivan Cruz. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos percebem que as brincadeiras e os jogos vivenciados por eles fora do contexto escolar são considerados populares no país. Acompanhe a variação da queimada ou do pique-bandeira recriada pelos alunos.

Para começar

Há muitos jogos e brincadeiras realizados em diferentes locais do Brasil que têm estrutura igual ou semelhante, tendo nome e/ou regras diferentes. Muitas vezes, ao conversar com um colega, é possível perceber que existem semelhanças e diferenças entre um mesmo jogo ou uma mesma brincadeira. Reconhecer esses jogos permite que os alunos ressignifiquem a importância cultural dessas práticas. A tela *Várias brincadeiras II*, de Ivan Cruz, retrata diferentes brincadeiras infantis que são reconhecidas pelas crianças em todos os cantos do país.

Leve para a aula uma cópia ampliada e, se possível, colorida da obra da página seguinte (ou impressão da internet). Solicite aos alunos que identifiquem quais brincadeiras são representadas na tela. Ao citar cada uma, peça-lhes que expliquem algumas de suas características e pergunte se os demais a conhecem da mesma forma ou se verificam algumas diferenças.



Várias brincadeiras II, 2006. Ivan Cruz. Acrílica sobre tela, 1,30 × 1,70 m. Brincadeiras: barquinho de papel, bolinha de gude, bilboquê, bambolê, pula-sela, pião, ciranda, rola-arco, patinete, amarelinha, corda, balão, pipa, cata-vento, pé de lata, subir em árvore, perna de pau, estrelinha, puxar lata.

Concluída a observação, retome com eles as brincadeiras já vivenciadas na escola e proponha a realização daquelas que ainda não foram executadas nesse espaço.

Em outro momento, apresente aos alunos os jogos queimada e pique-bandeira, praticados em várias regiões do país com regras que variam bastante. Depois, procure saber quem já participou desses jogos, em que espaço eles foram realizados e como foi a experiência deles. Peça-lhes também que expliquem as regras desses jogos e, se for o caso, algumas de suas variações.

● Análise e Compreensão

A queimada

A queimada é um jogo popular brincado na rua e tem sido muito praticada nas escolas brasileiras. Por ser adorada pelos alunos, com adaptações ou não, ela é utilizada para alcançar diferentes objetivos pedagógicos e até mesmo como um jogo pré-desportivo para o ensino de algumas modalidades, como o handebol.

Assim como os demais jogos, devido à diversidade cultural, podemos ter uma grande variedade de nomes que caracterizam a queimada: baleado (Bahia), baleada ou queimada (Paraíba), bola queimada (Paraná), caçador (Paraná e Rio Grande do Sul), mata-mata (Santa Catarina), queimado (Pernambuco), carimba (Ceará), carimbada (Uberlândia-MG) e guerra (interior de São Paulo). Suas regras também são bastante variáveis, permanecendo inalterado o objetivo de acertar a bola em alguém.

Muito praticada nos Estados Unidos, a queimada é regulamentada e considerada um esporte, recebendo o nome de *dodgeball*.

O pique-bandeira

Trata-se de um jogo tradicional muito praticado nas ruas. Atualmente sua vivência é mais comum nas aulas de Educação Física em razão da perda do espaço da rua. Segundo alguns autores, esse jogo foi criado, no início do século XX, por escoteiros interessados em desenvolver estratégias de trabalho em equipe.

Assim como outros jogos tradicionais, o pique-bandeira é conhecido por diferentes nomes: bandeirinha ou bandeirinha guerreou (Maranhão e Belém-PA), bandeirinha-estourada (Minas Gerais), barra-bandeira (Pernambuco), salva-bandeira (Florianópolis-SC). Nos Estados Unidos, ele é chamado *capture the flag* (capturar a bandeira).

Há alguns anos, no Rio de Janeiro, o pique-bandeira era um jogo tão popular entre as crianças que chegou a ser comum a realização de campeonatos entre as ruas de alguns bairros.

Experimentação e Fruição

1. Pula-sela

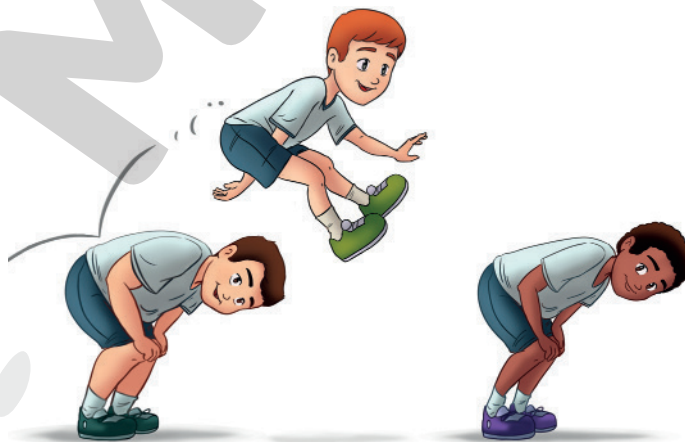
ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar o jogo pula-sela. Reconhecer o pula-sela como um jogo da cultura popular.

Procedimentos

Para trabalhar com uma das brincadeiras apresentadas na tela de Ivan Cruz, sugerimos o pula-sela. Diga aos alunos que a brincadeira é conhecida em diferentes regiões do país e, dependendo do local, recebe outros nomes, como mão na mula, mula corrida, unha na mula, entre outros.

Organize a turma em trios. Peça a dois alunos que se posicionem um atrás do outro a uma distância de 2 metros entre eles, com o tronco flexionado e com as mãos apoiadas nos joelhos. O terceiro aluno deve saltar sobre esses dois e ficar na mesma posição deles. Essa parada é o sinal para o último da fila iniciar os saltos.



Pula-sela.

Observação: Converse com os alunos sobre os cuidados necessários durante a brincadeira para não forçar as costas do colega e não bater com os pés em alguma parte do corpo dele.

2. Queimada

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar a queimada e suas variações. Reconhecer a queimada como um jogo da cultura popular.

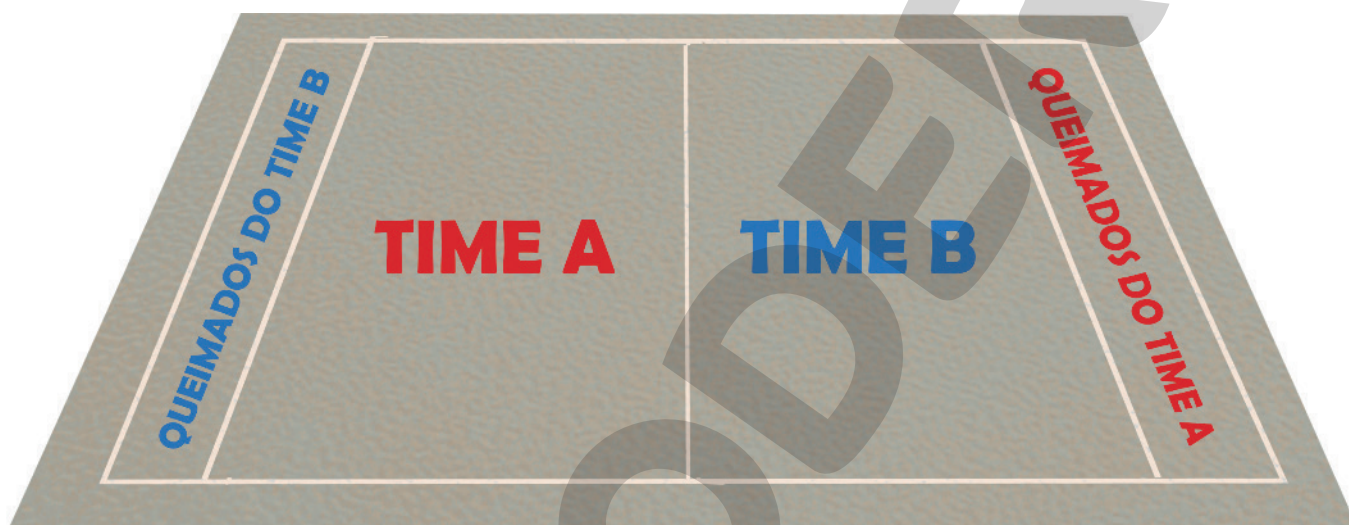
Materiais: bola de meia ou de plástico (que não machuque) e giz

Procedimentos

Organize os alunos em dois times e explique a eles que o objetivo do jogo é queimar todos os adversários da outra equipe, ou seja, acertar a bola neles por meio de um arremesso.

Peça aos alunos que o ajudem a fazer as marcações do campo incentivando o protagonismo deles.

Quando o campo estiver demarcado, oriente cada time a ocupar uma metade do espaço de jogo. Do lado de fora da linha que limita o fim de cada campo há uma área onde ficam os jogadores queimados de cada time.



MAYARA SAMPAIO

Demarcações do espaço destinado ao jogo queimada.

No começo da atividade, um jogador de cada equipe deve ficar na área de “queimados” oposta ao seu campo, ou seja, atrás das linhas adversárias, esperando a saída da bola para poder pegá-la. Esses jogadores só podem tentar queimar os do outro time depois que o primeiro companheiro de sua equipe for para a área de “queimados”. Quando essa situação ocorrer, eles podem tentar queimar os adversários ou passar a bola para o seu time tentar fazê-lo.

Combine com os alunos as partes do corpo consideradas frias, ou seja, nas quais a bola pode bater sem que eles sejam “penalizados”. Geralmente essas partes são a cabeça e as mãos.

Ressalte que um jogador **não** é queimado quando a bola bate no chão ou em qualquer objeto antes de acertá-lo ou quando a bola o acerta e ele (ou um companheiro de equipe) consegue segurá-la, impedindo-a de tocar no chão. O jogador que inicia na área de queimados vai ao campo quando restar apenas um de sua equipe sem ser queimado e tem “três vidas”, ou seja, pode ser queimado três vezes. Na quarta, é eliminado.

O jogo termina quando todos os jogadores de um determinado time forem queimados.

Como a queimada possui muitas variações, consideramos interessante que os alunos também as conheçam. Algumas delas são apresentadas a seguir.

3. Queimada abelha-rainha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar a variação queimada abelha-rainha.

Material: bola de meia ou de plástico (que não machuque)

Procedimentos

Antes de iniciar o jogo, cada time deve escolher um colega para ser a abelha-rainha, revelando o nome dele somente a você.

Durante o jogo, a abelha-rainha deve ser protegida, pois vence a equipe que queimar primeiro a abelha-rainha do adversário.

Dica: Oriente os alunos a se manterem discretos em relação à abelha-rainha, pois, caso seja descoberta, ela será o alvo de todas as bolas arremessadas pela equipe adversária.

4. Queimada meteoro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar a variação queimada meteoro.

Material: bolas de meia ou de plástico (que não machuquem)

Procedimentos

No decorrer do jogo queimada, mais bolas são distribuídas aos jogadores, tornando a atividade bem dinâmica. Essa variação deve ser introduzida quando os alunos já estiverem bem adaptados ao jogo tradicional, precisando de mais desafios.

5. Queimada russa

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar a variação queimada russa.

Material: bola de meia ou de plástico (que não machuque)

Procedimentos

Nesse jogo não há times e, portanto, todos jogam contra todos.

Peça aos alunos que se espalhem no espaço de jogo e diga a eles que você vai jogar a bola em uma direção qualquer. O aluno que a pegar não pode dar mais que três passos com ela. Enquanto ele não completar o terceiro passo, os demais podem correr pelo espaço e fugir. Ao completá-lo, todos devem ficar imóveis onde estiverem, podendo apenas se esquivar da bola, segurá-la ou rebatê-la sem sair do lugar.

Oriente o aluno queimado a ficar agachado no local em que foi atingido e a se lembrar de quem o queimou, pois ele só pode voltar ao jogo quando quem o queimou também for queimado.

A brincadeira termina quando um dos alunos conseguir queimar todos os outros ou depois de decorrido o tempo estipulado por você.

6. Pique-bandeira

Objetivos: Vivenciar o pique-bandeira e suas variações. Reconhecer o pique-bandeira como um jogo da cultura popular.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Materiais: duas bandeiras (podem ser tecidos, garrafas PET, bonés, cones ou outro material qualquer) e giz

Procedimentos

Peça ajuda aos alunos para demarcar o campo de jogo. Depois, organize a classe em dois times, cada um com a mesma quantidade de jogadores, que precisam ficar posicionados no espaço de jogo que lhes corresponde. Cada equipe deve colocar a sua bandeira do lado de fora da linha que limita o seu campo.



MAYARA SAMPAIO

Demarcação do espaço e posicionamento das bandeiras no jogo pique-bandeira.

O objetivo de cada time é pegar a bandeira do oponente, trazendo-a para o seu campo, bem como evitar que a sua bandeira caia nas mãos do adversário.

O jogador que for tocado no campo do oponente fica “congelado” até que outro companheiro toque em qualquer parte de seu corpo para salvá-lo.

Se um jogador estiver com a bandeira do adversário e for tocado antes de chegar ao seu campo, ele a perde, e o jogo é reiniciado.

Durante a vivência dessa brincadeira, você pode fazer interrupções. Nesses momentos, discuta e reflita com os alunos sobre suas ações, estimulando-os a elaborar novas estratégias de ataque e de defesa.

Observação: Caso eles tenham dificuldade na realização dessa atividade, você pode mudar a regra do jogo e, por exemplo, sugerir que ele termine quando um dos times capturar a bandeira do adversário, não sendo necessário voltar com ela para o seu campo.

7. Pique-bandeira fut

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Vivenciar a variação pique-bandeira fut.

Material: duas bolas

Procedimentos

O objetivo desse jogo é capturar uma bola em vez de uma bandeira. Os jogadores precisam conduzi-la com os pés e realizar ao menos dois passes no campo adversário antes de chutá-la para o próprio campo.

Discussão

Converse com os alunos sobre as atividades vivenciadas por eles. Incentive a participação deles por meio de perguntas: “A queimada e o pique-bandeira são jogos populares? Por quê?”, “Quais são os nomes das variações vivenciadas e as diferenças entre elas?”, “O trabalho em equipe é necessário para vencer os jogos? Por quê?”.

Para concluir a atividade explique a eles que determinados jogos são considerados populares por serem difundidos socialmente em diferentes localidades do Brasil. Ao conhecer esses jogos, os alunos se aproximam de práticas corporais relevantes no contexto nacional.

Reforce a importância do trabalho em equipe para conseguir vencer alguns desafios de um jogo, como proteger o companheiro que não pode ser queimado, alertar quem estiver distraído, entre outras situações observadas durante a aula.

Se considerar oportuno, ensine aos alunos mais dois jogos populares no Brasil, um de origem indígena e outro afro-brasileiro: “peteca” e “escravos de Jó”.

8. Peteca

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar e reconhecer um jogo de matriz indígena.

Material: petecas

Procedimentos

A palavra peteca, de origem tupi, significa “bater com a mão”. Os indígenas confeccionam a peteca com espigas de milho e penas de aves. Ela é utilizada tanto como artefato recreativo quanto nos rituais e festas.

Leve para a aula, ou confeccione com os alunos, algumas petecas e incentive-os a manuseá-las. Depois, explique a eles como devem bater nelas para lançá-las ao ar. Em seguida, oriente-os a formar duplas e jogar a peteca um para o outro, sem deixá-la cair no chão. Eles também podem jogar em trios, quartetos, quintetos, e assim por diante.

9. Escravos de Jó

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Conhecer um jogo de matriz afro-brasileira. Reconhecer a importância de jogar com outra pessoa.

Materiais: tampinhas plásticas de garrafas, pedrinhas arredondadas ou copos e dispositivo eletrônico para reprodução de música (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Há várias histórias sobre a origem dessa brincadeira. Muitas delas indicam que foi criada pelos escravizados aqui no Brasil (ver texto indicado no “Para saber mais”).

Uma vez sentados no chão e dispostos em roda, cada aluno precisa ter na mão direita uma tampinha plástica de garrafa, que deve ser passada, ao ritmo da música, ao colega sentado à sua direita, deixando-a na frente dele.

Ensine a música aos alunos (coloque-a para tocar em um dispositivo eletrônico) e oriente-os sobre os movimentos que precisam ser realizados em cada verso da letra.

Escravos de Jó jogavam caxangá	} passar quatro tampinhas, uma de cada vez, para o colega sentado à direita
Tira	} levantar a tampinha que está na sua frente
Põe	} colocar a tampinha no lugar em que estava
Deixa ficar	} fazer sinal de espera com as duas mãos
Guerreiros com guerreiros	} passar duas tampinhas
Fazem zigue	} levar a tampinha até o companheiro à direita
Zigue	} voltar a mesma tampinha para a sua frente
Zá	} passar novamente a tampinha para o companheiro

Enfatize que todos são importantes para que a atividade seja bem-sucedida.

Quando os alunos conseguirem cantar a música inteira com desenvoltura, bem como fazer os movimentos sem erros, desafie-os a realizar o jogo cantarolando “lá, lá, lá, lá...” no ritmo da música original e, depois, a fazer os movimentos em silêncio.

Dica: Caso os alunos apresentem muita dificuldade de entender a dinâmica do jogo, forme pequenos grupos, os quais podem ser ampliados até a formação de um único grupo.

Discussão

Ao final das atividades, reúna os alunos e converse com eles sobre suas vivências nas várias brincadeiras realizadas em aula. Procure saber se, em algum momento, eles tiveram dificuldades na realização delas. Aproveite essa oportunidade para estabelecer um diálogo com a turma sobre o respeito às diferenças entre as pessoas. Lembrando que cada um tem uma habilidade mais desenvolvida e tem resultados diferentes. Converse também sobre a experiência de reconhecer jogos e brincadeiras de matriz indígena e africana: “Vocês sabiam que a peteca e escravos de Jó são, respectivamente, jogos de matriz indígena e africana?”.

Construção de valores

Queimada inclusiva

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Aprender mais uma variação do jogo da queimada. Refletir sobre deficiências físicas.

Materiais: bola de meia e tiras de tecido

Procedimentos

Nesta atividade, metade dos jogadores de cada equipe deve atuar com uma limitação física. Utilize as tiras de tecido para unir dois alunos pelos tornozelos, prender o braço de outro junto ao corpo e amarrar os braços de um dos jogadores. Oriente um aluno a jogar sentado e outro a brincar com uma perna flexionada.

Relembre as regras do jogo tradicional de queimada. Caso a atividade não seja dinâmica, peça aos alunos que proponham soluções para torná-la mais interessante, sem, contudo, modificar as limitações.

Discussão

Ao término da atividade, reflita com os alunos sobre a experiência de brincar de queimada com as limitações físicas a que eles foram submetidos: “A brincadeira foi menos divertida em razão das limitações de movimento? Por quê?”, “Todos participaram ativamente do jogo, mesmo os alunos que simularam alguma deficiência?”, “Pessoas com limitações físicas podem participar da queimada? Por quê?”.

Nessa conversa, ajude os alunos a entender que uma pessoa com deficiência física pode participar do jogo de diferentes maneiras e que a modificação das regras pode auxiliar nessa inclusão, proporcionando diversão a todos.

Para saber mais

- Como fazer uma bola de meia. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=uCTXSjLSpvo>>. Acesso em: 18 fev. 2021.
- Escravos de Jó. Disponível em: <<https://www.cirandandobrasil.com.br/copia-pintalainha>>. Acesso em: 18 fev. 2021.

Esse artigo apresenta uma curiosidade sobre a origem da brincadeira e uma forma diferente de cantá-la e de brincar com ela.

Avaliação e Registro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

1. Solicite aos alunos que, com o auxílio dos familiares, identifiquem um local fora do espaço escolar para realizar com amigos e parentes as brincadeiras e jogos tradicionais aprendidos. Na aula seguinte, peça a eles que digam qual foi o local escolhido e contem como foi a experiência.
2. Pergunte aos alunos por que as brincadeiras e os jogos vivenciados por eles são considerados populares no Brasil. Espera-se que eles percebam que essas práticas são consideradas populares por serem conhecidas e vivenciadas por diversas gerações em diferentes localidades do país.
3. Para finalizar a avaliação, peça-lhes que pensem e escrevam uma forma de variar o jogo da queimada ou do pique-bandeira.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Entender as características dos jogos cooperativos e vivenciá-las. Conhecer os valores relacionados às atividades que prezam pela cooperação, e não pela competição. Refletir sobre as deficiências visual, auditiva e oral.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02 e EF35EF03
Número de aulas	6
Materiais	Folhas de jornal (ou pedaços de papelão), paraquedas cooperativo (ou tecido grande), cesto, giz, bambolês, vendas para os olhos, algodão.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que digam o que entendem por cooperação. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique, por meio de um pequeno texto e de desenhos, se os alunos compreendem a diferença entre jogo cooperativo e jogo competitivo.

Para começar

Inicie a conversa perguntando aos alunos o significado da palavra cooperação. Valorize as respostas deles para introduzir novas perguntas: “Qual deve ser o principal objetivo de um jogo realizado de maneira cooperativa?”, “Vocês conhecem ou já vivenciaram algum jogo desse tipo?”.

Oriente-se pelo quadro a seguir para apresentar aos alunos as características dos jogos cooperativos e dos competitivos, enfatizando a diferença entre eles.

CARACTERÍSTICAS DOS JOGOS COOPERATIVOS E COMPETITIVOS

Jogos competitivos	Jogos cooperativos
O objetivo é evitar que o adversário atinja a mesma meta.	O objetivo de todos é atingir a mesma meta.
Somente um jogador ou um time é beneficiado.	Todos os jogadores são beneficiados.
Somente há trabalho em conjunto dentro da equipe.	Todas as equipes trabalham em conjunto.
Oposição direta.	Ajuda mútua.
Nem todos vencem.	Todos vencem.
Nem todos saem satisfeitos e vitoriosos.	Todos saem satisfeitos e vitoriosos.
Nem todos são envolvidos, excluindo os menos habilidosos.	Todos são envolvidos nas tarefas, incluindo os menos habilidosos.
Exemplos: Cinco Marias, elástico, amarelinha, queimada, pique-bandeira.	Exemplos: dança das cadeiras cooperativa, paraquedas, travessia do rio, escravos de Jó, passando o bambolê.

Fonte: Baseado em: BROTTTO, F. O. *Jogos cooperativos: um exercício de com-vivência*. São Paulo: Sesc, 1999.

Os jogos cooperativos

Os jogos cooperativos são atividades realizadas em grupo que promovem a colaboração como uma opção saudável e tangível, motivando a consciência solidária nas relações sociais ao proporcionar o auxílio mútuo entre as pessoas por meio de suas vivências.

Esses jogos contrapõem-se a uma sociedade que valoriza em demasia o comportamento individualista do ser humano e a competição agressiva e sem limites, que é considerada normal, sendo adotada como regra em quase todas as esferas da vida social (BROTTO, 1997)¹.

Registros desses jogos foram encontrados em comunidades tribais. Os povos inuítes (Alasca), aborígenes (Austrália), tasaday (África), arapesh (Nova Guiné), os indígenas estadunidenses e os brasileiros celebravam a vida, dançavam, jogavam e realizavam outros rituais de maneira cooperativa (BROTTO, 1997)². Ainda hoje essa cultura sobrevive.

Essas atividades exigem a participação em conjunto em que são utilizadas as habilidades de cada participante para atingir um objetivo comum. O fator mais importante é a colaboração que cada um pode oferecer para que o grupo atue com maior eficiência em propósitos predeterminados (AMARAL, 2004)³.

A estrutura alternativa dos jogos cooperativos permite que as pessoas joguem com as outras em vez de contra as outras, pois o outro é sempre visto como parceiro, e não como adversário.

O objetivo desses jogos não é derrotar o outro, mas superar desafios. Os fins exclusivos são deixados de lado, dando lugar à satisfação de metas comuns. Ocorre o fortalecimento da confiança pessoal e interpessoal, pois situações de derrota e de vitória são utilizadas como base para o aprendizado e o aperfeiçoamento contínuos, diminuindo assim a pressão causada pela competição (BROTTO, 1997)⁴.

Segundo Brotto (1999)⁵, são características da cooperação: objetivos comuns → ações compartilhadas → todos são beneficiados.

Como o objetivo desses jogos é criar situações em que os meios e os fins sejam humanizadores, uma maneira coerente e lógica de conter a agressividade é modificando os valores que os jogadores levam para dentro do jogo (seja no esporte, seja na vida), ou melhor, modificar o próprio jogo, como uma forma de desestimular a agressividade e o individualismo (ORLICK, 1989)⁶.

Para tratar os jogos cooperativos nas aulas de Educação Física, é importante que, durante as vivências, todos os alunos participem deles, inclusive os que apresentam dificuldades e deficiências.

A turma deve ser incentivada a refletir sobre a importância da inclusão e sobre as diferentes estratégias que podem ser adotadas para que todos participem, aprendam e sintam prazer.

1 BROTTO, F. O. *Jogos cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar!* Trindade: Projeto Cooperação, 1997.

2 *Op. cit.*

3 AMARAL, J. D. *Jogos cooperativos*. São Paulo: Phorte, 2004.

4 *Op. cit.*

5 BROTTO, F. O. *Jogos cooperativos: um exercício de com-vivência*. São Paulo: Sesc, 1999.

6 ORLICK, T. *Vencendo a competição*. São Paulo: Círculo do Livro, 1989.

Além do que foi exposto, é fundamental que os alunos saibam dialogar e respeitar a opinião dos demais para que ocorram as transformações necessárias a fim de melhorar o jogo inicial (BROTTO, 1999)⁷.

Experimentação e Fruição

1. Agrupando

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Refletir sobre a exclusão durante formação de grupos. Elaborar estratégias para que todos sejam incluídos na atividade.

Procedimentos

Solicite aos alunos que andem ou corram aleatoriamente pelo espaço destinado à aula e que fiquem atentos ao seu comando.

Quando eles estiverem entretidos, peça-lhes que formem grupos com determinado número de pessoas. Depois de cada formação, os alunos voltam a andar ou a correr aguardando outro comando. Sugestão de sequência da quantidade de alunos em cada grupo: 2, 5, 3, 7, 4, 12, 10, 6. Para trabalhar de forma interdisciplinar com Matemática, você pode pedir aos alunos que resolvam algumas operações e formem os grupos com o resultado delas, por exemplo: $3 + 3 = 6$; $10 - 6 = 4$; $2 \times 5 = 10$; $6 : 3 = 2$.

Procedendo dessa maneira, haverá situações em que alguns alunos vão ficar sem grupo. Nesse momento, observe a reação deles e dos que conseguiram ficar em um dos grupos.

Depois de algumas rodadas, proponha aos alunos que busquem soluções para que ninguém fique de fora de algum grupo, estabelecendo esse critério como regra.

Acompanhe as soluções propostas pela turma. Se necessário, sugira que não fixem um número de integrantes em cada grupo, abrindo a possibilidade de que eles tenham de 4 a 8 pessoas, por exemplo.

Discussão

Ao final desta atividade, converse com os alunos sobre a importância de ninguém ficar de fora durante a formação dos grupos: “Como vocês se sentiram ao ver um colega excluído do grupo?”, “E quando vocês ficaram de fora, como se sentiram?”, “Ficou melhor brincar sabendo que ninguém estava excluído? Por quê?”.

2. Travessia do rio

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

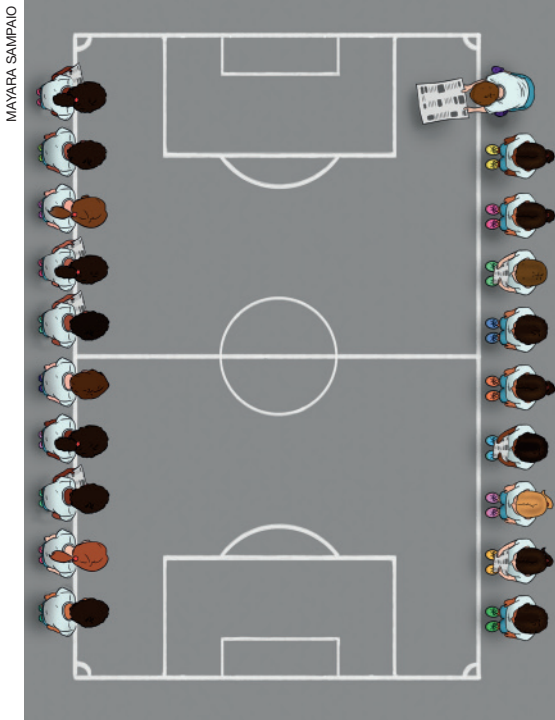
Objetivos: Cooperar para atingir uma meta comum. Identificar os valores cooperativos nas atividades.

Material: folhas de jornal ou pedaços de papelão

Procedimentos

Organize a classe em duas equipes e distribua folhas de jornal a cada uma delas. Você pode dar uma folha a cada aluno ou em número menor aos integrantes de cada equipe. Peça a uma equipe que fique perto da linha lateral da quadra de futsal, mas do lado de fora. A outra equipe deve fazer o mesmo, posicionando-se no lado oposto.

⁷ Op. cit.



Equipes posicionadas para a travessia do rio. Um dos participantes inicia a travessia colocando o “barquinho” na “água”.

Depois, solicite aos alunos que imaginem a seguinte situação:

Um povo indígena estava em busca de alimentos, porém, durante o seu deslocamento pela floresta, encontraram um rio difícil de atravessar. Ao olhar na direção da margem oposta, eles viram outro povo indígena que também não sabia como atravessá-lo...

Como esses dois povos conseguiram fazer a travessia?

Nesta atividade, a quadra será o rio; as folhas de jornal, pequenos barcos; e as duas equipes serão os povos indígenas. Desafie, então, as duas equipes a iniciar a “travessia do rio”, deixando claro que o objetivo é chegar à margem oposta de modo cooperativo. Ressalte que todos precisam seguir algumas regras para superar esse desafio:

- Nenhuma parte do corpo pode tocar na “água”. As folhas de jornal devem ser usadas para evitar esse contato.
- Nenhum aluno pode arrastar a folha. Ele pode apenas pisar sobre elas.
- As duas equipes precisam finalizar a travessia.

Por não ser uma atividade competitiva, enfatize que as duas equipes precisam atravessar o rio. Ou seja, mesmo que uma equipe termine a tarefa primeiro, só será cumprido o desafio quando as duas equipes finalizarem a travessia.

Esse é um processo de tentativa e erro, portanto deixe que os alunos proponham soluções a fim de que as duas equipes superem o desafio.

Os alunos poderão enfileirar as folhas de jornal para passar um a um, mas logo perceberão que a quantidade de folhas é menor que o comprimento da travessia. Então, poderão emprestar as folhas do outro grupo e vice-versa ou passar trazendo a primeira folha para a frente e assim sucessivamente indo de uma margem a outra até que todos possam atravessar.

Dica: Como a distância de travessia pode ser grande, é provável que as equipes precisem unir esforços para que cada uma delas alcance a outra margem.

Discussão

Discuta com os alunos a importância da cooperação para a execução da atividade e ajude-os a assimilar os valores e os sentimentos que envolveram a travessia, como o de jogar com o outro, o de superar desafios em equipe, o de sentir satisfação ao alcançar metas comuns, o de ampliar a confiança pessoal e interpessoal e o de reconhecer que todos aprendem e são vencedores em jogos cooperativos.

Instigue a participação dos alunos por meio de perguntas, valorizando cada intervenção e reconhecendo o protagonismo deles: “Foi necessária a cooperação da outra equipe para concluir a atividade? Por quê?”, “Quais valores cooperativos foram fundamentais para a realização da travessia?”, “Como se sentiram quando conseguiram atravessar o rio?”, “Todos foram beneficiados ao final do jogo? Isso é bom ou ruim? Por quê?”.

3. Paraquedas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar o jogo de paraquedas cooperativo. Reconhecer a importância da cooperação para realizar as tarefas.

Materiais: paraquedas cooperativo ou tecido grande, cesto e giz

Procedimentos

O paraquedas é um material cooperativo, pois todos precisam fazer os movimentos para atingir o objetivo desejado. Além disso, ele chama muito a atenção dos alunos. Caso não tenha um em sua escola, você pode utilizar um tecido grande e leve para substituí-lo.

Inicie a atividade incentivando o contato dos alunos com o material. Cada um deles deve segurar a parte externa do paraquedas e, ao seu comando, realizar alguns movimentos, como fazer ondas por meio do balanço dos braços; correr em círculo segurando o paraquedas, ora para a esquerda, ora para a direita; levantá-lo e se deslocar até o centro dele sem soltá-lo; erguê-lo, entrar nele e sentar nas suas bordas também sem soltá-lo.

Depois de feitas essas diferentes manipulações, desafie os alunos a transportar uma bola ou bexiga (balão de festa) dentro do paraquedas. Eles devem sair de um ponto e chegar a outro sem deixar a bola cair no chão, bem como tentar colocá-la em um alvo desenhado no chão do espaço de aula (ou dentro de um cesto).

Na brincadeira “gato e rato”, um aluno é escolhido como rato e corre ao redor do paraquedas. Ao tocar nas costas de qualquer participante, este se transforma no gato e passa a perseguir o rato (o aluno que o escolheu), que, para escapar, precisa voltar ao lugar de onde saiu. Tanto o gato quanto o rato podem passar por dentro do paraquedas. Os demais alunos tentam ajudar o rato a fugir. Se for pego ou se cansar, o rato volta a segurar o paraquedas e o jogo recomeça.

Dica: Dependendo do número de alunos na turma, pode ser necessário o uso de mais de um paraquedas. Mesmo assim, estimule e enfatize o trabalho em conjunto.

Discussão

Peça aos alunos que estendam o paraquedas no chão e sentem-se sobre ele. Depois, converse com eles sobre as atividades realizadas: “Foi difícil transportar a bola com o paraquedas? Por quê?”, “Quais atitudes ajudaram o grupo a acertar o alvo?”, “O que dificultou essa tarefa?”, “É bom ou ruim participar de jogos sem ganhadores ou perdedores? Por quê?”, “Em quais situações da nossa vida podemos precisar de ajuda?”.



Paraquedas cooperativo.

SERRNOWIK/ISTOCKPHOTO/GETTY IMAGES

Incentive os alunos a diferenciar os jogos cooperativos dos competitivos e a formular a própria definição para esses jogos e suas finalidades. Enfatize as características dos jogos cooperativos baseando-se no texto apresentado na seção “Análise e Compreensão”.

Construção de valores

Passando o bambolê

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Realizar trabalho em equipe para alcançar um objetivo comum. Refletir sobre as deficiências visual, auditiva e oral.

Materiais: bambolês, vendas para os olhos e algodão para as orelhas

Procedimentos

Atribua a cada um dos alunos as seguintes limitações: não enxergar, não ouvir e não falar.

Forme um círculo com todos de mãos dadas e, antes de fechá-lo, coloque um bambolê entre os braços de dois alunos, os quais devem passar por todos na roda sem soltar as mãos.

Para aumentar a complexidade do jogo, adicione um bambolê a cada nova rodada.

Discussão

Converse com os alunos sobre a experiência deles com esta atividade. Incentive a discussão por meio de perguntas, valorizando as respostas deles para incrementar o debate: “Como vocês lidam com suas limitações?”, “Quais foram as maiores dificuldades enfrentadas em razão das limitações que lhes foram atribuídas?”, “O que foi preciso fazer para cumprir a tarefa?”, “Quais atitudes vocês devem ter em relação às pessoas com deficiência?”.

Explique aos alunos as dificuldades enfrentadas por pessoas com deficiência em seu dia a dia e o que elas fazem para superá-las. Fale também com eles da importância das ações voltadas para a inclusão dessas pessoas na vida social, ressaltando que todos têm o direito de trabalhar, estudar, brincar e de serem tratados com dignidade e respeito.

Para saber mais

- BROTTTO, F. O. *Jogos cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar!* Trindade: Projeto Cooperação, 1997.
O livro traz discussões sobre a competição e ressalta a importância da cooperação na atualidade.
- SOLER, R. *Jogos com paraquedas*. Rio de Janeiro: Sprint, 2009.
Esse livro traz diferentes jogos com paraquedas pautados nos valores cooperativos.

Avaliação e Registro

1. Peça aos alunos que escrevam um pequeno texto sobre a importância da cooperação nos jogos e na vida diária de cada um.
2. Para finalizar a avaliação, solicite a cada aluno um desenho de jogo cooperativo e outro de jogo competitivo. Eles devem identificar nos desenhos as principais diferenças entre esses jogos.

3^o
ANO

Lutas

TEMA
1

O que são lutas?

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Reconhecer os principais elementos que caracterizam a luta.• Identificar as lutas como prática da cultura corporal de movimento, diferenciando-as das situações de briga.• Reconhecer e valorizar a prática de lutas por mulheres.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15
Número de aulas	8
Materiais	Papel sulfite, lápis de cor, barbante, prendedores de roupa, dispositivo eletrônico para reprodução de música, cópias de imagens de lutadores executando saudações, canudo plástico, sabão neutro e apetrecho para fazer bolhas de sabão.
Sequência de atividades	Apresente aos alunos um cartaz com imagens de várias práticas corporais e peça que indiquem as que retratam lutas. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Compare as respostas dos alunos às questões propostas no final do tema com as que foram dadas ao longo das aulas e observe se houve avanços na compreensão das lutas e de sua diferença em relação às brigas.

Para começar

Inicie o tema fazendo uma avaliação diagnóstica para identificar o que os alunos sabem sobre lutas. O registro dessa avaliação é importante para nortear o planejamento das aulas e as discussões subsequentes, além de balizar a avaliação do processo. Esse procedimento também favorece a introdução do tema.

Confeccione um cartaz com imagens de práticas corporais diversas (danças, ginásticas, esportes, brincadeiras e jogos, lutas). Apresente-o aos alunos e solicite que indiquem as imagens que retratam lutas.

É importante mostrar no cartaz imagens de lutas do contexto comunitário e regional. Verifique se os alunos as reconhecem e, se necessário, identifique-as, explicitando a relação com o contexto em que vivem. Valorize a cultura local ressaltando as lutas que ali foram originadas, como a capoeira (Rio de Janeiro, Bahia e Pernambuco), o huka-huka (Mato Grosso), o jiu-jítsu brasileiro (Rio de Janeiro) e a esgrima facão (Rio Grande do Sul).

Faça algumas perguntas estratégicas para a abordagem do tema: “O que é luta?”, “Quem pratica (ou já praticou ou pretende praticar) algum tipo de luta? Qual?”, “Onde ela pode ser aprendida?”, “Essa luta (citada pelos alunos) é muito praticada na comunidade, na região ou em nosso país?”, “É possível ‘brincar’ de luta sem machucar o colega?”, “Como vocês acham que as lutas surgiram?”, “Briga e luta são a mesma coisa? Por quê?”.

Se considerar oportuno, leve para a aula outro cartaz no qual constem pinturas rupestres (feitas nas pedras) associadas às lutas, para que os alunos percebam que elas fazem parte da vida humana há muito tempo. No box “Para saber mais”, há indicações de *sites* para acessá-las. Com base nas respostas obtidas, conduza a discussão de modo que possa abordar os elementos que caracterizam as lutas e os que as diferenciam das brigas. Diga aos alunos que, assim como nas brincadeiras de pega-pega e esconde-esconde, nas lutas também há regras que devem ser seguidas, o que não ocorre nas brigas. Evidencie que as regras evitam excessos na realização das lutas e que o oponente é respeitado, situação bem diferente da observada em uma briga. Apresente um exemplo envolvendo uma luta do contexto comunitário ou regional. É provável que a luta selecionada tenha regras que estabelecem a duração da disputa, o uso de vestimenta adequada, bem como interrupções do combate no caso de risco de lesão de um dos oponentes.

Explique aos alunos que, numa luta, o adversário não é inimigo, mas um colega, pois sem ele não haveria competição. Ressalte também que nas lutas, assim como em muitos esportes, os lutadores se cumprimentam antes do combate, demonstrando respeito ao adversário, como no caso do judô, modalidade integrante das Olimpíadas, muito conhecida e praticada no Brasil há mais de 70 anos. Nas brigas, não há esse respeito.

Em seguida, rerepresente aos alunos o primeiro cartaz e peça a eles que observem que as lutas são práticas corporais criadas pelo ser humano há muito tempo e, assim como as demais práticas, têm, entre seus propósitos, a melhoria da saúde, o lazer e a participação em disputas esportivas. Portanto, todas essas práticas precisam de uma organização para que sejam realizadas. As brigas, por sua vez, expressam o desejo de agressão mútua por meio da violência física, constituindo-se numa disputa sem regras, que não requer organização e que não preza pela integridade física das pessoas. É imprescindível que os alunos formem um conceito de luta adequado, evitando associá-la à violência e compreendendo-a no contexto da produção humana.

Finalize essa conversa explicando aos alunos que, no decorrer das aulas, eles provavelmente vão perceber melhor as diferenças entre lutas e brigas.

Sempre que necessário, consulte o quadro a seguir para reforçar essas diferenças (ou reproduza-o na lousa ou em folha de cartolina).

DIFERENÇAS ENTRE LUTAS E BRIGAS	
Lutas	Brigas
Há regras que precisam ser seguidas, as quais incluem: duração do embate, vestimenta, equipamentos de proteção, locais de disputa, golpes permitidos e proibidos etc.	Não há regras.
Contam com entidades reguladoras: associações, federações, confederações.	Desentendimento entre duas ou mais pessoas sem nenhum tipo de organização oficial.
Valorizam o respeito entre os adversários nas competições.	Resultam de sentimentos de repúdio, ódio, aversão, raiva etc.

Fonte: elaborado pelo autor.

Análise e Compreensão

O conceito de luta

A palavra “luta” vem do latim *lucta* e pode ser definida como combate entre duas ou mais pessoas, com ou sem o uso de armas.

A BNCC (BRASIL, 2018)¹ define luta como “disputas corporais, nas quais os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um determinado espaço, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo do adversário”.

Diversos estudos, como o de Gomes (2008)², apontam que a luta está presente há séculos na cultura de muitas civilizações, sendo reconhecida de diferentes maneiras, como rito, prática religiosa, preparação para a guerra, jogo e exercício físico.

A maioria dos relatos de povos antigos conta com distintas manifestações de atividades de luta, que expressavam seus costumes e tradições, delineando sua história, fosse ela ocidental ou oriental.

Os autores desses estudos entendem que as lutas trazem para o mundo da Educação Física parcelas de tradição, religião, cultura, filosofia, rituais e disciplina, além de aspectos relacionados ao corpo passíveis de serem transmitidos, preservados e reorganizados no decorrer de suas atividades milenares. Há publicações que utilizam diferentes terminologias, como arte marcial, esportes de combate e luta, dependendo do entendimento e dos objetivos do pesquisador.

Dessa forma, pode-se perceber que o significado e o conceito de luta não abarcam a violência, assemelhando-se mais a um jogo ou esporte, o qual envolve a disputa por espaços, habilidades de equilíbrio e desequilíbrio, imobilização e esquivas, contendo regras, disputas e campeonatos.

Devem ser ressaltados também os benefícios que essas práticas corporais podem nos propiciar, como momentos de lazer, aprimoramento das capacidades físicas e motoras, elevação da autoestima, desenvolvimento dos diversos aspectos do comportamento humano e da cidadania, melhora da qualidade de vida e ampliação do acervo da cultura corporal de movimento.

Por outro lado, em uma briga prevalecem a violência, a intenção de agressão ao adversário, seja ela moral ou física. Infelizmente, é o que ocorre comumente no trânsito ou nos arredores de estádios de futebol em conflitos envolvendo geralmente torcidas organizadas.

As saudações nas lutas

Na maioria das lutas, há saudações, que são formas de cumprimentar respeitosamente as pessoas que as praticam. Elas podem ser feitas em pé ou de joelhos. No judô, por exemplo, a saudação geralmente é conhecida por *ritsurei* ou *tachirei* (quando os oponentes se cumprimentam em pé, curvando o corpo diante do adversário), podendo também ser chamada de *zare* (quando os praticantes se ajoelham).

1 BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018.

2 GOMES, M. S. P. *Procedimentos pedagógicos para o ensino das lutas: contextos e possibilidades*. Dissertação de Mestrado em Educação Física. Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, 2008.

Na maioria das lutas orientais, as saudações em pé devem ser feitas sempre ao entrar e sair do local de treino, o *dojo* (tradução do japonês: local do caminho), aos professores (*sensei*), aos faixas-pretas e ao iniciar e terminar qualquer atividade com um companheiro no *dojo* ou no *shiai* (competição). As saudações de joelhos (*zareii*) devem ser feitas ao iniciar e terminar o treino, caso o professor e/ou faixa-preta estejam ajoelhados ou em qualquer atividade no solo.

Nos momentos da saudação, os judocas devem afastar maus pensamentos, preocupações e estar certos de que se encontram libertos de tudo o que possa prejudicá-los, pois esses momentos constituem uma pausa que os levará à serenidade, ou seja, a saudação faz parte da própria finalidade da arte. Na tradição do judô, durante os rituais de saudação, os alunos e o professor fazem uma espécie de meditação na posição sentada, procurando acalmarem-se, elevando os pensamentos a um estado tranquilo e límpido. Outro aspecto que observamos nesses rituais é o respeito, característica fundamental de um praticante de arte marcial e herança do *bushido* (código de conduta dos samurais).

Experimentação e Fruição

As atividades apresentadas a seguir podem ser realizadas na quadra, no pátio ou em uma sala grande.

1. Desenhando uma luta

Objetivos: Explorar os conhecimentos prévios dos alunos, especialmente os relacionados à associação entre luta e violência. Preparar os alunos para posterior vivência prática.

Materiais: papel sulfite, lápis de cor, barbante e prendedores de roupa

Procedimentos

Peça a cada aluno que faça um desenho de uma situação de luta. Por meio desses registros, você pode verificar se eles associam ou não a luta à violência, se sabem sobre os locais em que ela ocorre, quem a pratica, os materiais e elementos nela presentes, entre outras informações. Solicite a eles que priorizem as lutas presentes no contexto comunitário e regional.

Use o barbante para construir um varal e os prendedores para fixar nele os desenhos. Incentive os alunos a apreciar e analisar a produção dos colegas e a socializar os diversos entendimentos e formas de expressão.

2. Estátua de lutas

Objetivo: Explorar os conhecimentos prévios dos alunos, especialmente quanto aos movimentos característicos das lutas.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução de música

Procedimentos

Delimite um espaço pelo qual os alunos possam andar em diferentes direções. Oriente-os a se movimentar simulando a postura de lutador (compenetrados, atentos, prontos para entrar em ação) sem encostar nos colegas.

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Ao seu sinal, eles devem parar na posição de “estátua de lutador”, representando qualquer movimento que entendam ser de luta. Com outro sinal, os alunos voltam a circular, repetindo a tarefa e variando apenas as representações. O sinal também pode ser realizado com músicas que lembrem situações de luta, como “Eye of the tiger”³, associada a um famoso personagem de cinema lutador de boxe, ou então “Paranauê”, música típica da capoeira, por exemplo. Sempre que possível, explique para os alunos o que cada música representa.

Em cada uma das execuções, peça aos alunos que descrevam o movimento e a qual luta está relacionado.

3. Variação da estátua de lutas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Reconhecer a interação entre os lutadores como elemento básico da luta.

Procedimentos

Peça aos alunos que andem livremente pelo espaço destinado à atividade e que, ao seu sinal, formem duplas e, sem tocar o colega, imitem estátuas representando uma situação de luta.

Analise se, de fato, eles estão representando uma situação de luta, questionando-os, se necessário, e apresentando suas considerações sobre as explicações. Evidencie para os alunos as situações que envolverem uma luta presente no contexto comunitário ou regional, a fim de valorizá-las.

4. A saudação

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Compreender o conceito de luta e destacar os elementos que a diferenciam das brigas.

Material: cópias de imagens de lutadores executando saudações, incluindo de lutas presentes nos contextos comunitário e regional

Procedimentos

Explique aos alunos que a saudação é um dos elementos característicos das lutas e que as diferenciam das brigas. Leve para a aula cópias (preferencialmente ampliadas e coloridas) de imagens como as que se veem a seguir, que mostram saudações feitas por lutadores de judô e *taekwondo*.



Saudação no judô.



Saudação no taekwondo.

3 SURVIVOR. *Eye of the tiger*. USA: Scotti Brothers, 1982. 1 disco sonoro.

Mostre esses movimentos aos alunos e solicite que os retribuíam. Depois, organize-os em duplas e peça-lhes que façam as saudações aos seus colegas. Esta atividade também pode ser realizada com todos os alunos alinhados ou em círculo, em pé ou ajoelhados, em um ambiente de respeito.

As saudações devem fazer parte da rotina das aulas de luta. Elas podem ser executadas no início e no fim de determinada atividade, estimulando o respeito entre os alunos.

5. Teatro de lutas

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Diferenciar luta de briga. Reconhecer a saudação.

Procedimentos

Conte aos alunos histórias relacionadas com lutas e, em seguida, com brigas. Para começar, use como exemplos dois garotos disputando uma competição de judô e dois deles brigando na rua. Peça a eles que representem concomitantemente o que estiver sendo narrado. Proponha outras situações para os dois casos, sugerindo-lhes que incluam o gesto da saudação nas representações de luta. Modalidades que podem ser exploradas: caratê, esgrima, boxe, capoeira e outras lutas presentes nos contextos comunitário e regional. Situações de briga: por posse de bola, por disputa de bebedouro (ser o primeiro a beber água), por ter feito o colega tropeçar, por furar a fila etc.

6. Luta com a bolha de sabão

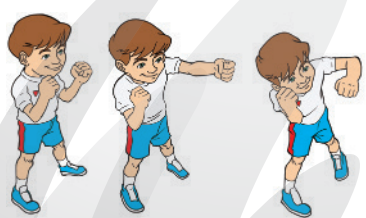
**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Executar movimentos característicos das lutas. Reconhecer a necessidade do cuidado com a segurança para preservar a integridade física pessoal e a dos colegas.

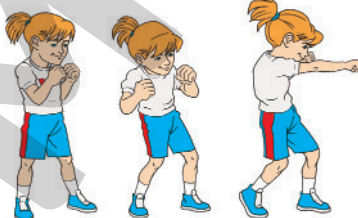
Materiais: canudo plástico, água, sabão neutro e recipiente para a mistura ou apetrecho próprio para bolhas de sabão

Procedimentos

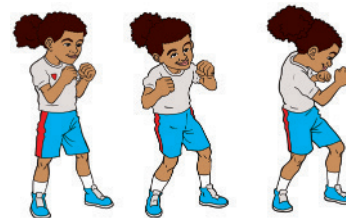
Reúna os alunos em círculo e, sem a necessidade de técnica refinada, mostre a eles alguns tipos de golpes feitos com as mãos (boxe) e com os pés (caratê). Use as figuras a seguir como referência para esses movimentos.



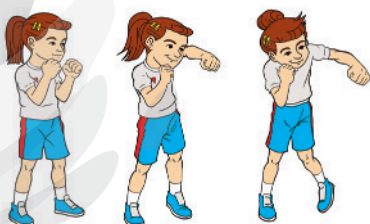
Cruzado.



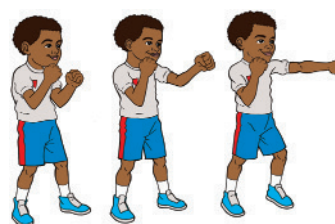
Direto.



Upper.



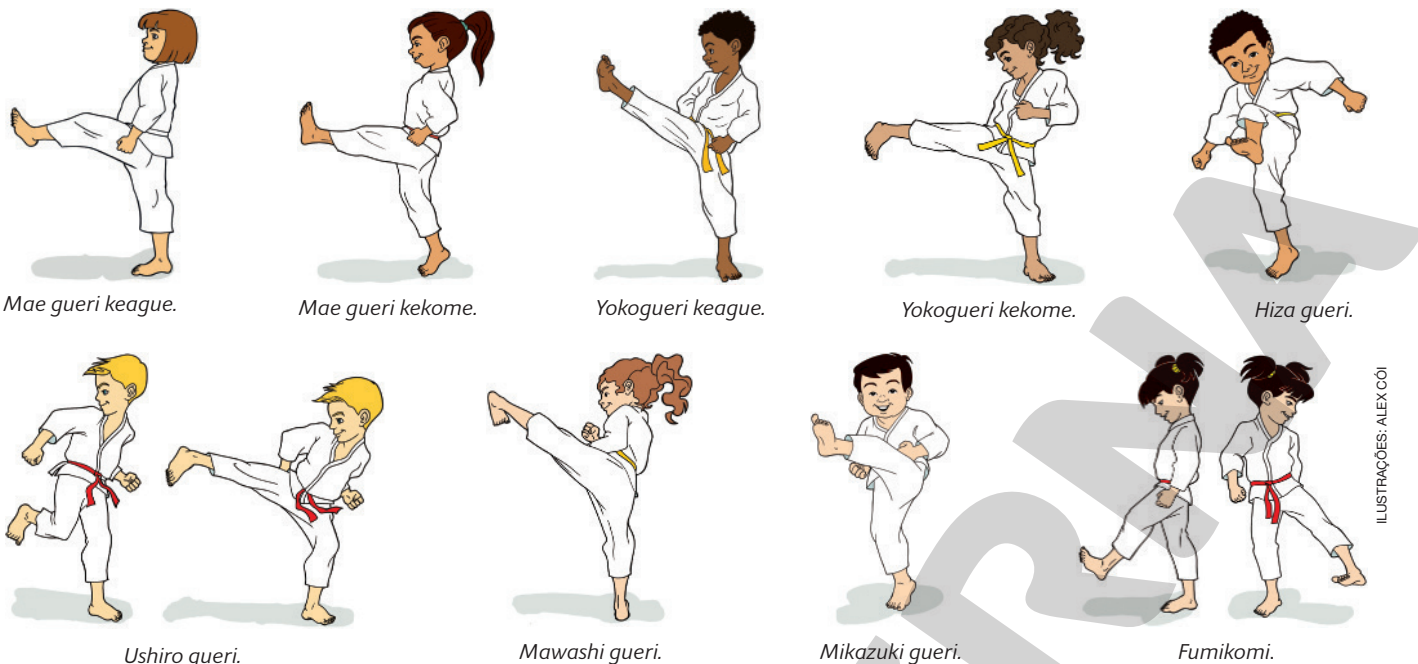
Gancho.



Jab.

Movimentos realizados por boxeadores.

ILUSTRAÇÕES: ALEX CÔI



Movimentos realizados por praticantes de caratê.

Depois dessa exibição, misture água e sabão neutro em um recipiente. Tanto você quanto os alunos devem usar os canudinhos de plástico para formar bolhas de sabão.

Oriente então os alunos a tentar acertar essas bolhas com socos, chutes, cabeçadas, joelhadas, enfim, a explorar diversas formas de movimentos. Instrua-os a começar suas tentativas com socos e chutes antes de tentarem outros tipos de golpe.

Importante: Para evitar acidentes, os alunos precisam manter uma distância adequada entre eles durante a realização da atividade. Esteja atento a essa questão relacionada com a integridade física deles e incentive o grupo a ter esse mesmo cuidado.

7. Luta de dedos



Objetivos: Reconhecer o conceito de luta. Realizar uma luta de contato.

Procedimentos

Organize os alunos em duplas e explique que essa atividade é feita principalmente com os polegares. Para a luta começar, os adversários seguram as mãos um do outro com quatro dedos, deixando os polegares livres. O polegar de cada lutador também precisa estar em contato com a digital do polegar do oponente. Ao sinal do juiz, a disputa começa. Vence quem conseguir imobilizar o polegar do oponente.



Luta de dedos.

As disputas costumam ser breves e, por isso, podem ser realizadas diversas vezes.

Para incrementar a luta, solicite aos alunos que desenhem olhos, nariz e boca nos polegares.

Procure alternar as duplas, de forma que os alunos possam experimentar disputas com colegas de diferentes características físicas. Se necessário, faça adaptações para alunos que tenham limitação nos membros superiores. Nesse caso, a luta poderá ser feita com o dedo do pé.

8. Imite o mestre

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Reconhecer movimentos característicos das lutas.

Procedimentos

Solicite aos alunos que representem individualmente movimentos que acreditam fazer parte da luta que será abordada.

Depois, mostre a eles uma sequência com cinco movimentos simples, comumente usados nas lutas, como os *katas*, do caratê, ou os *katis*, do *kung fu*. Por exemplo: salte sem sair do lugar, dê um passo para a frente assim que os pés tocarem novamente no chão e, em seguida, chute o ar à sua frente com uma das pernas. Depois, dê um passo para a direita, um soco no ar, gire o corpo e finalize a sequência unindo as pernas e aproximando os braços do tronco. Seque referência de um vídeo disponibilizado na internet contendo uma sequência de movimentos como exemplo a ser mostrado aos alunos. Karate Japan vs Italy. Final Male Team Kata. WKF World Karate Champions 2012. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=D50AVVpiAlg>>. Acesso em: 18 fev. 2021.

Discussão

No decorrer de cada uma das atividades iniciais, estabeleça a relação com as principais características e demais aspectos das lutas, ressaltando as peculiaridades que as diferem de outras modalidades, como situações de equilíbrio e desequilíbrio provocadas por meio de técnicas não violentas.

Nas práticas que enfatizam a diferenciação entre lutas e brigas, identifique os elementos que as diferem.

Depois de finalizadas as lutas de dedos, destaque que nelas ocorre uma situação de luta, e não de briga, pois a intenção dessa disputa é que os participantes empreguem técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar o dedo do colega. Ressalte que o oponente é compreendido como adversário, e não inimigo, e que, sem ele, a disputa não seria possível. Nesse confronto, não temos a intenção de agredi-lo nem queremos que ele se machuque, apenas fazemos uso de técnicas na tentativa de vencê-lo, respeitando as regras estabelecidas.

Na atividade do teatro de luta, pergunte a eles em quais momentos se tratava de uma briga ou de uma luta e como chegaram a essa conclusão. Relembre também os alunos de que nas lutas são realizadas as saudações como forma de respeito ao adversário, o que não ocorre nas brigas.

Ao final das atividades propostas, reforce o conceito de lutas questionando os alunos novamente se eles lutaram ou brigaram, ressaltando elementos importantes da luta, como intenções (diversão, tentativa de superação etc.), regras e respeito ao adversário. Faça também perguntas que os incentivem a expressar o que sentiram: “O que você sentiu ao lutar?”, “Alguém teve medo? O que fez para superá-lo?”, “Como se sente a pessoa que vence? E a que perde?”, “Qual foi a motivação proporcionada pela vitória? E pela derrota?”.

Comente também a existência das lutas desde os primórdios da humanidade e os possíveis motivos pelos quais as pessoas lutavam ou aprendiam a lutar, diferenciando os objetivos da prática naquela época e na atualidade.

Sempre que possível, associe as atividades e os comentários dos alunos às lutas valorizadas na comunidade e na região onde vivem.

Construção de valores

As mulheres nas lutas

Objetivos: Reconhecer e valorizar a prática de lutas por mulheres.

Procedimentos

Leve para a aula imagens impressas da internet que mostrem lutadoras brasileiras participando de competições e também recebendo medalhas⁴. Pergunte aos alunos se eles conhecem mais mulheres ou homens que praticam alguma modalidade de luta. Em seguida, comente que, erroneamente, muitas pessoas ainda compreendem as lutas como práticas corporais masculinas.

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Peça aos alunos que relatem a satisfação que as atividades de luta podem propiciar e conduza a conversa evidenciando que elas independem do sexo.

Dicas

No decorrer das atividades propostas, alterne as duplas para que os alunos possam experimentar disputas com oponentes de diferentes características e gêneros.

No momento das discussões, ressalte para o grupo a participação das meninas nas disputas. Pergunte a todos se gostaram dessa experiência. Peça-lhes que justifiquem suas respostas e aproveite os comentários associados aos conteúdos tratados. Enfatize, na sua intervenção, que gostar ou não de uma prática corporal independe do gênero.

Para saber mais

- CARREIRO, E. A. Lutas. In: DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. (coord.). *Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

O livro traz capítulo que apresenta possibilidades para a sistematização, a organização e o ensino de lutas na escola.

- REID, H.; CROUCHER, M. *O caminho do guerreiro*. São Paulo: Cultrix, 2003.

O livro discute a história das lutas e o paradoxo implícito entre a defesa pessoal e a iluminação espiritual para a paz por meio da prática de lutas.

Avaliação e Registro

Reúna os alunos em círculo e mostre a eles imagens de pessoas lutando e brigando. Essas imagens podem ser obtidas na internet. Ao selecionar imagens de briga, prefira as que expressam apenas a intenção do gesto, e não brigas que possam impressionar os alunos. Depois, individualmente, pergunte quais delas são de luta.

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Na sequência, solicite a eles que pesquisem imagens de lutas praticadas na comunidade. Caso algum aluno seja praticante de luta, estimule-o a apresentar imagens da própria prática. Organize uma exposição na sala com essas imagens, identificando as lutas retratadas.

Durante esse processo de avaliação, compare as respostas atuais dos alunos com as observadas ao longo das aulas, identificando os avanços na compreensão das lutas e sua diferença em relação às brigas e comente os resultados com os alunos.

⁴ Sugestão de mulheres lutadoras: Amanda Nunes, Cristiane Justino e Bethé Correia (MMA), Sarah Menezes e Rafaela Silva (judô), Natália Falavigna (taekwondo). Digite um desses nomes em um site de busca para obter as imagens.

Huka-huka: luta indígena

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer o papel das lutas em rituais da cultura dos povos indígenas. • Compreender e experimentar a dinâmica da luta huka-huka das etnias do Parque Indígena do Xingu. • Identificar e adotar valores de respeito mútuo e solidariedade presentes nas lutas indígenas. • Fazer um paralelo com as lutas presentes nas sociedades não indígenas e seus aspectos marciais, culturais e o respeito intrínseco entre sociedades diferentes.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15 <i>Lutas de matriz africana serão abordadas no 4º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Fitas, coletes, barbantes (ou objetos semelhantes).
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos sobre acidentes vivenciados por eles (por familiares ou amigos) em razão do descuido com a segurança durante uma luta. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique os acertos e os erros nos registros feitos pelos alunos após observarem as técnicas apresentadas em imagens de diferentes lutas.

Para começar

Explique aos alunos a importância da segurança para a realização de uma luta e que eles devem se preocupar com ela todas as vezes que forem lutar ou treinar. Ressalte que devemos usar equipamentos de proteção e escolher um local adequado para a realização da atividade, ou seja, eles não devem lutar nem treinar sem uma estrutura mínima de segurança e em qualquer lugar. Aprofunde o debate sobre esse tema perguntando aos alunos sobre acidentes vivenciados por eles (por familiares ou amigos) em razão do descuido com a segurança. Analogias com situações de trânsito podem ajudar nesse entendimento. Lembre-os de que jogadores de futebol, pilotos de carros de corrida e ciclistas fazem questão de zelar pela sua segurança. Ressalte que a segurança também está relacionada com o respeito aos próprios limites e aos dos outros.

Análise e Compreensão

A luta huka-huka e o Kwarup

Assim como em outras culturas, os indígenas também possuem suas lutas, que se originam no treinamento dos guerreiros. Uma dessas lutas, praticada pelos povos do Parque Indígena do Xingu, é a chamada huka-huka, que se aproxima do que podemos chamar de esporte de combate. As diferentes etnias do Xingu lutam praticamente com as mesmas regras e se encontram em eventos multiculturais para competir, caracterizando uma certa esportivização.

O evento principal dos povos do Xingu é o Kwarup, que acontece anualmente para celebrar a morte dos parentes indígenas. Várias aldeias são convidadas e participam mais

de mil indígenas de várias etnias, como Kamayurá, Kuikuro, Mehinako, Kalapalo, Matipu, Waurá, Kaiabi e Aweti.

São colocados no centro da aldeia troncos de madeira ornamentados representando cada um dos homenageados. No primeiro dia do evento, em torno desses troncos, a família chora seus mortos e reza por eles. No segundo dia, começa a luta huka-huka.

No huka-huka, os guerreiros se enfrentam com o objetivo de tocar a mão atrás da coxa do adversário ou derrubá-lo. Quem conseguir isso primeiro vence a luta. Em seguida, o encerramento do Kwarup acontece com a entrega dos ornamentos colocados nos troncos às famílias dos mortos homenageados. Depois disso, os troncos são atirados no rio ou na lagoa da aldeia para que a alma dos mortos seja libertada.

Apresente a foto a seguir aos alunos e peça a eles que analisem o que está acontecendo. Espera-se que identifiquem uma luta entre duas pessoas, cujos corpos estão pintados, e que se trata de uma luta agarrada. Além disso, é importante chamar a atenção para o fato de que são homens jovens e adultos. Essas primeiras observações auxiliarão na discussão sobre a participação de mulheres e crianças na luta e na aproximação com a cultura indígena e seus povos.

Resumindo, o huka-huka é disputado sempre entre dois lutadores que se desafiam, um de frente para o outro, girando simultaneamente no sentido horário até que um dos oponentes se ajoelhe e o outro repita o gesto. Em seguida, agarram-se no tronco, ombros, braços, pescoço ou cabeça do oponente. O objetivo do jogo é derrubar o adversário, fazendo com que ele toque as costas no solo; no entanto, um simples toque de mão atrás da perna do adversário também pode encerrar a luta.

LUCIOLA ZIVARICK/PULSAR IMAGENS



Dois lutadores de huka-huka do povo Waurá se enfrentando. O povo Waurá vive no estado de Mato Grosso e é notório por sua cerâmica, pelo grafismo de seus cestos e pela complexa cosmologia. Foto de 2016.

Lutas-treino masculinas podem acontecer durante todo o ano, quando um povo visita o outro. Além disso, os jovens são apresentados publicamente após um longo período de reclusão pubertária e se enfrentam em lutas durante o Kwarup. As mulheres têm a oportunidade de lutar em outra celebração, chamada Jamugikumalu, podendo lutar apenas durante o período desse ritual (HERRERO, 2006).

A aplicação do huka-huka no 3º ano do Ensino Fundamental significa a iniciação nas técnicas de lutas agarradas, como judô, jiu-jítsu, luta olímpica, entre outras. Nessa faixa etária, na escola, não é necessário definir técnicas específicas de ataque e defesa,

mas sim estimular a descoberta delas. As próprias atividades e suas regras permitem essas descobertas.

As lutas agarradas se caracterizam pelo combate corpo a corpo com técnicas de *clinch*, arremessos e derrubadas, chaves, estrangulamentos e outros golpes, a fim de subjugar ou desequilibrar o oponente. Não são permitidos golpes traumáticos, como tapas, socos e pontapés.

Experimentação e Fruição

Para as atividades realizadas com os alunos ajoelhados, o ideal é utilizar um tatame típico de judô ou jiu-jítsu. Um tablado de ginástica solo ou colchões grandes de ginástica unidos também são excelentes. É possível adaptar o espaço estendendo uma lona sobre a grama ou realizar a atividade na areia (como os indígenas fazem).

1. Pega-pegua cola

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Praticar um jogo tradicional, desenvolvendo estratégias de ataque (pegar) e defesa (esquiva) de forma dinâmica.

Procedimentos

Os alunos devem escolher um dos colegas como pegador. Todos os demais serão fugitivos, espalhados pelo espaço do jogo.

Ao iniciar o jogo, o pegador persegue os fugitivos e tenta pegar um deles. O que foi pego passa a ser o pegador; porém, uma de suas mãos deve ficar “presa” à parte de seu corpo que foi tocada, como se tivesse recebido uma cola. Por exemplo, se o aluno for pego nas costas, ele será pegador e deverá perseguir os colegas com uma das mãos nas costas, no local onde foi tocado.

Depois de cerca de 10 ou 15 minutos, interrompa a atividade e questione os alunos, em roda, sobre os objetivos da atividade e suas relações com a luta.

2. Rouba rabinho

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Praticar um jogo de luta, desenvolvendo estratégias de ataque (roubar o rabinho) e defesa (esquivar-se). Valorizar a experiência de lutar de forma lúdica.

Materiais: fitas, barbantes ou outros objetos semelhantes

Procedimentos

Organize a classe em duplas. Coloque na parte de trás da calça ou da bermuda dos lutadores fitas de pano (ou barbantes), que serão os rabinhos, fáceis de serem retiradas com um puxão. Deixe pendurados pelo menos 30 centímetros da fita para fora da calça.

O objetivo da luta é retirar a fita do oponente. A cada retirada do rabinho, o lutador ganha um ponto.

Num primeiro momento, o combate acontece no plano alto, com os oponentes em pé. Após algumas trocas de adversários, mude a luta para o plano baixo, com os oponentes ajoelhados, caso haja condições para isso.



3. Luta do toque atrás da perna

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Praticar um jogo semelhante à luta indígena huka-huka, desenvolvendo estratégias de ataque e defesa no contexto do lúdico. Introduzir a luta agarrada de joelhos para a descoberta das técnicas de desequilíbrio do adversário.

Procedimentos

Organize os alunos em duplas. Eles ficarão posicionados um de frente para o outro, ajoelhados, sem se deslocar muito pelo espaço.

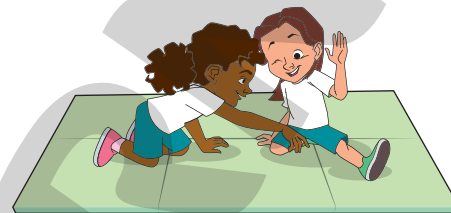
O objetivo é tocar com a mão atrás de uma das pernas do oponente, sem ser tocado.

Para isso, é permitido agarrar o adversário no tronco, nos braços ou nas pernas, deslocando-o em qualquer direção e ludibriando sua defesa. Os próprios alunos vão descobrir técnicas de torções e desequilíbrios do adversário para atingir o objetivo.

A cada toque, o lutador ganha um ponto.

Troque os componentes das duplas após algum tempo.

Para que não ocorram acidentes, advirta os alunos para que tenham cuidado e não choquem, principalmente, as cabeças.



ALEX CÔI

4. Luta huka-huka

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Praticar a luta indígena huka-huka propriamente dita, desenvolvendo estratégias de ataque e defesa. Valorizar a experiência de lutar de forma lúdica. Praticar uma luta agarrada típica, aplicando conceitos e descobertas de técnicas de desequilíbrio, torções e projeções do oponente.

Procedimentos

Antes da vivência da luta huka-huka, é interessante reproduzir para a turma um vídeo sobre essa luta dos povos indígenas do Xingu. Recomendamos o vídeo produzido pelo Sesc-SP para o livro e documentário *Jogos e brincadeiras do povo Kalapalo*, disponível em: <<https://mirim.org/node/2339>>. Acesso em: 18 fev. 2021.

Organize os alunos em duplas e oriente-os a reproduzir o ritual de iniciar a luta deslocando-se em círculo e emitindo o som de huka-huka.

Em seguida, para dar início ao combate, eles devem ajoelhar um próximo ao outro e se agarrar na tentativa de derrubar o oponente com as costas no chão ou tocar a mão atrás de sua perna.

Reforce para os alunos que se trata de uma luta agarrada; portanto, são proibidos tapas, socos ou pontapés. Oriente-os a agarrar tronco, pernas e braços apenas para deslocar e desequilibrar o oponente, além de não lutarem em pé. As quedas em pé são bem mais fortes.



RIITA BARRETO

Crianças da etnia Kuikuro treinando huka-huka. Alto Xingu. Os Kuikuro vivem em Mato Grosso. Foto de 2015.

É importante reforçar também a necessidade de respeito pelo outro e cuidado para com ele durante a luta.

Para prevenir acidentes, proíba que se agarrem no pescoço e na cabeça, restringindo os contatos aos ombros e ao tronco.

Discussão

Com os alunos sentados em roda, converse sobre a cultura dos povos indígenas, que é diferente da das populações que vivem em áreas urbanas. No entanto, isso não significa que uma cultura seja melhor ou pior que a outra; são apenas diferentes em seus costumes. Ajude-os a perceber que a luta faz parte de rituais importantes daqueles povos e que, por isso, há grande respeito entre todos os envolvidos. Faça um paralelo com as lutas presentes nas sociedades não indígenas e seus aspectos marciais, culturais e o respeito intrínseco.

Para saber mais

- Espírito de luta: huka-huka, a luta dos povos indígenas do Xingu. Vídeo que mostra a preparação da luta, com homens e mulheres. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=V2M5GEvGoZg>>. Acesso em: 18 fev. 2021.
- HERRERO, M.; FERNANDES, U.; FRANCO NETO, J. V. *Jogos e brincadeiras do povo Kalapalo*. São Paulo: Sesc, 2006. 272 p.
Relato de experiência do projeto “Brincando e aprendendo com o povo Kalapalo” na Educação Física escolar no Ensino Fundamental.
- Huka-huka: a luta indígena genuinamente brasileira. Disponível em: <<https://bjfanatics.com.br/blogs/news/huka-huka>>. Acesso em: 18 fev. 2021.
- Kwarup. Disponível em: <<http://www.funai.gov.br/index.php/comunicacao/noticias/4990-kuarup-o-ritual-funebre-que-expressa-a-riqueza-cultural-do-xingu?highlight=WyjodWthliwiaHVrYSlsmh1a2EgaHVrYSjd>>. Acesso em: 18 fev. 2021.
- TAVARES, S. C. O campeão: um protótipo do tipo ideal xinguano. *Conexões*: Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp (ISSN: 1983-930), Campinas, n. 4, p. 44-54, jan./jun. 2000.
O artigo apresenta um estudo sobre a reclusão pubertária em jovens Kamayurá no Alto Xingu.

Avaliação e Registro

Objetivos: Estabelecer relações com tipos semelhantes de lutas agarradas e o huka-huka. Sedimentar os conceitos de lutas agarradas e lutas de chão, bem como algumas de suas técnicas.

Procedimentos

Apresente aos alunos imagens de lutas agarradas, como judô, jiu-jitsu, luta olímpica e huka-huka. As imagens devem ser de diferentes lutas, em situações de combate ou de treino.

Organize os alunos em quartetos. Cada grupo analisa as imagens e registra se a técnica representada é de agarre na guarda ajoelhado, derrubada (projeção) ou de imobilização.

Ao final da atividade, verifique os acertos e os erros nos registros, devolvendo-os a cada aluno. É possível aprofundar detalhando as técnicas utilizadas para agarrar, derrubar e imobilizar o oponente. Evidencie as lutas da comunidade ou do contexto regional e estabeleça relações com a luta indígena.

As quadrilhas juninas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Compreender a importância das quadrilhas como uma manifestação popular brasileira.• Experimentar e fruir as quadrilhas e recriar possibilidades para essa dança.• Explorar a quadrilha em cadeiras para refletir sobre a questão da deficiência física.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12 <i>No 3º ano, foram vivenciadas danças de matriz indígena. As danças de matriz africana serão experimentadas no 5º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Adereços decorativos típicos da quadrilha, como roupas coloridas e chapéus de palha, dispositivo eletrônico para reprodução de músicas e cadeira.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos o que sabem sobre quadrilhas e festas juninas. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos identificam os estados em que acontecem as maiores quadrilhas do país e se no relato escrito apontam as principais características dessa manifestação.

Para começar

Reúna os alunos em roda para uma conversa sobre a dança conhecida por quadrilha: “Quem sabe como é essa dança e quem já participou dela? Quando? Como foi?”.

É provável que eles mencionem a festa junina; nesse caso, pergunte-lhes o que sabem sobre esse evento. Leve para a aula algumas cópias de fotografias (que podem ser obtidas na internet) das possíveis referências feitas pelos alunos: comidas típicas, vestimentas, fogueira, bandeirinhas, quadrilha etc.

Elabore um cartaz com essas referências. Caso eles mencionem algum elemento para o qual você não tem uma fotografia, escreva-o no cartaz a fim de compor um panorama mais amplo.

Explique que todos esses elementos foram sendo criados pela sociedade ao longo do tempo, dando uma característica peculiar a essa manifestação cultural, que será abordada neste tema.

1. A festa junina

As festas juninas são entendidas como uma síntese do Nordeste brasileiro e da sua cultura, possuindo forte ligação com a fé e a religiosidade do seu povo. Contudo, essa fé é vivenciada de maneira ambígua, pois os elementos do profano e do sagrado se misturam em volta da fogueira durante a dança executada ao som do forró (MORIGI, 2002)¹.

O termo “junina” provavelmente deriva de “joanino”, relativo a São João, um dos santos homenageados na festa. No Nordeste, principalmente em junho, os moradores costumavam agradecer aos santos pelo período de chuvas realizando uma grande comemoração, com comida, dança e fogueira. Aos poucos essa manifestação disseminou-se por todo o território nacional, assumindo diferentes significados.

Dica: A discussão sobre as festas juninas no âmbito escolar remete a questões religiosas, pois, historicamente, essas comemorações estão vinculadas ao catolicismo. Ressaltamos que não pretendemos destacar esses fatores ou promover crenças em detrimento de outras, mas compreender as quadrilhas como uma dança popular brasileira, que está imersa nesse contexto. Portanto, a escola deve prezar pelo respeito a todas as religiões e refletir sobre a importância de conhecer práticas corporais distintas, criando espaços menos discriminadores. Nessa linha, sugerimos a você que não restrinja sua ação à festa junina, procurando saber com os alunos sobre festas típicas e/ou danças que são próprias de suas crenças, proporcionando um espaço democrático a todos.

2. A quadrilha

A quadrilha, originalmente, é uma dança característica da França (*quadrille*) e também da Inglaterra, realizada pelas elites nos salões imperiais. Para Carmem Lélis², pesquisadora da Fundação de Cultura da Cidade do Recife, a quadrilha se relaciona com as danças agrícolas da Europa anteriores ao cristianismo, que tinham o objetivo de celebrar a colheita.

Essa manifestação chegou ao Brasil em 1820 por meio de integrantes da elite imperial portuguesa de forma cortesã (MENEZES NETO, 2008)³. Como dança aristocrática, era prestigiada em diversos locais do mundo, assumindo grande renome (CASCUDO, 2012)⁴.

Com o passar dos anos, essa dança se difundiu, saindo dos bailes da corte para as ruas e clubes populares. A assimilação da coreografia pelo povo deu-lhe novas características e denominações regionais (CASCUDO, 2012)⁵. Não se sabe ao certo como se deu o processo, todavia, aos poucos, essa manifestação acabou sendo apropriada pelas festas juninas e passou a assumir características próprias em território nacional.

Atualmente, as maiores quadrilhas do país são realizadas no Nordeste, com roupas bem caracterizadas, luxuosas, e coreografias complexas, buscando, além de divulgar a dança, desenvolver competições que exaltam diversos estilos e cores. Uma das competições mais conhecidas ocorre no Festival de Quadrilhas Juninas do Nordeste, que reúne diferentes grupos de toda essa região do país.

1 MORIGI, V. Festa junina: hibridismo cultural. *Cadernos de Estudos Sociais*, Recife, v. 18, n. 2, p. 251-266, jul./dez. 2002.

2 LÉLIS, C. (org.). *Quadrilha junina, história e atualidade*: um movimento que não é só imagem. Recife: Fundação de Cultura da Cidade do Recife, 2004.

3 MENEZES NETO, H. *O balancê no arraiá da capital*: quadrilha e tradição no São João do Recife. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Universidade Federal de Pernambuco. Recife, 2008. 155f.

4 CASCUDO, L. C. *Dicionário do folclore brasileiro*. 12. ed. São Paulo: Global, 2012.

5 *Op. cit.*

A quadrilha conta a história de um casamento na zona rural, que é comemorado com um grande baile. Por isso, geralmente há o casal de noivos, que, de certa forma, lidera os passos e é utilizado na maioria das coreografias para marcar “o começo e o fim” de determinada movimentação.

A música na quadrilha é comandada ao som de sanfona, zabumba e triângulo, que variam entre forró, xote e baião, alegrando a todos durante a execução dos passos, como o balancê (em francês, *balancer*: balançar o corpo), o anavantu (em francês, *en avant tous*: ir para a frente) e o anarriê (em francês, *en arrière*: ir para trás).

Devido à sua grande disseminação, a quadrilha possui muitas variações pelo Brasil, como a “quadrilha caipira”, do interior paulista, que é desenvolvida de diferentes formas e com passos variados. É muito importante exaltar essas diferenças, enriquecendo o debate com as experiências dos próprios alunos.

Experimentação e Fruição

1. Quadrilha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir uma quadrilha. Cooperar com os colegas para que a atividade seja realizada adequadamente. Reconhecer a quadrilha como uma dança popular brasileira.

Materiais: adereços decorativos típicos da quadrilha, como roupas coloridas e chapéus de palha, e dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Reúna os alunos e sugira a organização de uma quadrilha. Caso sua realização não seja a mais adequada para o seu contexto, explore outras danças populares brasileiras, pois esse é o objetivo principal para o ano. Você tem autonomia para selecionar as manifestações populares de maior significado histórico-social para a comunidade.

A vivência com a quadrilha pode se tornar um projeto da escola que explore: culinária, músicas, brincadeiras, vestimentas, entre outros temas. Se possível, convide o professor da turma para ampliar e integrar diferentes saberes da quadrilha.

Para a formação da quadrilha, organize os alunos em pares; não é obrigatório que seja um menino e uma menina. Apesar de os passos serem definidos para “damas e cavalheiros”, não é necessário que sejam executados dessa forma, o que torna a vivência da quadrilha mais inclusiva e acessível.

Selecione com o grupo um aluno para ser o narrador, o qual será o responsável por anunciar os passos, ou assuma essa função.

Em outro momento, pergunte aos alunos quais movimentos eles conhecem e ajude-os na definição da coreografia.

Para orientar seu trabalho e enriquecê-lo, sugerimos, a seguir, alguns passos bem comuns nas quadrilhas, lembrando que podem existir variações, dependendo da região em que você se encontra.

- **Caminho da roça:** Os pares formam um grande círculo e iniciam a dança caminhando no sentido horário. Nesse momento, geralmente todos acenam os braços para cumprir os presentes. Essa formação pode ser utilizada diversas vezes durante a coreografia, sendo empregada como elo entre os passos.



Caminho da roça.

- **Grande roda:** Na sequência, sempre no ritmo da música e dançando, todos os integrantes da quadrilha dão as mãos para formar uma grande roda, que também pode ser utilizada como elo entre os passos. O narrador determina quando ela deve se movimentar para a direita ou para a esquerda.
- **Troca de cumprimentos:** Depois, os pares se separam e formam duas fileiras nos limites do espaço para a dança, uma de frente para a outra. Todos continuam dançando, agora batendo palmas. O narrador pede a uma delas que caminhe na direção da outra e realize um cumprimento, que pode ser a flexão do tronco para a frente do corpo com a retirada do chapéu. Os alunos então retornam aos seus lugares, caminhando de costas. Essa evolução deve ser repetida pela outra fileira.
- **Balancê e tour (balanceio e giro):** Depois de formada novamente a grande roda, todos realizam o passo no lugar, balançando os braços para a frente e para trás. Em um segundo momento, formam-se as duplas para a realização do *tour* – um giro que pode ser feito no lugar –, em que os participantes seguram uma das mãos de seus respectivos pares e colocam a outra na cintura do parceiro de dança.



Troca de cumprimentos.



Momento do giro na quadrilha.

- **Grande passeio:** Os pares dão-se os braços e seguem caminhando por todo o espaço de dança (esse passo não é executado em roda, mas em uma grande fila dupla). A mão livre deve acenar para o público enquanto todos dançam ao ritmo da música.



Olha o túnel!

- **Olha o túnel!:** Os pares ficam um de frente para o outro e, de mãos dadas, elevam os braços até a altura da cabeça, formando um túnel. A primeira dupla da fila atravessa o túnel até chegar ao final, sendo seguida por outros pares. Esse passo termina quando essa primeira dupla retornar ao começo da fila.

- **Olha a chuva!:** Enquanto os pares caminham em círculo, o narrador grita “Olha a chuva!” e todos saltam na roda, trocando o sentido da caminhada.

- **Já passou!:** Deve acontecer sempre depois do “Olha a chuva!”, pois trata-se do comando para retornar ao sentido original da caminhada.

- **Caracol:** A partir da grande roda, determinado aluno (escolhido previamente) solta uma das mãos do colega para formar uma fila que ele guiará até o centro da roda, fazendo um movimento que lembra a concha de um caracol. Quando o narrador der o comando “Desfazer!”, o movimento passa a ser para fora, até formar novamente a grande roda.



Caracol.

- **Parceiros ao centro:** Nesse passo, um colega de cada par organiza uma roda menor dentro da maior. Quando as duas rodas estiverem formadas, o narrador pede a uma delas que gire em sentido oposto, até os pares se encontrarem novamente.

- **Grande baile:** Os pares dançam de forma livre. É o momento de estimular a criatividade e solicitar aos alunos que criem seus próprios passos.

- **Finalização:** Para o encerramento da quadrilha, o narrador pede a todos que voltem aos seus pares e fiquem novamente em roda para se despedirem do público, acenando com os braços e as mãos.

Todos esses passos devem ser anunciados pelo narrador e não precisam ser executados nessa ordem, bem como podem ser incluídos outros sugeridos por você e pelos alunos. Além disso, o narrador não precisa ser fixo e pode ser vivenciado por você ou outros alunos.

Selecione uma música instrumental de quadrilha que esteja de acordo com a coreografia. Na internet, há diversas músicas que podem ser encontradas nos *sites* de busca.

Recomendamos a seguinte: *Música de quadrilha* (instrumental/original). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=mOeoYmkPxK8>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

Lembre-se de que a definição de uma coreografia de quadrilha é um processo demorado, que requer tempo para os diversos ensaios.

Discussão

Explique aos alunos como a quadrilha e a festa junina foram transformadas ao longo do tempo, levando-os a refletir sobre o multiculturalismo de povos que interferiram em sua constituição. Além disso, saliente as muitas variações inseridas por essas influências, bem como pela grande extensão territorial do Brasil, que permite a difusão de diversos regionalismos. Essa característica atribui relevância significativa em termos culturais, pois denota a pluralidade do povo brasileiro e sua diversidade de manifestações.

Os alunos devem reconhecer a quadrilha como uma dança popular brasileira, a qual é muito significativa especialmente para o povo nordestino.

Pergunte a eles se já conheciam a história e as características da quadrilha e ressalte a importância desse conhecimento para a formação cultural deles. Embora já possam ter dançado em outros momentos, é provável que não conheçam esses elementos histórico-culturais.

Se considerar oportuno, aproveite esse momento de discussão para refletir com os alunos sobre as questões religiosas relacionadas com a quadrilha. Reforce novamente a importância de a escola ser um espaço democrático, que preza o respeito à diversidade de crenças e não tem como objetivo tematizar princípios religiosos no processo de ensino-aprendizagem, mas, sim, explorar diversas práticas corporais e os significados culturais que as atravessam.

2. Recriar a quadrilha

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Estimular a criatividade e a cooperação no grupo. Recriar e fruir passos da quadrilha.

Procedimentos

Peça aos alunos que criem pelo menos quatro passos para serem incluídos na coreografia da turma, de forma que evitem copiar de outras quadrilhas. Pode ser algo engraçado, um passo de outro tipo de dança, uma pose diferente para os pares, entre outras possibilidades. O propósito é surpreender a plateia durante a apresentação.

Caso você considere que os alunos já possuem condições de construir uma coreografia inteira, estimule a elaboração de uma nova composição, com passos inteiramente criados pelo grupo.

Apresente o trabalho dos alunos em algum evento na escola, para que a comunidade possa acompanhar a produção e o desenvolvimento deles.

Construção de valores

Quadrilha das cadeiras

Objetivos: Vivenciar passos de quadrilha com um dos participantes sentado em uma cadeira. Sensibilizar os alunos para as potencialidades das pessoas com deficiência física.

Material: cadeira comum

Procedimentos

Organize os alunos em duplas. Um deles deve ficar em pé e o seu par, sentado em uma cadeira comum. A proposta é que eles executem alguns passos de quadrilha nessa formação. Sugerimos as seguintes possibilidades: troca de um lado para o outro do círculo (dentro e fora); todos balançam os braços acima da cabeça; batem palmas; trocas de pares; cada aluno gira em volta do colega na cadeira, mantendo contato com uma das mãos; passar intercalando entre todas as cadeiras da roda, entre outras. Depois, inverta as posições para que todos possam ter a experiência de ficar na cadeira.

Sugira aos alunos que criem passos, estimulando a autonomia e a inventividade.



Pares formados com cadeirantes.

ILUSTRAÇÃO: KINA

Dica: Caso haja na turma alunos com deficiências nos membros inferiores, procure trabalhar movimentações que eles sejam capazes de realizar, colocando-os como protagonistas dessa vivência.

Discussão

Converse com o grupo sobre os desafios enfrentados: “O que teve de ser mudado?”, “Foi difícil realizar os movimentos na posição sentada? Por quê?”, “Essa proposta inviabilizou a dança?”.

Proponha uma reflexão sobre as dificuldades encontradas pelos alunos. Faça um contraponto com os direitos das pessoas com deficiência, as quais precisam lidar diariamente com diversas dificuldades. Ressalte a importância do debate sobre a inclusão das pessoas com deficiência e o direito delas de participar ativamente não apenas das aulas de Educação Física, mas também de todos os espaços sociais.

Para saber mais

- MORIGI, V. Festa junina: hibridismo cultural. *Cadernos de Estudos Sociais*, Recife, v. 18, n. 2, p. 251-266, jul./dez. 2002.

O artigo analisa de que forma a festa junina interfere na construção da identidade do nordestino.

Avaliação e Registro

- Leve para os alunos cópias ampliadas do mapa político do Brasil. Peça a eles que pesquisem em quais estados são realizadas as maiores quadrilhas, pintando-os no mapa. Converse com o professor de Geografia e proponha uma ação interdisciplinar.
- As quadrilhas são danças populares brasileiras que receberam diversas influências em sua construção. Pergunte aos alunos a importância de conhecer a quadrilha e sua história. Depois, peça que escrevam um pequeno relato sobre essa experiência.

Festival de danças populares

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Organizar e elaborar um festival de danças populares brasileiras. • Experimentar e fruir passos de danças populares brasileiras. • Reconhecer essas manifestações como saberes culturais relevantes. • Vivenciar coreografias com limitações: deficiências física, auditiva e visual.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12 <i>No 3º ano, foram vivenciadas danças de matriz indígena. As danças de matriz africana serão experimentadas no 5º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução de músicas, haste comprida (ou poste do voleibol, um cano de PVC ou um bambu preso no chão) e fitas de cetim coloridas.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos o que eles lembram das danças populares ou folclóricas abordadas no ano anterior. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos associam as danças citadas com suas respectivas músicas. Acompanhe a escrita dos alunos sobre a experiência com o festival de danças populares.

Para começar

Faça uma roda de conversa com os alunos e recupere alguns elementos abordados no 3º ano relativos às danças populares ou folclóricas, como sua grande variedade no Brasil e seus regionalismos. Questione-os sobre a dança abordada e suas principais características. Caso eles não se lembrem, diga que se trata da catira, uma manifestação típica da Região Sudeste, que se baseia na execução de batidas de pés e mãos ao som da viola caipira.

Recorde que neste 4º ano eles já vivenciaram as quadrilhas, que, apesar de populares em todo o território nacional, são mais marcantes no Nordeste. Depois, pergunte aos alunos que outras danças populares eles conhecem. Aproveite as citações deles em sua aula.

Análise e Compreensão

1. Festival de danças populares

Para organizar um festival de danças populares, é essencial planejar tudo com antecedência e acompanhar os trabalhos dos grupos, pois sua mediação em uma proposta como essa é essencial. Organize a classe em grupos e determine tarefas que possam ser executadas com seu apoio.

Explique aos alunos que existem diversas danças populares, como maracatu, frevo, boi-bumbá, samba de roda, coco, dança de São Gonçalo, maculelê, tambor de crioula, batuque de umbigada, entre outras. São manifestações ricas, que caracterizam diferentes regiões e assumem um significado para determinado povo, denotando sua cultura e mesclando diferentes elementos, como comidas típicas, músicas e papéis sociais.

Muitas danças populares têm grande expressividade no mês de junho devido às festas, como o pau de fitas, no Sul, e o carimbó, no Norte. Essas manifestações são abordadas neste tema, o que não o impede de trabalhar outras que estejam mais de acordo com o contexto da escola e da comunidade. Danças como forró, xote, sertanejo e até mesmo *country* (importada dos Estados Unidos) também são exemplos de danças difundidas em festejos juninos.

Diante desse quadro, destaque para os alunos a grande diversidade de manifestações e de danças populares existentes no Brasil, bem como a importância delas para a construção da identidade dos povos que as praticam, transformam e ressignificam a cada geração.

2. Carimbó

O carimbó é uma manifestação folclórica que inclui dança e música. Característico da Região Norte, mais especificamente do Pará, possui origens no sincretismo entre as culturas africana, indígena e ibérica, em que homens e mulheres dançam aos pares em roda, com roupas floridas e coloridas (GABBAY, 2010)⁶. As mulheres costumam colocar flores no cabelo. A saia possui grande protagonismo e é constantemente girada e movimentada durante a coreografia.

Veja a seguir a representação do carimbó feita pela artista pernambucana Lourdes de Deus, uma das grandes expressões da arte *naif*.



Festa do carimbó, 2017.
Lourdes de Deus. Óleo sobre tela, 100 x 90 cm.

O termo carimbó está associado a um tipo de tambor africano feito com um tronco, que é escavado e coberto com couro (CASCUDO, 2012)⁷. Posteriormente, o nome desse instrumento passou a denominar também o ritmo musical.

6 GABBAY, M. M. *Representações sobre o carimbó: tradição × modernidade*. In: IX Congresso de Ciências da Comunicação na Região Norte, Rio Branco, 2010.

7 *Op. cit.*

O carimbó é uma dança bastante livre, que permite a criação dos dançarinos em diversos momentos. Todavia, por não ser muito conhecida em outras regiões do país, os alunos podem sentir dificuldade em criar muitos passos sozinhos.

Se houver oportunidade, combine com o professor de Arte um momento para apreciação de obras dessa e de outros artistas que difundem a arte popular brasileira.

3. Pau de fitas

O pau de fitas é uma manifestação de origem portuguesa e espanhola que se disseminou pelos estados do Rio Grande do Sul, de Santa Catarina e do Paraná.

Essa dança ocorre em volta de um mastro (pau) decorado com diversas fitas de cetim coloridas (CASCUDO, 2012)⁸, que são seguradas individualmente por quem dança. Durante a execução dos passos, as fitas são trançadas de diferentes maneiras ao longo do mastro.

Para que o trançado dê certo, é importante que a dança seja executada sempre em pares. Algumas possibilidades de trançado são o tramadinho, o zigue-zague e a rede de pescador.

O artista cuiabano Régis Gomes produziu um conjunto de obras que retratam e valorizam a cultura popular brasileira. Entre elas está a representação do pau de fitas.

AMILTON MARTINS - COLEÇÃO PARTICULAR



Dança dos mascarados,
2014. Régis Gomes. Acrílico e colagem sobre tela, 90 x 70 cm.

Essa manifestação geralmente é realizada nas festas tradicionais açorianas, gaúchas e alemãs ou mesmo nas festas juninas e em outras comemorações dos estados do Sul. Apesar da forte incidência na Região Sul, ela também é praticada nas demais regiões, principalmente Norte e Nordeste. Em algumas regiões, as indumentárias são aquelas características das festas juninas, como vestido florido e camisa xadrez.

A coreografia é coletiva e todos podem dançar, de modo que não há papéis específicos a serem desempenhados nem número fixo de participantes.

⁸ *Op. cit.*

Experimentação e Fruição

1. Carimbó

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar e reconhecer o carimbó como uma manifestação cultural brasileira. Experimentar e fruir os passos dessa dança.

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

Procedimentos

Leve para a aula músicas de carimbó, as quais podem ser tocadas diretamente da internet ou baixadas, dependendo dos recursos disponíveis na escola. Segue uma sugestão: Pinduca. *A dança do carimbó*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=svUhydae2kl>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

Peça aos alunos que usem pedaços de TNT ou chita florida para elaborar saias e coletes.

Em momento oportuno, ensine algumas figuras coreográficas (movimentações) de carimbó, como as sugeridas a seguir.

• **Movimentação 1**

Disponha os alunos em círculo alternando um menino e uma menina, na medida do possível.

Uma menina de cada vez deve se dirigir ao centro da roda balançando a saia, que pode ser representada por um tecido (TNT ou chita). No centro, elas fazem o movimento que sentirem vontade (girar, bater palmas ou o pé no ritmo da música, entre outros).

Enquanto isso, os meninos batem palmas e um dos pés no chão, também no ritmo do carimbó.

• **Movimentação 2**

Disponha os alunos em roda. O grupo deve girar no sentido horário, pisando para a frente e para trás no ritmo da música. Todos podem se apoiar uns nos outros, como se fosse um trem.

Em outro momento, peça aos meninos que batam palmas e às meninas que balancem a saia. Oriente-os também a parar e a fazer um giro com o corpo, sem sair do lugar.

• **Movimentação 3**

Em círculo e em duplas, posicione as meninas do lado de dentro. Peça a elas que girem em torno dos meninos, os quais devem ficar agachados e com o dedo apontado para cima.

Explique que os giros ocorrem primeiro para um lado e, depois, para o outro. Esse movimento pode ser feito de forma conjunta ou por um par de cada vez.

• **Movimentação 4**

Os alunos devem entrelaçar o braço no seu parceiro e girar no próprio lugar para um dos lados. Em um segundo momento, eles passam a girar para o outro lado.

Para finalizar, cada dama gira em volta do seu parceiro balançando a saia. Depois de determinado tempo, oriente o cavalheiro a girar em volta de sua dama, batendo palmas e pisando forte no chão com um dos pés.

Dica: Procure coreografias escolares disponíveis na internet. Há muitas produções que podem inspirar o seu trabalho com evoluções possíveis para essa faixa etária. Indicamos

uma apresentação do 4º ano da Escola Perseverança, em Marmeleiro, Paraná. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=g2LUN9fDMYM>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

2. Pau de fitas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir a dança do pau de fitas. Cooperar com os colegas durante o desenvolvimento da dança. Reconhecer e valorizar as danças populares.

Materiais: haste comprida (pode ser utilizado o poste do voleibol, um cano de PVC ou um bambu preso no chão), fitas de cetim coloridas presas nessa estrutura (uma por aluno) e dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador)

Procedimentos

Leve para a aula músicas de pau de fitas. Segue sugestão que pode ser tocada diretamente da internet: *Música para dançar o pau de fitas*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=xkQXIXk-ZVc>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

Ensine aos alunos algumas figuras coreográficas (movimentações) para o pau de fitas, como as sugeridas a seguir.

• **Movimentação 1**

Antes do contato dos alunos com as fitas, segure a haste e peça a eles que façam uma grande roda em torno dela. Incentive-os a tocá-la e a segurá-la com cuidado, bem como a girá-la em diversos sentidos.

Ainda em roda, oriente o grupo a se aproximar e a se afastar do centro, onde fica o pau de fitas, e a bater palmas quando todos estiverem mais afastados de onde ele está.

Por fim, solicite a cada aluno que se dirija a uma fita e a segure com uma das mãos, esperando a próxima sequência.

• **Movimentação 2**

Explique ao grupo que todos devem girar em torno da haste, cada um segurando sua fita. Conduza esse giro no sentido horário e, depois, no anti-horário. Peça aos alunos que observem os desenhos formados na haste à medida que as fitas são enroladas nela.

• **Movimentação 3**

Oriente os alunos a girar no sentido horário e a passar, de forma intercalada, por baixo e por cima da fita do colega imediatamente à sua frente. Para que essa movimentação não enrosque as fitas, metade dos alunos caminha, enquanto a outra fica parada segurando sua fita. Intercale os que caminham e os que ficam parados. Incentive o segundo grupo a, mesmo sem se deslocar, dançar no lugar.

Essa movimentação trança a fita na haste e, ao final, forma um belo desenho. Oriente-os também a fazer o movimento contrário, para que o entrelaçamento das fitas seja desfeito.

Depois, conduza a troca de posições entre os grupos, para que todos possam ter a experiência de enrolar a fita.

• **Movimentação 4**

Intercale os alunos na roda, cada um com sua fita. Organize-os em ímpares e pares. Os pares ficam de frente para o sentido horário e os ímpares, para o anti-horário.

Ao seu sinal e de forma alternada, os pares que caminham no sentido horário passam primeiro por dentro das fitas (mais próximo ao mastro central) e os que se dirigem no

sentido anti-horário, por fora delas (mais longe do mastro central). No próximo par, os que foram por dentro passam por fora, e vice-versa. Quando os pares iniciais se encontrarem novamente, eles devem mudar o sentido para qual estavam de frente e reiniciar os movimentos para desfazer o entrelaçamento das fitas. Olhar a posição da fita no mastro pode auxiliar nesse processo de desmontagem.

O vídeo a seguir mostra essa movimentação. *Dança das fitas*. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=_SdWIW-krIQ>. Acesso em: 22 fev. 2021.

- **Movimentação 5**

Organize os alunos em pares. Eles devem dançar livremente ao som da música, interagindo com seu par, e, depois, trocar de lugar entre eles, um passando por baixo da fita do outro. Para finalizar, os pares desfazem o movimento.

- **Movimentação 6**

Nesse movimento, metade do grupo, de forma intercalada, deve se dirigir para o centro do círculo e ficar ajoelhada no chão, próximo da haste. Enquanto isso, os demais giram no sentido horário e, depois, no anti-horário. Ao final, inverta os papéis.

3. Festival



Objetivos: Realizar um festival de danças populares. Recriar gestos e ritmos das danças populares, evitando qualquer tipo de discriminação.

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

Procedimentos

Organize a sala em dois grupos: um deles vai realizar uma coreografia de carimbó e o outro, de pau de fitas. Deixe os alunos escolherem as danças de sua preferência. Fique atento para que os dois grupos tenham um número equivalente de integrantes. Oriente-os a convidar amigos e familiares a participar do festival.

Além dessas apresentações, o grupo deve finalizar o festival com uma quadrilha, que pode reunir elementos tradicionais e novos. Acompanhe-os na elaboração das coreografias, as quais podem incluir movimentos vivenciados nas aulas.

Participe da escolha dos figurinos e da decoração da escola e registre esse momento preparatório por meio de fotos e vídeos. Depois do festival, com a ajuda dos alunos, monte um painel incluindo esse material e o produzido durante o evento.

Nas apresentações, lembre-se de fazer uma breve contextualização de cada dança para a plateia, a fim de atribuir maior significado ao festival. Essas informações podem ser obtidas na seção “Análise e Compreensão” desta unidade temática.

Construção de valores

Inclusão de alunos com deficiência nas coreografias

Objetivos: Refletir sobre possibilidades de inclusão dos alunos com deficiências nas coreografias. Sensibilizar a turma para a questão da deficiência.

Procedimentos

Organize os alunos em quatro grupos e determine para cada um deles as deficiências que devem ser vivenciadas por meio de coreografias diferenciadas para cegueira, surdez, paralisia nos membros inferiores e deficiência física relativa à amputação dos braços.

Peça a um ou dois alunos de cada grupo que simulem uma dessas deficiências. Por exemplo: o aluno que representar o deficiente visual deve ter uma venda em seus olhos para dificultar a visão; o que simular a pessoa sem os braços precisa ter esses membros imobilizados, o que pode ser feito colocando-os dentro da camisa.

Importante: Fique atento para que essa imobilização não impeça os alunos de usar os braços para se proteger em caso de queda.

As simulações ajudarão os alunos a criar uma coreografia que considere as deficiências físicas, levando-os a pensar em movimentos que favoreçam a inclusão de todos. Caso haja alunos com deficiência, inclua-os na coreografia e coloque-os como protagonistas na atividade, de modo que sugiram passos possíveis para suas limitações.

Discussão

Ao final, converse com o grupo sobre como foi esse processo criativo e as dificuldades enfrentadas. Incentive o debate por meio de perguntas: “O que teve de ser mudado?”, “As deficiências físicas impediram o divertimento de vocês? Por quê?”.

Discuta também sobre as dificuldades enfrentadas pelas pessoas com deficiência física em seu cotidiano e que podem ser resolvidas por meio de políticas públicas, como a construção de rampas em edificações. Ressalte quanto é relevante os alunos conversarem com amigos e familiares sobre a importância da inclusão de pessoas com deficiência em todas as esferas da vida em sociedade.

Para saber mais

- Bailado de carimbó. Documentário. 8 jun. 2012. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Kpn9qYQ8Cn8>>. Acesso em: 22 fev. 2021.
- Pau de fitas. Santa Cruz do Sul (RS). 19 nov. 2013. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=i8NT_Dl8ajl>. Acesso em: 22 fev. 2021.

Avaliação e Registro

1. Escreva na lousa o nome das seguintes danças populares: catira, pau de fitas, carimbó e quadrilhas. Leve para a aula as canções que foram utilizadas para cada uma dessas manifestações. Prepare uma sequência com as músicas e peça aos alunos que as relacionem com as respectivas danças. Eles devem anotar a sequência no caderno e destacar os elementos que observaram em cada canção. Por exemplo, na canção de catira, destacam-se o som da viola caipira e as batidas de mãos e pés. Num segundo momento, eles podem fazer algum movimento que remeta a cada uma das danças experimentadas.
2. Pergunte aos alunos o que aprenderam no festival de danças populares e como poderia ser um próximo evento com essas características. Ao final da reflexão, incentive-os a escrever sobre essa experiência e monte um varal na escola com esses textos. Essa é uma atividade que pode contar com a colaboração do professor de Língua Portuguesa. Considere as sugestões dos alunos na organização do festival no próximo ano letivo.

4^o ANO

Ginásticas

TEMA
1

Ginástica geral e grandes aparelhos

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer e experimentar, de forma individual e coletiva, as possibilidades adaptadas ou não de movimentos com grandes aparelhos da ginástica ou de outras expressões artísticas.• Executar combinações dos elementos básicos da ginástica utilizando os grandes aparelhos.• Idealizar de forma coletiva, por meio de desenhos e maquetes, um grande aparelho para ginástica geral.• Vivenciar apoio invertido com os olhos fechados e sensibilizar para a deficiência visual.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	8
Materiais	Trave de equilíbrio, banco sueco, cordas, giz e colchões (ou colchonetes).
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos se conhecem os aparelhos apresentados nas imagens. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Acompanhe a idealização e a construção da maquete de um grande aparelho pelos alunos e a apresentação em forma de seminário com os elementos básicos da ginástica possíveis com ele.

Para começar

Reúna os alunos em uma roda ou em grupos. Providencie uma imagem para cada aluno ou grupo, utilizando as que seguem ou similares.



Barras russas.



Lira circense.

CHRISTIAN LADEMAN/ALAMY/FOTARENA



Roda ginástica.

ANTON NOVODEREZHKIN/TASS/GETTY IMAGES



Trampolins.

ROBBIE JACK/CORBIS ENTERTAINMENT/GETTY IMAGES



Roda.

CLAUDIO CRUZ/AFP/GETTY IMAGES



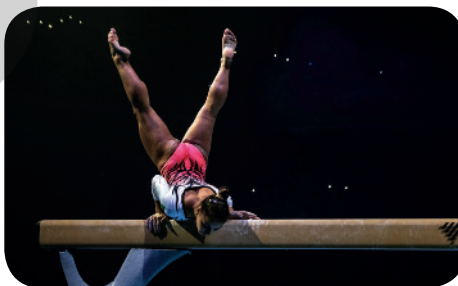
Trapézio.

CATALIN SOARE/PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES



Paralelas assimétricas.

JORGE LUIS ALVAREZ PUPO/GETTY IMAGES



Trave de equilíbrio.

LIONEL BONAVENTURE/AFP/GETTY IMAGES



Barra fixa.

BUDA MENDES/GETTY IMAGES



Argolas.

Alguns aparelhos tradicionais da ginástica artística.

Peça que observem os aparelhos apresentados nas imagens e pergunte: “Vocês conhecem algum desses aparelhos?”, “Já viram alguma apresentação com esses aparelhos?”. Caso tenha alguma resposta afirmativa, pergunte onde assistiram, se sabem os nomes desses aparelhos e se conhecem os nomes das práticas corporais mostradas nas imagens.

Realize um rodízio das imagens entre os grupos ou alunos e refaça os questionamentos.

Ao final, explique que todos esses aparelhos podem ser utilizados nas composições coreográficas da ginástica geral, mas que alguns deles têm custo muito alto e necessitam de instalações apropriadas com protocolos de segurança e, por isso, não são encontrados em muitos lugares e escolas. É possível, porém, experimentar algumas sensações proporcionadas por eles durante as aulas, fazendo adaptações no espaço e nas estruturas físicas disponíveis.

Análise e Compreensão

Os grandes aparelhos

Desde o princípio, o homem defrontou-se com muitos desafios para sobreviver. Algumas práticas corporais do dia a dia, como escalar árvores e montanhas e equilibrar-se em troncos na água, foram se transformando ao longo do tempo.

Essas práticas corporais foram sendo apropriadas por diversas culturas, que, com o avanço das tecnologias, construíram aparelhos com diferentes materiais que facilitaram a vida cotidiana, o que criou novos significados dentro das sociedades.

Práticas corporais observadas em antigas civilizações deram origem aos grandes aparelhos de ginástica que conhecemos hoje. Na Grécia, os atletas saltavam por sobre touros e cavalos em apresentações públicas. Na China, artistas circenses se apresentavam em números de acrobacia e corda bamba. Os métodos ginásticos europeus e suas grandes construções de obstáculos entre escadas e cordas buscavam, com sua prática, um corpo forte e saudável. Há outros tantos exemplos na história.

A ginástica geral permite o uso de quaisquer tipos de implementos, com medidas oficiais ou não, e enfatiza a importância do desenvolvimento da criatividade na utilização desses aparelhos durante as construções coreográficas.

Os grandes aparelhos tradicionais da ginástica são os que fazem parte do conjunto de regras das ginásticas esportivas, como a trave de equilíbrio, a barra fixa, o solo, o salto, as paralelas, o cavalo com alças, o trampolim acrobático. São considerados ainda os aparelhos auxiliares da aprendizagem, como o minitrampolim.

Muitas expressões artísticas também se utilizam de grandes aparelhos, muitos até bastante conhecidos, como o trapézio, a corda bamba e a lira do circo.

Na escola, é possível adaptar espaços e as estruturas físicas disponíveis para a prática da ginástica geral com a utilização de grandes aparelhos, que podem ter como base os aparelhos tradicionais da ginástica ou até mesmo ser construídos pelos alunos.

Uma pequena mureta possibilita o equilíbrio semelhante ao da trave ou da corda bamba; em uma barra de *playground* podem ser feitos movimentos da barra fixa, das paralelas e do trapézio; o plinto (caixa de madeira em formato piramidal) substitui a mesa do salto, entre outras possibilidades.

Importante: Fique atento para que as adaptações não coloquem em risco a integridade física dos alunos. No caso de uma mureta, certifique-se de que ela seja segura, não esteja alta demais, suporte bem o peso dos alunos e de que possam ser colocados colchonetes ao redor dela.

Experimentação e Fruição

Organize antecipadamente os materiais que serão utilizados na aula. Sabemos que, em muitos casos, as escolas não têm os aparelhos tradicionais da ginástica. Contudo, outros objetos podem ser usados para a iniciação da aprendizagem.

1. Cada macaco no seu galho (barra fixa e barras paralelas)

Objetivo: Praticar as possibilidades de movimentos em suspensão.

Material/Espaço: barras de *playground*, área com árvores



Barras paralelas.



Galho de árvore usado como barra fixa.

Procedimentos

Organize uma brincadeira de pega-pega diferente para os alunos. Antes de começá-la, identifique onde eles podem ficar pendurados em segurança, como galhos baixos de árvores, brinquedos localizados ao ar livre que lembram barras fixas e paralelas, entre outras possibilidades.

Escolha um aluno para ser o pegador. Os outros devem ficar reunidos distantes alguns metros dele.

Quando o pegador gritar “Cada macaco no seu galho!”, todos precisam correr em busca de um galho de árvore ou de um objeto em que possam se pendurar. Quem for alcançado e tocado antes de ficar pendurado passa a ser o pegador da vez.

Importante: Atente para que os galhos de árvore, as barras e outros objetos que possam ser utilizados na atividade não coloquem em risco a integridade física dos alunos. Verifique, por exemplo, se os galhos escolhidos são firmes o suficiente para suportar o peso deles. Não use as barras no caso de haver ferrugem nelas.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

2. Meu mestre mandou (trave de equilíbrio)

Objetivo: Praticar alguns movimentos em cima do aparelho trave ou de trave adaptada.

Material: trave de equilíbrio (aparelho oficial), banco sueco, cordas ou giz

Procedimentos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA



Banco sueco.

Oriente os alunos a ficar próximos do aparelho (banco sueco, corda ou desenho de giz feito no chão). Explique que, nessa brincadeira, eles devem seguir as ordens de um mestre e que você será o primeiro a dar os comandos.

Depois de dizer “Meu mestre mandou”, os alunos perguntam: “Fazer o quê?”. Em seguida, dê o comando. Veja algumas sugestões: subir no aparelho e andar sobre ele para a frente, para trás e de lado; andar na ponta dos pés; realizar um avião; sentar-se e levantar-se sem o apoio das mãos; deitar-se com as costas apoiadas no aparelho e, depois, com a barriga para baixo.

Em seguida, escolha outro aluno para ser o mestre e dar novos comandos. Encerre a atividade depois de todos terem vivenciado a condição de mestre.

Importante: Verifique se a trave de equilíbrio se encontra em condições adequadas de uso, bem como se o banco sueco não está com os pés desnivelados, o que pode colocar em risco a integridade física dos alunos.

3. Troca de lugares (solo)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Aprimorar os rolamentos para a frente e para trás.

Material: colchões ou colchonetes

Procedimentos

Espalhe vários colchonetes ou colchões pelo espaço de aula de forma aleatória e distantes uns dos outros. Cada aluno deve escolher o seu.

A primeira mudança de colchonetes ocorre quando um aluno, previamente escolhido por você, diz o nome de um colega e troca de lugar com ele. Durante essa troca, os demais alunos realizam um rolamento para a frente. Quem foi chamado escolhe outro colega e troca de lugar com ele, enquanto os demais realizam um rolamento para trás.

A atividade segue até que todos tenham trocado de lugar.

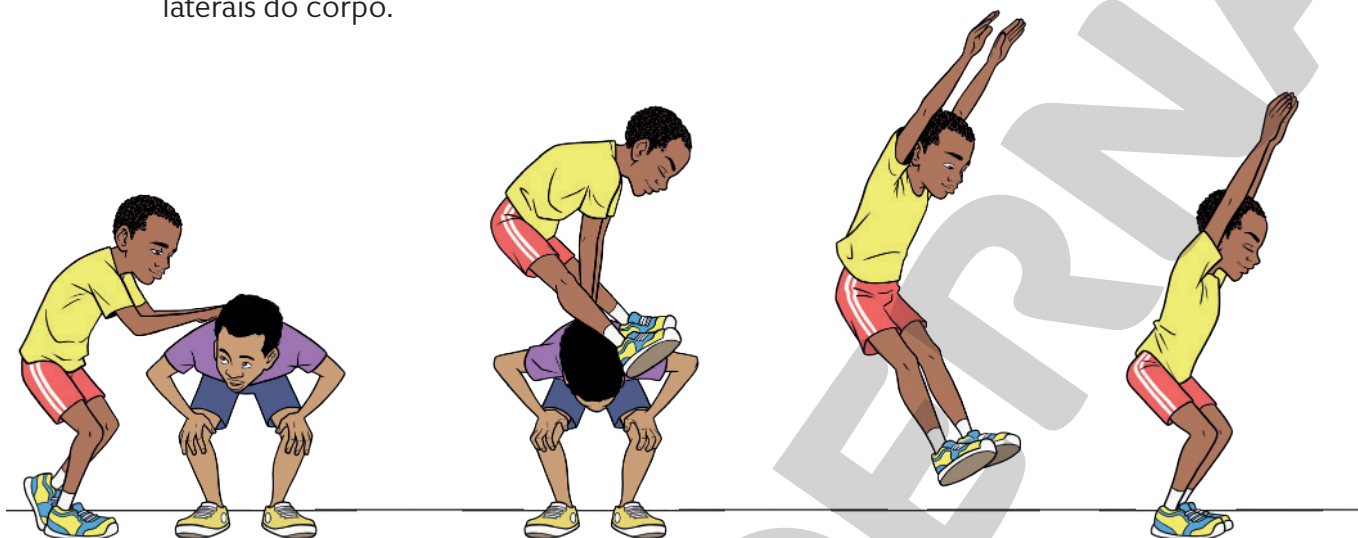
4. Pula-sela

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Vivenciar um salto sobre um obstáculo com apoio das mãos.

Procedimentos

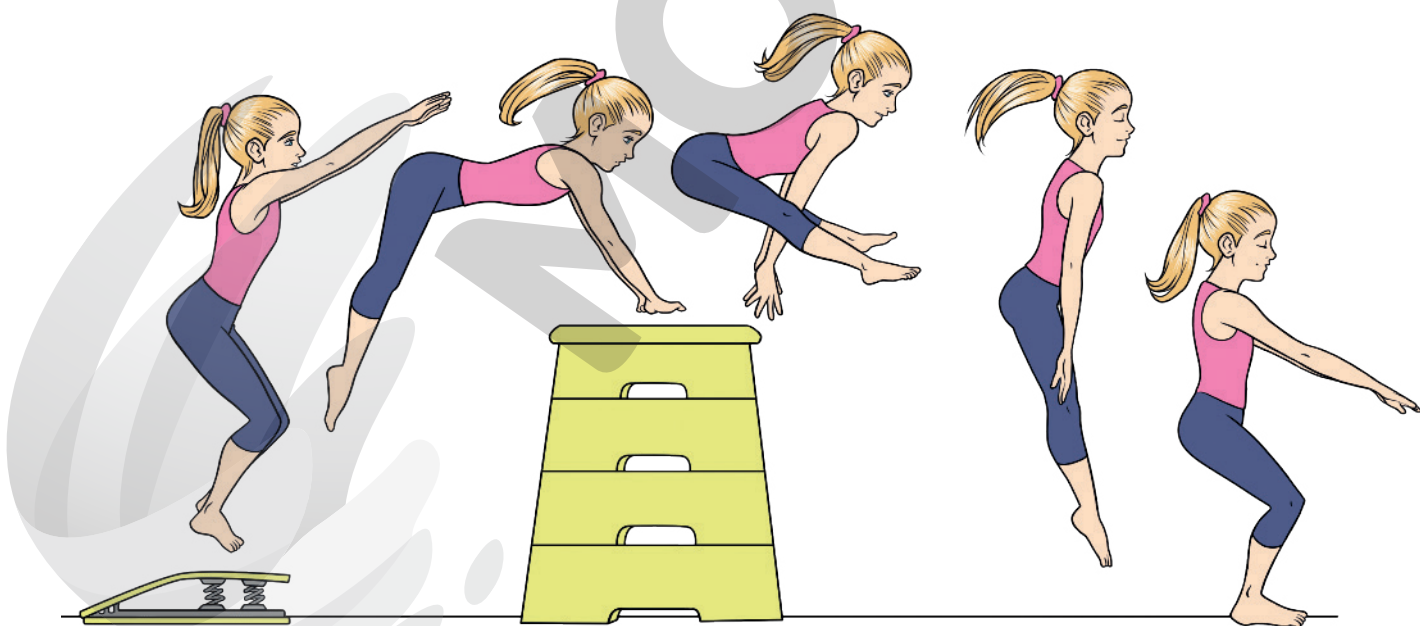
Essa brincadeira é realizada em duplas. Enquanto um aluno se curva para a frente, coloca as mãos nos joelhos e fica de lado para quem vai saltar, o outro apoia as mãos nas costas do colega e realiza uma impulsão seguida de salto com afastamento das pernas para as laterais do corpo.



Pula-sela.

Solicite aos alunos usados como apoio que encostem o queixo no peito. Isso evita que a perna do companheiro que salta bata em sua cabeça. Se considerar conveniente, peça a eles que coloquem os joelhos e as mãos no chão, diminuindo a altura do salto.

Caso tenha um plinto, utilize-o para a realização desse salto.



Salto com apoio do plinto.

Para a segurança dos alunos, segure o braço de quem salta. Esse procedimento evita que eles avancem os ombros e caiam de frente para o chão.

ILUSTRAÇÕES: DIOGO SAUT

Construção de valores

De cabeça para baixo no escuro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar um apoio invertido com os olhos fechados. Sensibilizar para a deficiência visual.

Material: parede sem obstáculos

Procedimentos

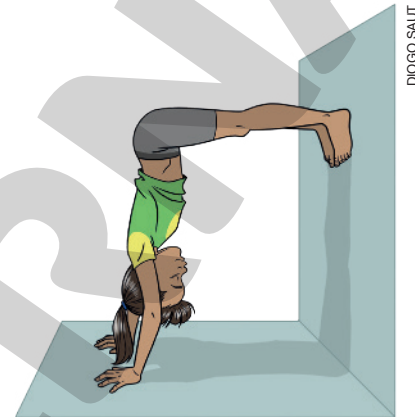
Oriente os alunos a ficar de costas para uma parede e a fechar os olhos.

Em seguida, peça-lhes que apoiem as mãos no chão e encostem os pés na parede. Eles devem tentar elevá-los (sempre em contato com a parede) até formar um ângulo de 90 graus entre as pernas e o tronco.

Discussão

Procure saber as dificuldades sentidas pelos alunos em vivenciar essa atividade com os olhos fechados: “A falta de visão dificultou o equilíbrio de vocês?”, “Essa limitação impediu que vocês se divertissem? Por quê?”.

Assim como em outras atividades, ajude-os a perceber que as deficiências físicas podem ser superadas de diversas formas: com força de vontade, por meio de adaptações de atividades ou aparelhos, entre outras possibilidades. Ressalte a importância da inclusão e o direito de todos a ter uma vida saudável em sociedade.



De olhos fechados, com as mãos no chão e os pés na parede.

Para saber mais

- NUNOMURA, M. (org.). *Fundamentos das ginásticas*. Jundiaí: Fontoura, 2016.

Os autores apresentam movimentos básicos de ginástica, conceitos e indicadores para a segurança, bem como aspectos técnicos básicos para sua iniciação.

- PAOLIELO, E. (org.). *Ginástica geral: experiências e reflexões*. São Paulo: Phorte, 2016.

O livro apresenta os conceitos da ginástica geral relacionados à formação profissional e às questões pedagógicas.

Avaliação e Registro

Organize os alunos em grupos, peça que discutam a respeito do conteúdo da aula e, depois, inventem um novo grande aparelho para a ginástica geral, desenhando-o em uma folha em branco. Coloque critérios para essa invenção, como: “De qual material será feito esse aparelho?”, “Que elementos corporais poderão ser realizados nesse aparelho?”, “Quantas pessoas poderão utilizar esse aparelho ao mesmo tempo?”.

Em seguida, os alunos podem construir, utilizando materiais recicláveis (garrafas de plástico, pedaços de madeira, caixas de papelão, espuma, entre outros), um protótipo do aparelho idealizado e apresentá-lo em forma de seminário à turma ou em uma exposição no ambiente escolar. Avalie a participação coletiva na elaboração da atividade e a compreensão dos objetivos do tema.

Ginástica geral e figuras acrobáticas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer e experimentar as figuras acrobáticas de forma coletiva. • Planejar e utilizar estratégias para executar as figuras acrobáticas de forma coletiva, adotando procedimentos de segurança. • Realizar figura acrobática com limitações físicas.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	8
Materiais	Bambolês (ou giz ou pedaços de pau), colchonetes e vendas para os olhos.
Sequência de atividades	Incentive um debate a respeito das figuras acrobáticas. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Acompanhe a criação, a execução e a apresentação de novas figuras acrobáticas pelos alunos e oriente-os a determinar as funções dos ginastas em cada desenho.

Para começar

Em roda, converse com os alunos a respeito das figuras acrobáticas. Mostre a eles um vídeo curto ou imagens da ginástica acrobática (esportiva) ou de pirâmides humanas apresentadas em circos. Incentive o debate por meio de perguntas: “Na opinião de vocês, deve ser fácil ou difícil fazer essas figuras acrobáticas? Por quê?”, “Vocês já assistiram à prática dessas figuras em algum lugar? Onde?”.

Sugestão de vídeo: Torneio de torre humana que chega à altura de um prédio de cinco andares (Espanha). Disponível em: <<https://globoplay.globo.com/v/7120424/>>. Acesso em: 22 fev. 2021.

Análise e Compreensão

As pirâmides humanas ou figuras acrobáticas

As acrobacias são praticadas desde a Antiguidade e sua origem está intimamente relacionada aos espetáculos circenses. Os antigos acrobatas realizavam pirâmides humanas, equilíbrios em traves de madeira, cordas bambas etc. (BORTOLETO, 2008)*.

A acrobacia coletiva ou pirâmides humanas, termo mais usado no circo, popularizou-se a partir do século XVIII com o surgimento do circo moderno. Porém, quando suas práticas foram institucionalizadas como esporte, no final do século XIX e início do século XX, tornou-se parte do conteúdo da ginástica. As figuras acrobáticas (termo utilizado na competição de ginástica acrobática) passaram a ser consideradas conteúdo no contexto escolar.

As figuras acrobáticas ou pirâmides humanas exigem muito o uso da força e do equilíbrio, mas têm grande destaque o desenvolvimento da confiança, o trabalho em grupo e a criatividade, porque todo o processo de construção não pode ser realizado sozinho. Os mais fortes formam a base da figura, os mais leves elevam-se do solo com mais facilidade e se apoiam nos

* BORTOLETO, M. A. C. (org.). *Introdução à pedagogia das atividades circenses*. Jundiaí: Fontoura, 2008.

colegas da base. Assim, é possível estimular a percepção dos limites individuais e a sua colaboração na construção coletiva.

Na ginástica geral não há padronização das figuras acrobáticas como nas ginásticas esportivas, apesar do uso de técnicas dos movimentos na sua aprendizagem. Tem-se mais liberdade para criar novas possibilidades, independentemente do número de participantes, tempo de apresentação, vestimentas etc.

Experimentação e Fruição

1. Equilíbrios individuais

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar os equilíbrios individualmente.

Material: bambolês, giz ou pedaço de pau

Procedimentos

Disponha os bambolês na área destinada à atividade a uma distância de aproximadamente 2 metros uns dos outros. Caso não os tenha na escola, use o giz para desenhá-los no piso ou um pedaço de pau para demarcá-los na terra.

Oriente os alunos a correr em volta dos bambolês de forma livre até ouvirem o seu comando, quando devem realizar uma tarefa dentro deles.

Sugestões de comando: ficar dentro do círculo com o apoio de um pé só; com os dois pés; com uma mão e um pé; ajoelhado; sentado sem apoiar os pés no chão, entre outras possibilidades que podem ser indicadas pelos próprios alunos.

Após essa vivência, converse com os alunos sobre a acrobacia coletiva, que tem como base da sua prática a execução de “figuras”, ou seja, a construção de equilíbrios em duplas, trios e quartetos.

Segurança

Proponha as atividades em um local em que o solo amortecia quedas, como grama, areia e tatames de EVA. Recomendamos o uso de colchonetes ou colchões.

Oriente os alunos no cuidado com os colegas, uma vez que as atividades propostas neste tema requerem apoios de uns nos outros. Peça-lhes que tenham cuidado com a força empregada, pois, em alguns momentos, eles vão segurar os colegas e, em outros, vão se apoiar neles.

É fundamental que haja uma postura responsável em relação à integridade física de todos para evitar acidentes.

2. Desafio dos apoios

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Realizar figuras com o número de apoios predeterminados. Solucionar desafios coletivamente.

Procedimentos

Oriente os alunos a realizar as figuras acrobáticas solicitadas por você, as quais devem contar com apoios no chão. Por exemplo: em duplas, a figura só pode ter dois pés no chão, um de cada aluno, como mostrado na figura ao lado.



DIOGO SAUT

Figura em que dois pés estão no chão, um de cada aluno da dupla.

Proponha variações para os apoios, os quais podem ser feitos com outras partes do corpo (joelhos, cotovelos), com os alunos organizados em duplas, trios e quartetos.

As figuras formadas não são predeterminadas, mas decorrentes das soluções encontradas pelos alunos para os apoios no chão.

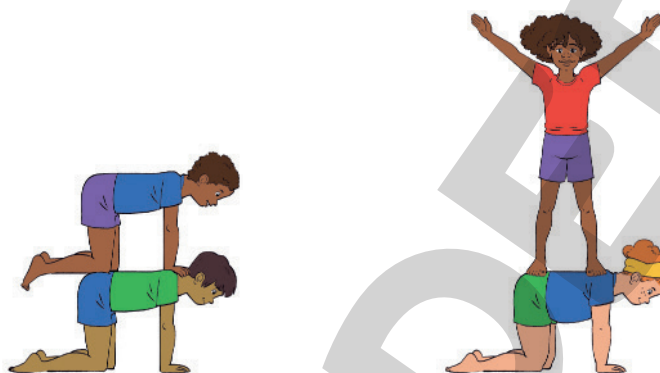
3. Construção das figuras

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

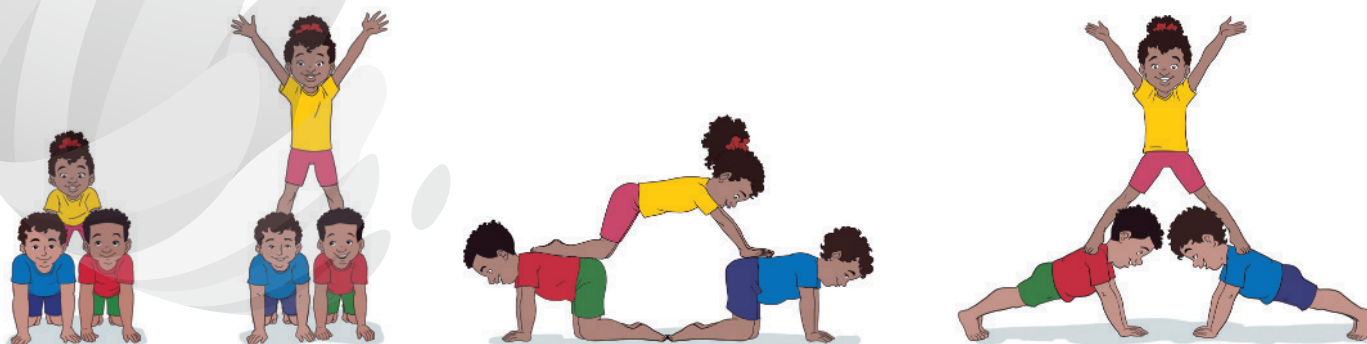
Objetivos: Conhecer as figuras acrobáticas. Experimentar as figuras acrobáticas realizadas em duplas, trios e quartetos.

Procedimentos

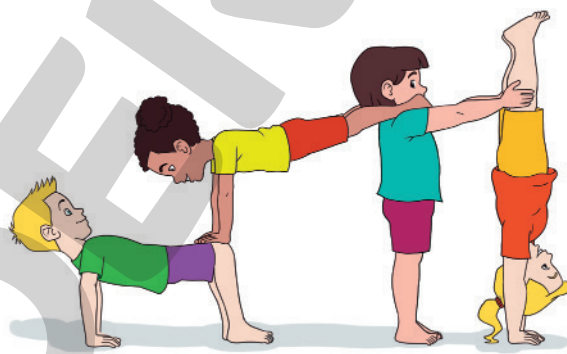
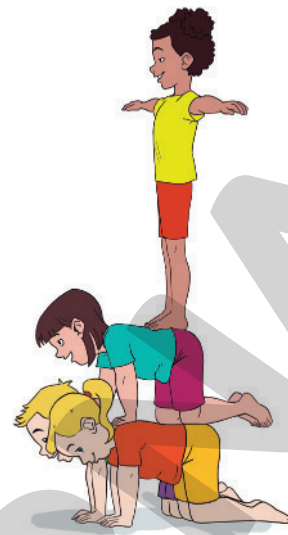
Leve para a aula cópias (preferencialmente ampliadas e coloridas) das imagens a seguir, que mostram diferentes figuras acrobáticas que podem ser realizadas em duplas, trios e quartetos.



Figuras acrobáticas formadas por duplas.



Figuras acrobáticas formadas por trios.



Figuras acrobáticas formadas por quartetos.

4. Grupos

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios na execução das figuras acrobáticas.

Procedimentos

Solicite aos alunos que formem grupos com mais de quatro participantes (preferencialmente, com seis integrantes) e realizem figuras acrobáticas. Se considerar oportuno, faça cópias das figuras a seguir para serem distribuídas na aula.



Figuras acrobáticas formadas por sextetos.

ILUSTRAÇÕES: ALEX COI



Figuras acrobáticas formadas por sextetos.

Construção de valores

Figuras acrobáticas diferentes

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivo: Realizar uma figura acrobática (em duplas, trios ou quartetos) com limitações físicas.

Materiais: colchonetes e vendas para os olhos

Procedimentos

Organize a classe em duplas, entregue uma venda a um dos alunos de cada dupla e ajude-o a colocá-la nos olhos. Em seguida, peça ao aluno sem venda que realize com o colega uma figura acrobática.

Repita esse procedimento em trios de modo que um dos integrantes fique vendado e o outro com um braço preso por dentro da camiseta.

Quando formarem quartetos, oriente dois alunos a ficar vendados e um terceiro a colocar o braço por dentro da camiseta.

Discussão

Ao término dessa atividade, converse com os alunos sobre a experiência de ter de lidar com limitações físicas para realizar as figuras acrobáticas. Procure saber as dificuldades que sentiram para cumprir a tarefa e as estratégias adotadas para explicar a figura acrobática aos alunos vendados e ajude-os a pensar em figuras que poderiam ser realizadas por quem só pudesse usar um dos braços.

É provável que, apesar das dificuldades, os alunos considerem a atividade divertida e desafiadora, bem como percebam que limitações físicas não constituem um obstáculo a quem deseja se divertir.

Para finalizar, resalte a importância de pensar em soluções para a inclusão de todos na realização de uma figura acrobática, bem como na integração de pessoas com qualquer deficiência em todos os segmentos da vida em sociedade.

Para saber mais

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

Os autores relatam possibilidades de práticas da ginástica na escola por meio de imagens, discussões e textos.

- GALLARDO, J. S. P.; AZEVEDO, L. H. R. *Fundamentos básicos da ginástica acrobática competitiva*. Campinas: Autores Associados, 2007.

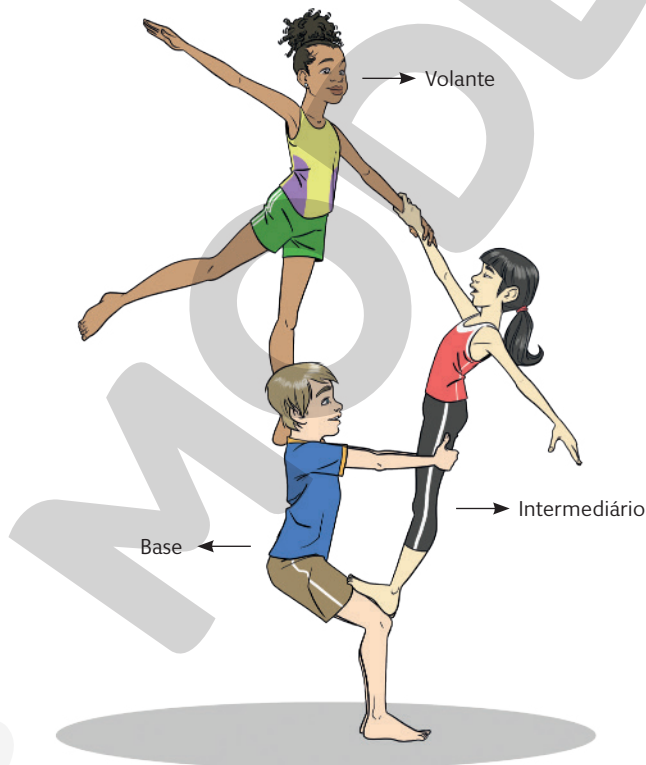
A obra é destinada a professores de Educação Física que possuem interesse no desenvolvimento da ginástica acrobática tanto como meio educacional quanto competitivo.

Avaliação e Registro

Leve para a aula cópias (preferencialmente ampliadas) da figura a seguir. Diga aos alunos que cada ginasta desempenha uma função na figura acrobática.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

- Base: é o ginasta que está sempre em contato com o solo e suporta os demais.
- Intermediário: é o ginasta que auxilia a ligação entre a base e o volante, com ou sem contato com o solo.
- Volante: é o ginasta que é projetado pelos demais para o topo da figura.



Funções: base, intermediário e volante.

Depois, solicite aos alunos que desenhem novas figuras acrobáticas e oriente-os a determinar as funções dos ginastas em cada desenho. Explique a eles que mais de um ginasta pode desempenhar a mesma função. Em um quinteto, por exemplo, a figura pode ter dois volantes e três bases.

Organize um dia para a apresentação das figuras acrobáticas desenhadas pelos alunos.

Esporte não tem gênero!

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Identificar modalidades esportivas que são determinadas institucionalmente como exclusivamente femininas ou masculinas ou que apresentam estruturas diferentes em relação aos sexos e problematizar esse paradigma. Vivenciar lutas e ginástica rítmica com os olhos vendados como sensibilização para a questão da deficiência visual.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06
Número de aulas	8
Materiais	Bolas de borracha, arcos, colchonetes, giz (ou pedaço de madeira ou outro objeto), vendas para os olhos e corda grande (ou barbante).
Sequência de atividades	Questione os alunos se conhecem esportes que sejam praticados exclusivamente por mulheres ou por homens. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção "Construção de valores".
Avaliação	Verifique a aprendizagem dos assuntos abordados a partir da realização de pesquisa.

Para começar

Inicie esse tema perguntando aos alunos se eles já viram algum movimento nos esportes cuja execução não seja recomendável para mulheres ou para homens. Sempre que possível, introduza novos questionamentos com base nas respostas deles. Em seguida, questione-os se conhecem esportes que sejam praticados exclusivamente por mulheres ou por homens. Caso os alunos não se lembrem de nenhuma modalidade, cite alguns exemplos. Mulheres: barras assimétricas, na ginástica artística, e nado artístico (antes denominado nado sincronizado). Homens: barra fixa e argolas, na ginástica artística, luta greco-romana e sumô.

Análise e Compreensão**Esportes específicos do sexo feminino e do sexo masculino**

Podemos relacionar a história da mulher no esporte com suas conquistas na participação efetiva na sociedade, como o direito ao voto, à inserção no mercado de trabalho, às atividades de lazer, entre outras.

A partir do século XX, a mulher ganhou mais espaço na sociedade, o que se refletiu também na prática esportiva. É o que se verifica, por exemplo, no atletismo, ao conquistar o direito de participar das provas da marcha atlética e da corrida com obstáculos, anteriormente destinadas apenas aos homens (MATTHIESEN, 2007)¹.

É verdade que determinados esportes recebem algum tipo de modificação para atender à demanda física do sexo feminino, como o handebol (diferença no peso e no tamanho da bola) e o voleibol (menor altura da rede).

Com base nesses dois exemplos, caberia uma reflexão sobre quanto esse tipo de regulamentação, pautada exclusivamente nos marcadores das diferenças entre os sexos, é usado como parâmetro de perpetuação das desigualdades de gênero e da invisibilidade das diferenças antropométricas² presentes em ambos. Afinal de contas não se pode assumir que existe um homem-padrão e uma mulher-padrão. Ou seja, cabe problematizar o fato de a bola maior de handebol também excluir do jogo homens que têm as mãos menores, e a altura da rede de voleibol também dificultar aqueles de menor estatura. Essa constatação nos leva a pensar que o mais sensato seria adequarmos equipamentos e materiais não ao marcador de gênero, mas ao marcador antropométrico, independentemente do gênero do praticante.

Além disso, alguns esportes estabelecem uma discriminação explícita de gênero, como é o caso do rúgbi de 15 e das lutas de sumô e greco-romana, todos direcionados oficialmente aos homens; ou então a ginástica rítmica e o nado artístico, oficialmente direcionados às mulheres³.

As justificativas parecem ser insuficientes e pouco fundamentadas para explicar essas restrições. No caso das lutas greco-romana e de sumô, entende-se que seriam inapropriadas para o corpo feminino por envolverem elevado nível de força muscular e, especificamente no sumô, o sobrepeso.

De acordo com a assessoria da Confederação Brasileira de Lutas Associadas (CBLA), duas correntes internacionais tentam explicar a ausência feminina na luta greco-romana. A primeira, mais aceita no mundo, é a tradição histórica: esse estilo de luta sempre foi disputado apenas por homens e isso nunca mudou ao longo dos anos. A segunda diz respeito a aspectos físicos. “Existe o uso excessivo do tronco no estilo greco-romano, e isso pode prejudicar e machucar os seios das mulheres”, afirma a CBLA.

Mais uma vez, trazemos questionamentos a esses pressupostos: o sobrepeso também não é prejudicial aos homens? Todos eles se enquadram no perfil de força muscular exigido nas lutas? Nenhuma mulher se enquadra nesse perfil? Outras modalidades de luta permitidas, como o boxe, também não causam traumas ao corpo feminino? Caso esses traumas sejam comprovadamente um impedimento, não seria possível o uso de equipamentos protetores ou a adequação das regras de forma a preservar a saúde das atletas? E o que dizer de outros esportes que exigem grande esforço muscular, como o heptatlo e o levantamento de peso, praticados por mulheres? Com relação à questão histórica, podemos afirmar que a tradição não é uma verdade absoluta e inquestionável, merecendo ser desafiada e contestada para que sua validade seja posta à prova.

1 MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

2 Relativo à antropometria, que é um campo da Antropologia voltado para a determinação de medidas nas diversas partes do corpo humano.

3 A maioria dessas modalidades tem adeptos do sexo discriminado, no entanto o número de praticantes ainda é pequeno no âmbito internacional.

O contrário também ocorre, ou seja, algumas modalidades, como a ginástica rítmica e o nado artístico, são específicas para as mulheres com a justificativa de que se trata de esportes nos quais os movimentos têm a característica da plasticidade e de uma estética marcada pela delicadeza e graciosidade, não sendo considerados socialmente apropriados para o sexo masculino.

Cabe ressaltar também que, na ginástica artística, alguns aparelhos são diferenciados para contemplar as características dos sexos, tendo como referência a força muscular, para os homens, e a estética, para as mulheres.

As justificativas para as diferenças continuam insuficientes para determinar os esportes específicos para homens e para mulheres, bem como para explicar as diferenças na mesma modalidade para atender a características masculinas e femininas.

É por essa razão que entendemos ser perfeitamente cabível tanto os homens praticarem modalidades com características mais estéticas quanto as mulheres participarem de esportes em que há maior exigência da força muscular.

Experimentação e Fruição

1. Movimentos da ginástica rítmica com a bola e o arco

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Identificar os aparelhos da modalidade esportiva. Vivenciar os movimentos e manipular os aparelhos.

Materiais: bolas de borracha, arcos e colchonetes

Procedimentos

Depois de entregar a cada aluno uma bola e um arco, organize-os em grupos de quatro a seis integrantes e oriente-os na realização de movimentos com a bola e, posteriormente, com o arco. Peça-lhes que façam as seguintes ações: lançar um dos objetos para cima e pegá-lo; repetir o procedimento anterior, acrescentando a realização de deslocamentos variados (giros, saltos, rolamentos) antes de pegar a bola ou o arco. Em duplas, eles devem, primeiro, lançar um dos objetos um para o outro. Em um segundo momento, oriente-os a executar um salto antes de pegá-lo e, em uma terceira etapa, um giro. Tenha atenção especial com a segurança nessa atividade orientando a distância entre os alunos para que os materiais utilizados não os atinjam.

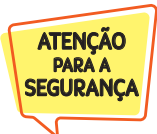
Discussão

Ao concluir essa atividade, reúna-se com os alunos para avaliar as vivências individuais e em duplas com as bolas e os arcos. Incentive a participação deles por meio de perguntas: “O que vocês acharam de executar movimentos com a bola e o arco?”, “Alguns desses objetos foi mais difícil de manipular? Por quê?”, “Para vocês, tanto a bola quanto o arco podem ser manipulados por meninos e meninas? Por quê?”.

Durante a discussão, esclareça aos alunos que a bola e o arco fazem parte da ginástica rítmica – uma modalidade esportiva – e que, nesse esporte, eles são chamados de aparelhos. Explique também que os movimentos realizados durante a atividade foram bem simples e que as atletas executam esses e outros movimentos com um grau maior de dificuldade em suas apresentações. Ressalte que os homens também poderiam

participar dessa modalidade e que a restrição à participação deles se deve a questões culturais que estão sendo questionadas por atletas e especialistas da ginástica rítmica. Para finalizar, informe-os de que há competições masculinas dessa modalidade, porém sem muita divulgação pela mídia. Acrescente que a ginástica rítmica masculina não faz parte dos Jogos Olímpicos, que é o principal evento esportivo mundial.

2. Jogos de lutas



Objetivos: Vivenciar e experimentar jogos de lutas.

Material: giz, pedaço de madeira ou outro objeto

Procedimentos

Organize os alunos em duplas. Desenhe círculos na quadra com tamanho adequado para a atuação de dois alunos dentro deles (aproximadamente 3 metros de diâmetro) e localizados a 2 metros de distância uns dos outros. Se a atividade for realizada na terra, use um pedaço de madeira (ou outro objeto) para fazer os círculos. Em seguida, proponha as seguintes atividades.

Uma vez dentro dos círculos e sem poder sair deles, cada aluno deve tentar tocar o ombro de seu oponente com as mãos e, ao mesmo tempo, defender-se dos ataques dele por meio de esquivas.

Depois dos ombros, mude os alvos: primeiro, os joelhos e, em seguida, os pés.

Em outro momento, os alunos devem estabelecer contato somente com as mãos, a fim de empurrar o oponente para fora do círculo. Posteriormente, peça-lhes que façam contato apenas com os ombros, com o mesmo objetivo. Como haverá maior contato físico no desenvolvimento das atividades, é importante conscientizar os alunos da necessidade da segurança do colega.

Discussão

Ao término dessa atividade, converse com os alunos sobre a experiência deles com as lutas. Incentive a participação de todos por meio de perguntas estratégicas, que favoreçam o debate: "O que é mais difícil: atacar ou defender? Por quê?", "Qual parte do corpo é mais fácil de atacar? E qual é mais difícil?", "Para empurrar o oponente para fora do círculo é preciso somente força ou é necessário também ter habilidade?", "Para vocês, essa luta também pode ser praticada por meninas? Por quê?".

Para finalizar a discussão, se considerar oportuno, retome a reflexão proposta em "Para começar" sobre os argumentos da CBLA para o impedimento da participação de mulheres na luta greco-romana e no sumô.

Construção de valores

Lutas e ginástica rítmica com os olhos vendados

Objetivo: Sensibilizar os alunos para a questão da deficiência visual por meio da realização de movimentos com bola e arco da ginástica rítmica e movimentos que levem ao deslocamento do oponente nas lutas.

Materiais: vendas para os olhos, bolas de borracha, arcos e corda grande ou barbante

Procedimentos

Aqui cabe uma atenção especial quanto à segurança: antes de iniciar as atividades propostas, converse com os alunos a respeito da importância de cuidar de si e dos outros durante a vivência das práticas corporais.

1. Ginástica rítmica

Organize os alunos em duplas e peça a um deles que coloque uma venda, cabendo ao outro colega orientá-lo na realização de movimentos simples com a bola e o arco semelhantes aos da atividade 1 da seção “Experimentação e Fruição”.

2. Lutas

Forme duplas e peça a todos que coloquem as vendas. Faça um círculo no chão com a corda (ou barbante) a fim de que os alunos tenham uma referência tátil do espaço de luta.

Em duplas, os alunos devem executar as últimas atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”: estabelecer contato somente com as mãos, a fim de empurrar o oponente para fora do círculo; posteriormente, peça-lhes que façam contato apenas com os ombros, com o mesmo objetivo.

Discussão

Ao término das atividades, converse com os alunos. Pergunte a eles como se sentiram ao realizá-las privados da visão e quais foram as dificuldades. Ressalte a importância de garantir o direito de todas as pessoas terem acesso ao universo do esporte.

Para saber mais

- Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). Disponível em: <<https://www.cbginastica.com.br/>>. Acesso em: 24 fev. 2021.
- Confederação Brasileira de Lutas Associadas (CBW). Brasil Wrestling. Disponível em: <<http://cbw.org.br/>>. Acesso em: 24 fev. 2021.
- Federação Portuguesa de Sumô. Disponível em: <<https://fedptsumo.weebly.com/portugal.html>>. Acesso em: 24 fev. 2021.

Em algumas modalidades esportivas há a participação de homens e mulheres na mesma equipe, como no tênis de campo, na ginástica acrobática, na ginástica aeróbica e no corfebol.⁴

Avaliação e Registro

Proponha aos alunos algumas questões para serem respondidas em casa ou na escola por meio de pesquisa realizada na internet, com a supervisão de um adulto. Peça-lhes que apresentem as respostas na próxima aula. Escreva as seguintes perguntas na lousa (ou distribua cópias delas a cada aluno).

1. Quais são os esportes praticados somente por mulheres?
Possibilidades de resposta: Nado artístico, ginástica rítmica etc.
2. Quais são os praticados apenas por homens?
Possibilidades de resposta: Rúgbi de 15, luta greco-romana, sumô etc.
3. Quais esportes tiveram as regras alteradas para serem praticados tanto por mulheres quanto por homens?
Possibilidades de resposta: Beisebol/softbol, ginástica artística etc.

⁴ O corfebol inspirou-se em regras do handebol e do basquete, combinando-as com outras próprias. O jogo é realizado em uma quadra dividida em duas metades, na qual constam dois postes de corfebol, duas cestas, uma bola e dois times com oito jogadores para cada lado (quatro homens e quatro mulheres). O jogador marca pontos quando acerta a bola na cesta do time adversário.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender os elementos comuns dos esportes de campo e taco. • Experimentar jogos de rebater com implemento. • Criar jogos de campo e taco com formação de equipes mistas.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06 <i>No 3º ano, foram vivenciados os esportes de invasão e observadas as diferenças entre jogo e esporte. Agora, no 4º ano, serão experimentados os esportes de campo e taco. No 5º ano, os de rede/parede.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Bola de tênis ou de borracha pequena, taco (ou bastão de madeira ou outro material resistente), garrafas PET, giz e arcos (ou bambolês).
Sequência de atividades	Questione os alunos sobre o que sabem dos esportes de campo e taco. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique a aprendizagem por meio da realização de pesquisa a respeito do tema e questionamentos aos alunos.

Para começar

Esportes de campo e taco são modalidades esportivas que utilizam um implemento para execução do movimento de rebater em um espaço de jogo predeterminado, cujo objetivo é lançar a bola longe dos adversários a partir da rebatida e, dessa forma, ocupar espaços no campo ou promover o maior número de corridas para que elas se convertam em pontos.

Alguns dos esportes que se enquadram nessa categoria são o beisebol (designado oficialmente como modalidade masculina) e o softbol (designado oficialmente como modalidade feminina), que são pouco comuns no Brasil, mas, no caso do beisebol, muito popular em diversos países, principalmente nos Estados Unidos, no Japão e em Cuba. Pelo fato de essas modalidades ou de outras similares não fazerem parte da cultura esportiva brasileira, geralmente os alunos apresentam dificuldade em tarefas que envolvem a habilidade motora de rebater a bola com algum implemento, como é o caso do bastão (taco).

Com base nesse pressuposto, é importante que as aulas de Educação Física proporcionem atividades que estimulem a experimentação do “rebater”. Além da aprendizagem motora, a inclusão do beisebol e do softbol em suas aulas amplia a cultura corporal do movimento por meio de esportes não convencionais na realidade brasileira.

Sugerimos que você comece a exploração desse tema levantando o conhecimento prévio dos alunos sobre beisebol, softbol e críquete. Em seguida, apresente algumas características dessa categoria de esporte: enquanto uma das equipes tem a incumbência de tentar rebater a bola o mais longe possível para percorrer espaços do campo de jogo, o objetivo da equipe adversária é recuperá-la o mais rapidamente possível para sair da defensiva e atacar.

Incentive esse debate inicial por meio de perguntas: “Em quais esportes os jogadores usam um bastão (taco) para rebater a bola?”, “Quem já praticou algum desses esportes?”, “Como é feita a contagem dos pontos no beisebol?”, “O que as equipes precisam fazer para evitar que o adversário marque pontos?”.

Leia o texto da seção “Análise e Compreensão” para obter informações importantes sobre os esportes de campo e taco.

Análise e Compreensão

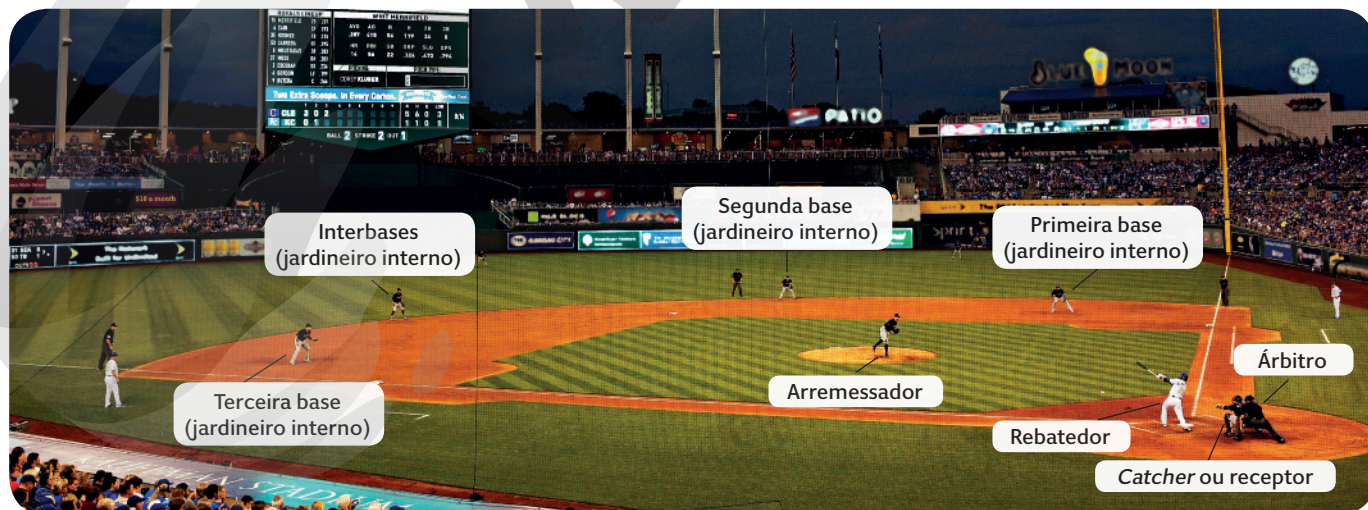
O beisebol e o softbol

As regras do beisebol são bastante complexas, mas, em sua essência, podemos dizer que duas equipes de nove jogadores se enfrentam em um campo apropriado para essa prática esportiva (fotografia 1). O objetivo de cada time é marcar mais pontos que o oponente, o que pode ser feito usando um bastão (ou taco) para rebater a bola para as regiões mais distantes do campo, o que possibilita que os jogadores corram. A equipe que se defende tenta recuperar a bola para impedir rebatidas e corridas.

O jogo tem nove tempos (chamados *innings*). Em cada *inning*, um time arremessa a bola e o outro tenta rebatê-la. Depois, invertem-se os papéis. A partida começa quando o arremessador de um time joga a bola na direção do rebatedor da equipe adversária com o objetivo de eliminá-lo. Para isso, ele tem de jogar três bolas sem que o rebatedor consiga acertá-la com o taco. A bola precisa ser lançada na mão do *catcher* (outro jogador da sua equipe, que fica posicionado atrás do rebatedor, como mostrado na fotografia 2).

O objetivo do rebatedor é acertar a bola com o taco procurando jogá-la o mais longe possível de si e, em seguida, correr o mais rápido que conseguir para se posicionar na primeira base. Caso o adversário consiga pegar a bola antes que ela caia no chão, o rebatedor sai do jogo (fotografia 3).

Ganha ponto quem conseguir chegar à “quarta base” (conhecida como *home plate*) ou se o rebatedor enviar a bola para além dos limites do campo, ganhando o direito de correr automaticamente até a quarta base. Caso nesse momento haja outros jogadores ocupando bases, eles também correm até a *home plate* e cada um marca um ponto.



1. Formato de um campo de beisebol e posição de jogadores. Kauffman Stadium, Kansas City (EUA), 2017.



2. *Catcher* ou receptor (o jogador que está abaixado atrás do rebatedor). San Diego Padres × Washington Nationals, Washington, Estados Unidos, 2019.



3. Bola sendo recuperada antes de cair no campo. Miami Marlins × Baltimore Orioles, Baltimore, Estados Unidos, 2020.

O softbol é muito semelhante ao beisebol. A bola é maior e mais leve, e o campo é menor. Além disso, o movimento de lançamento da bola deve ser realizado com a mão na altura da linha do quadril. Essas adaptações foram feitas supostamente para que a modalidade se tornasse mais apropriada para ser jogada pelas mulheres, afirmação que merece ser problematizada e discutida conforme mencionado no tema 1: “Esporte não tem gênero!”.

Diferenças entre o beisebol e o softbol

- As bolas de beisebol são brancas, têm entre 22,86 cm e 23,49 cm de circunferência e pesam de 141,74 g a 148,82 g. As bolas de softbol podem ser brancas ou amarelas neon, são menos densas que as de beisebol, têm entre 30,2 cm e 30,8 cm de circunferência e pesam de 178,0 g a 194,8 g.
- Os bastões de beisebol têm no máximo 1 m de comprimento. Os bastões de softbol não podem ser maiores que 80 cm.
- Um jogo de beisebol tem 9 períodos; um jogo de softbol, 7.
- O campo de beisebol deve ter 68,58 m de raio; a distância entre bases é de 27,43 m; base única. O campo de softbol deve ter 60,96 m de raio; a distância entre bases é de 14,2 m; as bases são duplas: uma para a jogadora de defesa, outra para a jogadora de ataque. Dessa forma, evita-se o choque entre as atletas, tão comum no beisebol.
- O arremesso no beisebol é feito por cima da mão. O arremesso no softbol é feito por baixo, chamado de “cata-vento”. O arremesso começa e termina no quadril.

Fonte: <<https://clubenipo.com.br/como-diferenciar-o-beisebol-do-softbol/>>. Acesso em: 24 fev. 2021.

Experimentação e Fruição

1. Jogo de taco (bets)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Identificar os elementos comuns de esportes de campo e taco. Vivenciar um jogo da cultura popular.

Materiais: bola de tênis ou de borracha pequena, taco (ou bastão de madeira ou outro material resistente), garrafas PET e giz

Procedimentos

Organize a turma em grupos com quatro integrantes. Dois deles serão rebatedores e os outros dois, lançadores. Distribua entre cada grupo uma bola de tênis, dois alvos (garrafas PET) e dois tacos de madeira ou de outro material resistente.

Trace no piso dois círculos de aproximadamente 50 cm de diâmetro em lados opostos da área de jogo (sugerimos que a distância entre os círculos seja de cerca de 10 metros, mas ela é flexível) e coloque o alvo (as garrafas PET) no centro de cada círculo. Por segurança, trace também uma linha a 2 metros de distância do centro de cada círculo para que os lançadores se posicionem.

A dupla rebatedora precisa rebater a bola o mais distante possível da garrafa, protegendo-a dos lançamentos da dupla de lançadores, cujos objetivos são evitar que os rebatedores marquem pontos e “conquistar o taco” (o direito de rebater).

Cada vez que a bola for rebatida para a frente, a dupla rebatedora pode trocar de lado, marcando um ponto a cada troca. Vence o jogo a dupla que marcar 12 pontos.

Os lançadores, por sua vez, precisam acertar a bola na garrafa PET para se tornarem rebatedores, o que pode ser feito em um arremesso direto ou quando os rebatedores estiverem correndo. Os lançadores também passam a ser rebatedores se a bola for rebatida para trás em duas ocasiões ou se ela for pega por eles antes de cair no chão após uma ação de rebater do jogador rebatedor.

É importante considerar que essas regras podem sofrer alterações de acordo com a região em que esse jogo é praticado ou ser modificadas conforme os interesses e necessidades de cada grupo.

Dicas de segurança

É muito importante que os rebatedores tomem cuidado tanto para não movimentar o taco com muita força para trás, colocando em risco o colega lançador, quanto com a firmeza na empunhadura, para que o taco não escape da sua mão e seja lançado sem direção, pondo em risco todos que estiverem próximos ao campo de jogo. Nesse caso, recomenda-se, sempre que possível, colocar um cordão ou algo semelhante em formato de laço na extremidade do taco, para que o rebatedor mantenha-o preso ao punho durante suas ações de jogo.

Oriente os alunos a não fazer batidas de tacos na movimentação deles para marcar os pontos, pois esse procedimento pode machucar o colega.

2. Jogo de base quatro

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Identificar os elementos comuns de esportes de campo e taco. Vivenciar jogo adaptado de beisebol/softbol.

Materiais: arcos (bambolês) ou giz, bola de tênis ou de borracha pequena e bastões (tacos)

Procedimentos

Organize a turma em duas equipes com o mesmo número de integrantes e, em seguida, realize um sorteio para iniciar o jogo, definindo as equipes que vão começar no ataque e na defesa.

A equipe de ataque fica com o taco e a de defesa, com a bola. Espalhe quatro arcos (ou desenhe os círculos com giz) na quadra, no pátio ou em outro espaço amplo, formando um quadrilátero, e coloque um arco ou desenhe um círculo aproximadamente no centro do quadrilátero para que seja a base central. Numere de 1 a 4 a sequência das bases (arcos) que precisam ser percorridas pelos atacantes.

A equipe que começa na defesa deve revezar o lançador a cada rebatida dos atacantes, sendo permitidas três tentativas de lançamento para cada rebatedor. Depois de todos os atacantes passarem pela posição de rebatedor, invertem-se as posições de ataque e de defesa entre as equipes.

Uma boa alternativa para facilitar as rebatidas é realizar o jogo em duas rodadas (que seriam os *innings* do beisebol). Determine que, em todos os lançamentos, a bola tem de quicar uma vez no chão e chegar à altura do quadril do rebatedor, o que facilita a rebatida.

Depois da rebatida, o jogador deve deixar o taco de lado e correr até a primeira base na tentativa de chegar a ela antes de ser “queimado”. Enquanto isso, a equipe defensora precisa pegar a bola com o intuito de “queimar” os oponentes. Para tanto, deve colocá-la na base central quando um ou mais atacantes estiverem fora da base. Quem for queimado continua no jogo, porém, quando chegar à base quatro, marca 0,5 ponto; no caso de duas queimas, a pontuação cai para apenas 0,25 ponto; quem for queimado três vezes não pontua para sua equipe. Sugere-se esse formato de regra para “queimar” os participantes, evitando que o aluno seja eliminado rapidamente do jogo. Cabe ao professor adotar essa sugestão ou, então, com os alunos, discutir quais as formas mais convenientes para essa situação.

Defina com os alunos outras adaptações possíveis nas regras para facilitar a vivência desse jogo.

Discussão

Procure saber com os alunos as dificuldades enfrentadas por eles em vivenciar um jogo pouco comum na nossa cultura: “Como foi participar de um jogo pouco praticado no Brasil?”, “Foi difícil ou fácil assimilar as regras? Por quê?”, “O que poderia ser feito para esse jogo ser mais conhecido em nosso país?”.

Se possível, mostre aos alunos algum vídeo curto sobre regras do beisebol e/ou do softbol, que pode ser encontrado na internet. Sugerimos o seguinte vídeo: *Para aprender beisebol*. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=R8_vY5mVOIY>. Acesso em: 24 fev. 2021.

Construção de valores

Criar jogos de campo e taco

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Criar jogos. Refletir sobre a formação de equipes mistas para participação nas atividades.

Materiais: bola de tênis ou de borracha pequena, taco (ou bastão de madeira ou outro material resistente), garrafas PET e giz

Procedimentos

Peça aos alunos que formem grupos mistos com aproximadamente seis integrantes (procurando ter neles a mesma quantidade de meninos e meninas). Em seguida, solicite a eles que criem um jogo que apresente os elementos intrínsecos à categoria de esportes de campo e taco vivenciados nas atividades do jogo de taco (*bets*) e do jogo de base quatro (rebater a bola lançada por um integrante da equipe adversária e percorrer espaços predeterminados para a realização dos pontos). Informe que, após a criação do jogo, cada grupo deve demonstrá-lo para os demais.

Terminadas as exposições, explique aos alunos que, embora haja separação de homens e mulheres no esporte profissional, como no beisebol e no softbol, essa divisão pode ser desconsiderada nas vivências realizadas nas aulas de Educação Física ou em momentos de lazer, pois os objetivos são distintos. Aproveite essa atividade para incentivar os alunos a refletir sobre determinados valores, como participação, socialização, respeito, cooperação, tolerância e coeducação.

Para saber mais

- Britannica Escola. Softbol. Disponível em: <<https://escola.britannica.com.br/artigo/softbol/482534>>. Acesso em: 24 fev. 2021.
- Cricket Brasil. Disponível em: <<https://www.cricketbrasil.org/>>. Acesso em: 24 fev. 2021.
- Educa Mais Brasil. Beisebol. Disponível em: <<https://www.educamaisbrasil.com.br/enem/educacao-fisica/beisebol>>. Acesso em: 24 fev. 2021.
- Matéria sobre o críquete do programa *Conquista*, da TV Cultura. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=4Zy2nkEccKI>>. Acesso em: 24 fev. 2021.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que realizem uma pesquisa sobre a modalidade esportiva denominada “críquete”. Oriente-os sobre as informações que eles precisam obter para a próxima aula. Distribua entre eles cópias das seguintes perguntas (ou escreva-as na lousa).

- a) Quantos jogadores compõem uma equipe de críquete? (11 jogadores.)
- b) Qual é o nome da área de arremesso e rebatida? (*Pitch*.)
- c) Como são chamados os alvos? (*Wickets*.)
- d) Qual é o objetivo do rebatedor? (Impedir que a bola toque o *wicket* e, se possível, rebatê-la para bem longe, o que lhe permitirá percorrer o comprimento do *wicket* o maior número de vezes possível.)
- e) Qual é o objetivo do arremessador? (Fazer a bola atingir o *wicket*.)

Aproveite essa pesquisa para estabelecer relações entre o críquete e o jogo de taco (*bets*). Ajude os alunos a entender que, apesar do número diferente de integrantes em cada equipe, os objetivos dos atacantes (rebatedores) e defensores (lançadores) são semelhantes.

Procure também associar o críquete com o beisebol e o softbol, ressaltando que esses esportes pertencem à categoria dos esportes de campo e taco. Para tanto, sugerimos que faça aos alunos algumas perguntas estratégicas: “É possível identificar semelhanças entre o críquete, o beisebol e o softbol? Quais?”, “O que é preciso fazer para marcar pontos nesses esportes?”, “E para evitar que a outra equipe os marque?”, “Em sua opinião, esses esportes têm a mesma lógica do boliche, do atletismo, do futebol e do handebol? Por quê?”.

Essas questões levam os alunos a resgatar as categorias de esporte abordadas nos anos anteriores. Espera-se, por exemplo, que eles identifiquem o boliche como um esporte de precisão, que relembrem que o atletismo é uma modalidade de marca (os atletas tentam obter os melhores tempos ou as maiores distâncias) e que citem o futebol e o handebol como esportes de invasão territorial. Deve ficar evidente para eles que, nas modalidades analisadas nesse tema, o foco está direcionado para a ação de rebater uma bola e de percorrer espaços do campo de jogo.

Brincadeiras e jogos populares da cultura popular do mundo

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Identificar, reconhecer e vivenciar brincadeiras e jogos populares do mundo.• Conhecer um jogo popular do Japão, recriá-lo e discutir a importância da linguagem corporal.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02, EF35EF03 e EF35EF04
Número de aulas	8
Materiais	Cordas, bambolês, bolinhas de gude, bolas de voleibol, rola-arcos, venda para os olhos e giz.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que identifiquem brincadeiras e jogos na imagem apresentada. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Acompanhe a participação dos alunos na elaboração de uma exposição dos desenhos criados com as brincadeiras e jogos de que eles mais gostam.

Para começar

Forme uma roda com os alunos e relembre-os das brincadeiras e dos jogos que eles vivenciaram nos anos anteriores ou aqueles que conhecem e brincam em seu cotidiano. Pergunte se já viram pinturas artísticas que retratem esse tema – como *Várias Brincadeiras II*, de Ivan Cruz, presente no capítulo destinado ao 3º ano. Leve para a aula uma cópia ampliada da pintura *Jogos infantis*, de Pieter Bruegel (1525-1569), e peça a eles que identifiquem nela brincadeiras e jogos. Escreva na lousa o que eles mencionarem.

Instigue os alunos a perceber que muitas dessas brincadeiras ainda são conhecidas, o que demonstra sua tradição e universalidade. Segundo estudiosos, nessa pintura são mostradas cerca de 84 brincadeiras (algumas delas foram modificadas ou nem existem mais, outras ainda existem com diferentes variações). Os jogos retratados podem representar o que atualmente chamamos de bambolê, pula-sela, cadeirinha, cinco-marias, pega-pega, siga o mestre, gangorra, cabra-cega, perna de pau, rola-arco, entre outros.

Pergunte aos alunos se eles conseguem identificar o local em que esses jogos e essas brincadeiras estão acontecendo (praça, rua, casa, jardim, rio, entre outros). Além disso, leve-os a perceber que há adultos e crianças participando das atividades, retratando, assim, diferentes práticas corporais realizadas por camponeses no século XVI e que até hoje continuam sendo realizadas em diferentes partes do mundo.



Jogos infantis, 1560.
Pieter Bruegel. Óleo
sobre tela, 118 x 161 cm.

Análise e Compreensão

As pinturas, as brincadeiras e os jogos populares do mundo

Existem diferentes pinturas que retratam brincadeiras e jogos populares, os quais foram modificados de acordo com a cultura ou com o tempo. A tela de Pieter Bruegel, de 1560, integra o acervo do Museu de História da Arte, em Viena, na Áustria. O pintor mostra brincadeiras e jogos infantis sendo praticados também por adultos.

Por meio de pinturas como essa, os alunos identificam e reconhecem brincadeiras e jogos populares da cultura brasileira e de outros povos, resgatando-os em sua memória.

O jogo no ambiente escolar é inúmeras vezes utilizado como uma ferramenta de motivação, sendo desconsiderada sua potencialidade na formação da criatividade. Essa forma de entretenimento possui características que favorecem o processo de ensino-aprendizagem, como a retenção na memória do que foi aprendido, a manutenção da aprendizagem, o aperfeiçoamento do que foi aprendido e a assimilação dos conhecimentos de nível superior (FREIRE, 2002)*.

Experimentação e Fruição

1. As pinturas e os jogos

Objetivos: Identificar, reconhecer e vivenciar brincadeiras e jogos populares do mundo.

Materiais: cordas, bambolês, bolinhas de gude, bolas de voleibol e rola-arcos

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

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Procedimentos

Leve para a aula cópias (preferencialmente ampliadas e coloridas) das telas a seguir, todas do pintor mineiro Ricardo Ferrari (1951-). Organize os alunos em três grupos, entregue as cópias a eles e peça que analisem as obras procurando identificar: a) as brincadeiras e os jogos retratados; b) os que eles já brincaram e em que locais (rua, escola, casa etc.); c) os que também foram retratados na obra de Pieter Bruegel. Depois, solicite a cada grupo que escolha um dos jogos mostrados nas telas para vivenciá-lo.



RICARDO FERRARI - COLEÇÃO PARTICULAR

Série *Memórias de infância*, 2017. Ricardo Ferrari. Óleo sobre tela, 200 x 100 cm. Brincadeiras: corda, pião, carrinho, triciclo, boneca, bola, pipa, rola-arco, espada, carrinho de mão, bolinha de gude.



RICARDO FERRARI - COLEÇÃO PARTICULAR

Série *Memórias de infância*, 2016. Ricardo Ferrari. Óleo sobre tela, 112 x 75 cm. Brincadeiras: skate, patinete, carrinho de rolimã, triciclo, boneca, bambolê, pipa, rola-arco, bolinha de gude.



Série *Memórias de infância*, 2016. Ricardo Ferrari. Óleo sobre tela, 160 x 80 cm. Brincadeiras: estilingue, corda, bicicleta, boneca, pipa, rola-arco, bolinha de gude, cavalo de pau, carrinho, futebol.

Discussão

Ao final, discuta com os alunos: Quais jogos são semelhantes? Quais são diferentes? O que muda de um local para o outro? Mostre a eles que por meio das obras de arte podemos visualizar algumas brincadeiras e jogos que são realizados tanto no Brasil quanto em diferentes partes do mundo. Podem ocorrer algumas mudanças, como o nome e as formas de jogar/brincar.

2. Cabra-cega

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

Objetivos: Conhecer a brincadeira cabra-cega e identificá-la como popular no mundo.

Material: venda para os olhos

Procedimentos

Um aluno é escolhido para ser a “cabra-cega” e deve ter os olhos vendados. Os demais giram esse aluno a fim de que ele perca a referência espacial. Depois, todos se espalham pela área da brincadeira enquanto a “cabra-cega” é solta para tentar capturar alguém e adivinhar quem é. Se acertar, o aluno capturado passa a ser a “cabra-cega”. Se errar, continua sendo o pegador.

Dica: Limite bem o espaço de jogo, retire os obstáculos para que o aluno vendado não se machuque e conscientize todos dos cuidados com os colegas.

A origem das brincadeiras infantis é sempre controversa. Acredita-se que cabra-cega tenha sido um jogo popular entre os romanos no século III a.C. com o nome *musca aena*. A brincadeira é conhecida por diferentes nomes: galinha-cega, na Espanha; vaca-cega, na Alemanha; *blindman's buff*, nos Estados Unidos. No Brasil, há as variantes cobra-cega e pata-cega. Para um trabalho com Geografia, mostre no mapa os países citados, bem como sua cultura.

Na pintura *Jogos infantis*, de Pieter Bruegel, de 1560 (reproduzida na página 122), a galinha-cega também está representada. Veja no detalhe ao lado.



Construção de valores

Daruma-san ga koronda

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Conhecer um jogo popular do Japão, recriá-lo e discutir sobre a importância da linguagem corporal.

Material: giz

Procedimentos

Reúna os alunos e desenhe uma linha na quadra de modo que todos possam ficar sobre ela. Em seguida, escolha um aluno para ser o mestre, que precisa se posicionar a alguns metros de distância dessa linha e ficar de costas para os colegas. Quando o mestre começar a dizer “Daruma-san ga koronda” (“Daruma caiu”), os alunos podem deixar a linha e caminhar na sua direção. Ao finalizar a frase, o mestre se vira e, se alguém se mexer, é “capturado”. O objetivo dos seus colegas é chegar até o mestre sem que sejam capturados. O mestre pode surpreender os jogadores dizendo a frase em ritmos diferentes a cada vez.

Após jogarem desse modo, proponha a seguinte adaptação do jogo.

Em vez de pronunciar a frase, o mestre cria uma sequência de movimentos corporais, como bater duas palmas e agachar. Essa coreografia curta é apresentada aos demais colegas e ao final dela ele se vira para tentar capturá-los.

Discussão

Continue o trabalho com Geografia, falando sobre a localização e a cultura do Japão. Pergunte aos alunos se eles gostaram de aprender um jogo japonês, bem como uma versão adaptada. Discuta com eles as dificuldades e facilidades proporcionadas pela linguagem corporal. Explique que essa versão adaptada permite a participação de pessoas com deficiência auditiva (ou mesmo surdas) na brincadeira. Leve-os a refletir sobre as pessoas que utilizam a linguagem de sinais como forma de comunicação, as dificuldades que enfrentam e a importância de sua integração na sociedade.

Para saber mais

- KISHIMOTO, T. M. *Jogos infantis: o jogo, a criança e a educação*. Petrópolis: Vozes, 2010. Esse livro apresenta o histórico dos jogos infantis e fornece informações de como abordá-los no contexto escolar.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que façam um desenho grande que mostre as brincadeiras e os jogos de que eles mais gostam. Oriente-os a assinar a obra que produziram.

Convide o professor de Arte a participar dessa avaliação e a dar dicas aos alunos de materiais que podem ser usados na elaboração dos desenhos.

Sugerimos que você organize, com a participação dos alunos, uma exposição desses trabalhos na escola.

Os espaços de brincadeiras e jogos

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar os espaços para a vivência das brincadeiras tradicionais na comunidade. • Propor, divulgar e realizar alguns jogos, adequando-os aos espaços públicos disponíveis.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02, EF35EF04 <i>Jogos de matrizes indígenas e africanas serão abordados no 5º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	5 colheres, 5 bolinhas de pingue-pongue, 5 sacos grandes de estopa, 40 balões de festa cheios, 5 cadeiras e 5 bolas.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que identifiquem os lugares em que costumam brincar. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Analise o aproveitamento dos alunos por meio das pesquisas e dos registros que realizaram durante as atividades.

Para começar

Peça aos alunos que façam um levantamento, por escrito, dos espaços em que eles costumam brincar.

Oriente-os a identificar os locais em que brincam (parques, clubes, ruas etc.), os cuidados que devem ter quando se divertem, bem como apontar os espaços em que eles não podem brincar e as razões desse impedimento. Além disso, os alunos devem identificar se essas áreas são acessíveis às pessoas com deficiência ou com mobilidade reduzida (se possuem rampas de acesso, sanitários adaptados, passarelas, vagas especiais no estacionamento etc.).

Concluída a pesquisa, identifique com os alunos os espaços que eles utilizam para brincar.

Espaços públicos: áreas de lazer, parques, vias públicas, “ruas de lazer” etc.

Espaços privados: clubes, escolas, *shoppings*, colônias de férias, acampamentos etc.

Feito o levantamento, converse com eles sobre os motivos que levam as crianças a brincar cada vez menos nas ruas, como o aumento da violência, o grande fluxo de veículos nas vias públicas e a consequente diminuição da segurança, entre outros fatores decorrentes das transformações econômicas e sociais. Proponha uma reflexão sobre as ruas (em qualquer localidade) e seus possíveis perigos: passagem de veículos, buracos, bocas de lobo, fiação elétrica, esgoto a céu aberto, rios próximos, valas, lixo acumulado nas calçadas (latas enferrujadas, cacos de vidro) etc. Também converse com os alunos sobre atitudes para diminuir esses problemas socioambientais.

Por fim, converse com eles sobre a acessibilidade de pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida aos locais pesquisados, abordando a importância da adaptação desses espaços a fim de promover os direitos individuais e sociais dessas pessoas. Se houver alunos com deficiência na turma, peça a eles que exponham as dificuldades de acesso a esses locais.

Análise e Compreensão

Os espaços atuais de lazer

Para muitas crianças, a rua foi o primeiro espaço de inserção na vida social, por meio da realização de jogos e brincadeiras. Esse local, antes muito usado também para o lazer,

tem sido cada vez menos ocupado por crianças, principalmente nas regiões centrais das grandes cidades. Isso se deve às limitações impostas pela qualidade de vida nas cidades e pela fascinação provocada pelos jogos e brinquedos digitais.

Os jogos, antes praticados em ruas, atualmente são mais aprendidos na escola do que fora dela, um dos motivos que reforçam a presença desse conteúdo nas aulas de Educação Física.

Com o intuito de evitar o desaparecimento do espaço perdido nas ruas, algumas prefeituras criaram áreas de lazer com *playgrounds* e praças de esportes nos quais as crianças podem se divertir enquanto seus pais utilizam o mesmo espaço para caminhar, correr ou andar de bicicleta. Há também movimentos, como o de “ruas de lazer”, que promovem o fechamento de vias públicas nos finais de semana ou feriados e realizam nelas atividades de recreação.

No setor privado, os condomínios costumam oferecer espaços de lazer para toda a família, bem como os clubes, as casas de brinquedos e brincadeiras etc.

É importante ressaltar que em cidades menores e em áreas rurais ainda é possível ver crianças brincando livremente nas ruas por se tratar de um contexto diferente do encontrado nas grandes cidades.

Experimentação e Fruição

1. Os espaços e os jogos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Propor e divulgar os jogos que podem ser realizados nos espaços de lazer.

Procedimentos

Desenhe com os alunos um mapa da cidade (ou do bairro) em que a escola está localizada. Indique nele os lugares públicos e privados de lazer identificados na pesquisa feita em “Para começar”, bem como as brincadeiras e os jogos realizados nesses espaços.

Nesse mapa, também devem constar os locais com acessibilidade e as áreas nas quais os alunos ainda não participaram de brincadeiras e jogos e que eles consideram propícias a essas práticas.

Divulgue o mapa na escola, para que a comunidade reconheça as brincadeiras e os jogos mais comuns em sua região, bem como os espaços em que eles podem ser realizados.

Em conjunto com a coordenação e a direção da escola, providencie a escolha de um dos locais citados pelos alunos como ainda não explorados por eles para a prática de brincadeiras e jogos. Marque dia e hora para uma visita a esse local com a presença dos pais.

Dê preferência a brincadeiras e jogos que não exijam grande esforço físico dos participantes e que preze a segurança de todos.

Na atividade 2, há sugestões de brincadeiras e jogos que podem ser realizados no espaço escolhido.

2. Gincana

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Realizar uma gincana com diferentes jogos e brincadeiras em um espaço de lazer.

Materiais: 5 colheres, 5 bolinhas de pingue-pongue, 5 sacos grandes de estopa, 40 balões de festa cheios (bexigas), 5 cadeiras e 5 bolas

Procedimentos

Após ter escolhido um espaço de lazer público ou privado, organize uma gincana. Forme equipes que tenham a mesma quantidade de alunos. Identifique cada uma com uma

cor: amarela, azul, verde, vermelha, laranja. Você pode utilizar tinta para pintar o rosto, braceletes, coletes ou outros adereços com a cor de cada equipe para os alunos se caracterizarem. Peça às equipes que escolham os participantes das atividades e os torcedores, para que todos estejam envolvidos durante a gincana.

Se julgar necessário, escolha também um representante de cada equipe para acompanhar a pontuação e auxiliá-lo na execução das atividades. Para que as equipes não fiquem desmotivadas, todas devem pontuar em todas as atividades. Por exemplo: 1º lugar – 30 pontos; 2º lugar – 20 pontos; 3º lugar – 10 pontos; 4º lugar – 5 pontos, 5º lugar – 2 pontos.

Observação: Organize previamente as atividades. Caso o número de alunos seja grande, você pode aumentar a quantidade de equipes ou pode haver mais de um participante em cada atividade. A gincana pode ser adaptada para que mais de uma classe participe se houver na escola mais de uma sala de 4º ano.

Seguem as atividades da gincana:

- a) **Corrida da colher** – segurar na mão uma colher com uma bolinha de pingue-pongue e levá-la por uma distância determinada sem derrubar a bolinha. Caso a bolinha caia, o participante deve começar novamente o percurso.
- b) **Corrida do saco** – em duplas, os alunos devem colocar suas pernas dentro de um saco de estopa, segurá-lo e correr ou saltitar até o final do trajeto determinado, que poderá ser o mesmo da atividade anterior.
- c) **Corrida dos balões** – cada equipe deve escolher cinco alunos para esta atividade. Ao sinal, um aluno pega um balão, corre até o fim do percurso, coloca o balão no assento da cadeira e senta para estourá-lo. Feito isso, o próximo aluno da equipe realiza a mesma tarefa, e assim sucessivamente, até o último aluno.
- d) **Encontrando o sapato** – todos os integrantes das equipes devem participar. Os alunos tiram os calçados e os colocam no final do percurso determinado. Você pode misturar os sapatos dos alunos para dificultar a tarefa. Com todos dispostos no início, ao seu sinal, eles devem correr, procurar os sapatos e calçá-los. À medida que forem realizando essa tarefa, eles devem se juntar aos integrantes de sua equipe e sentar no chão.

Em todas as atividades vence a equipe que realizar primeiro a tarefa, recebendo a pontuação que foi estabelecida. Some os pontos de cada equipe e divulgue-os. Se julgar pertinente, providencie um prêmio de acordo com a posição das equipes na competição, cuidando para que todos sejam premiados.

Discussão

Converse com os alunos sobre a importância de existirem espaços fora do ambiente escolar para a realização de jogos e brincadeiras e avaliem se o local escolhido foi adequado.

Para saber mais

- MARCELLINO, N. C.; BARBOSA, F. S.; MARIANO, S. H.; Silva, A.; FERNANDES, E. A. O. *Espaços e equipamentos de lazer em região metropolitana: o caso da RMC*. Curitiba: Opus, 2007.
O livro discute as políticas públicas de lazer relacionadas aos espaços urbanos e equipamentos.

Avaliação e Registro

Todas as pesquisas e os registros que os alunos realizaram durante as atividades devem ser recolhidos para sua avaliação das tarefas.

4^o
ANO

Lutas

TEMA
1

A base (guarda) do lutador: equilíbrio e desequilíbrio

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Reconhecer a importância de uma boa base de equilíbrio do lutador.• Experimentar movimentos diversificados de equilíbrio e desequilíbrio similares aos executados nas lutas, com segurança.• Experimentar e reconhecer a possibilidade de prática de luta por pessoas com características físicas distintas, ampliando o respeito às diferenças.• Perceber a possibilidade de prática de luta por pessoas com deficiência.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15
Número de aulas	8
Materiais	Giz e vendas para os olhos.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que relembrem as lutas abordadas no ano anterior. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os conhecimentos apontados depois do vídeo exibido aos alunos foram satisfatórios e apresente suas considerações à turma.

Para começar

Sugerimos a realização de uma chamada temática para lembrar os alunos das lutas abordadas no 3º ano. Oriente-os a dizer algum termo relacionado a essa prática corporal em vez de “presente”. Esclareça que esses termos não podem ser repetidos no decorrer da chamada.

Quando julgar necessário, peça aos alunos que expliquem o significado de determinada citação e sua relação com as lutas.

É provável que eles se recordem de situações relacionadas com os principais conhecimentos adquiridos, como as diferenças entre lutas e brigas, os movimentos de esquiva e de imobilização, os equipamentos de segurança usados pelos atletas, as saudações, entre outras possibilidades. No entanto, caso não seja feita menção a algum termo importante para a revisão dos conteúdos, apresente-o ao fim da chamada e questione os alunos sobre seu significado.

Durante a chamada, esteja atento às citações dos alunos que favoreçam a introdução de dois elementos fundamentais das lutas que vão ser tratados neste tema: equilíbrio e desequilíbrio.

Finalize essa primeira conversa ressaltando que, a partir desta aula, eles vivenciarão essas duas situações muito comuns nas lutas.

Análise e Compreensão

A base do lutador – equilibrar e desequilibrar

É importante o lutador executar uma boa base para a aplicação e defesa de golpes. Essa base é chamada “guarda” e consiste em distribuir o peso do corpo equilibradamente pelas pernas e pelos pés, abaixando o centro de gravidade. A guarda possui características semelhantes nas diversas lutas, como o afastamento anteroposterior dos pés, com os braços e as mãos protegendo o corpo.

Na definição de luta apresentada na BNCC, vimos que o desequilíbrio e o equilíbrio estão entre os principais elementos que a caracterizam, quando se afirma que “[...] os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar” (BRASIL, 2018)*.

Esses movimentos podem ser explorados pelos alunos por meio de jogos, seja nos que envolvem ações em direção ao adversário, sem mediação de objeto ou de território, seja em modalidades que requerem ações desequilibradoras e conquista de território, nas quais os atletas precisam puxar, carregar, empurrar, fazer virar, esquivar-se, desviar e resistir.

Para a realização de atividades de equilíbrio e desequilíbrio nas lutas, o contato físico mais intenso é inevitável, por isso a necessidade de relembrar constantemente os alunos sobre os princípios dessa prática corporal, enfatizando o respeito ao adversário e o cuidado com sua integridade física.

Experimentação e Fruição

Organize os alunos em duplas para a realização de oito das dez atividades propostas a seguir. Oriente-os a cumprimentar o adversário antes de cada luta, lembrando-os da importância e do significado dessa saudação.

No início e no decorrer de cada atividade, resalte os procedimentos de segurança que todos devem seguir para que não se machuquem.

De modo geral, cada disputa não deverá durar mais de trinta segundos para que, entre outros motivos, a fadiga não prejudique a participação nas disputas e não traga riscos de lesões aos alunos.

Procure alternar os oponentes a cada três ou quatro confrontos para que possam vivenciar situações de lutas com pessoas de diferentes características e gênero. Após as disputas, pergunte aos alunos se as características do oponente interferiu na forma de lutar.

Nas vivências dos diversos jogos, incentive os alunos a perceber que, para obter sucesso nessas disputas, além da própria força, eles também podem utilizar a força do adversário a seu favor, como no caso das esquivas (o oponente se cansa ao fazer força e, ao não ser bem-sucedido em seu esforço, fica mais fragilizado e fácil de ser atacado).

* BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018.

1. Luta do Saci

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Realizar movimentos que exigem maior grau de dificuldade para a manutenção do equilíbrio.

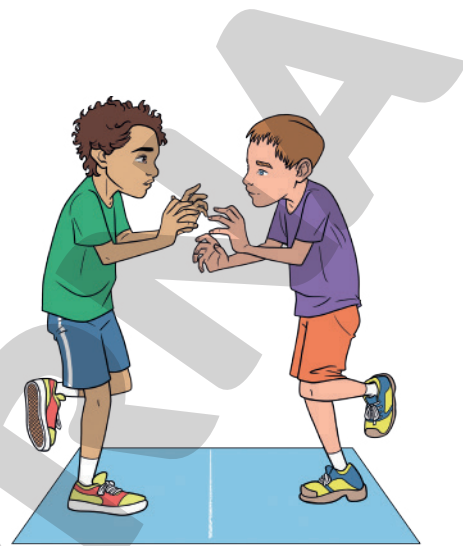
Procedimentos

Oriente os alunos de cada dupla a ficar um de frente para o outro mantendo uma das pernas flexionadas e equilibrando-se apenas sobre o pé de apoio dominante.

Ao seu sinal, eles devem tentar desequilibrar um ao outro por meio de empurrões ou puxões com as mãos ou os braços, apenas dos ombros para baixo. Vence quem conseguir fazer o colega encostar o pé flexionado no chão (ou outra parte do corpo).

Explique aos alunos que eles têm de alternar o pé de apoio a cada reinício da disputa.

Mude as duplas durante esta atividade, de modo que enfrentem adversários com outras estratégias de luta.



2. Luta do equilíbrio

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar movimentos de equilíbrio e desequilíbrio em situação de disputa corporal. Perceber as possibilidades e dificuldades inerentes a essas ações.

Procedimentos

Posicione novamente os alunos de cada dupla um de frente para o outro. Desta vez, ambos devem tocar a parte externa do pé direito do oponente, afastar a perna esquerda para trás e manter a planta dos pés no chão.

Explique a eles que essa posição de afastamento de uma das pernas é um elemento característico de muitas lutas, favorecendo a manutenção do equilíbrio durante a disputa.

Depois, peça a cada aluno que use a mão direita para segurar o colega no antebraço, próximo ao punho.

Ao seu sinal, eles devem tentar desequilibrar o oponente, levando-o a tirar do chão qualquer um dos pés (não necessariamente os dois). Nessa disputa, eles devem buscar esse desequilíbrio por meio de puxões e empurrões realizados apenas com a mão direita.

Vence a disputa quem conseguir tirar do lugar um dos pés do oponente.

Quando um dos alunos atingir o objetivo, oriente as duplas a reiniciar a disputa alternando a perna que fica à frente (direita ou esquerda) e a mão que segura o oponente (direita ou esquerda).

Assim como na atividade anterior, promova mudanças nas duplas.



ILUSTRAÇÕES: DIOGO SAUT

Dicas: Durante as diversas atividades de jogos de desequilibrar, enfatize a importância do posicionamento dos membros inferiores (que devem ser mantidos afastados) e do abaixamento do centro de gravidade para a manutenção do equilíbrio.

3. Lutar ajoelhado

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar diferentes formas de equilíbrio e desequilíbrio em situações de disputa corporal que enfatizem os movimentos do tronco e dos membros superiores.

Procedimentos

Disponha os alunos de cada dupla ajoelhados, um de frente para o outro. Explique que o objetivo dessa luta é desequilibrar o adversário. Vence a disputa o aluno que levar o colega a encostar outra parte do corpo no chão.



4. Lutar agachado

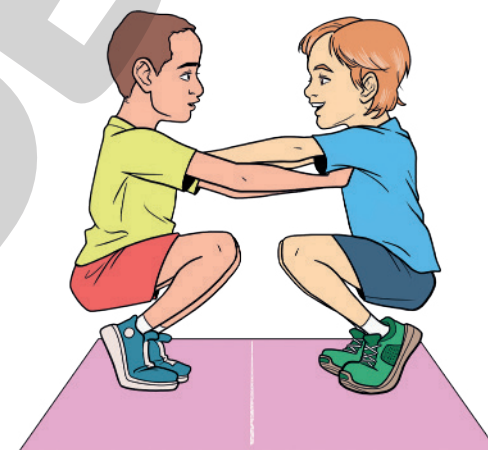
ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar diferentes formas de equilíbrio e de desequilíbrio em disputas corporais que evidenciem movimentos do tronco e dos membros superiores. Perceber as sensações provocadas pelo risco de “queda” nessas disputas.

Procedimentos

Peça aos alunos de cada dupla que fiquem de frente um para o outro, agachados (de cócoras), encostando as palmas das mãos em seu oponente, sem agarrá-lo.

Ao seu sinal, eles têm de empurrar o adversário, apenas dos ombros para baixo, com o intuito de desequilibrá-lo e levá-lo a tocar o chão ao menos com uma das mãos. O lutador que se levantar também perde a disputa.



5. Empurra-empurra

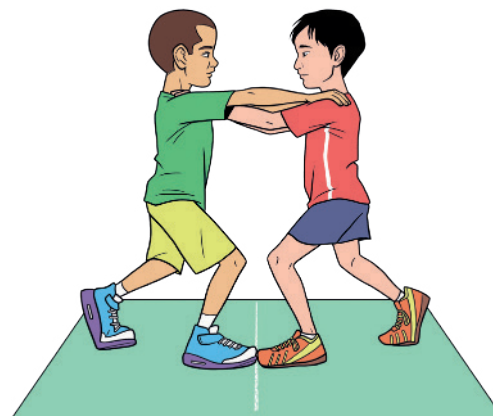
ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Participar de ações de equilíbrio e desequilíbrio similares às ocorridas nas lutas. Perceber as possibilidades e as dificuldades desse tipo de disputa.

Material: giz

Procedimentos

Trace uma linha no piso com o giz. Disponha os alunos em duplas, um de cada lado da linha e de frente um para o outro.



Oriente-os a colocar a perna de apoio dominante à frente, encostando a ponta do pé na linha, e a colocar as mãos nos ombros do colega, sem apertar forte.

Ao seu sinal, eles precisam empurrar o oponente na tentativa de invadir o campo adversário. Ganha a disputa quem alcançar esse objetivo.

A linha também pode ser desenhada atrás de cada lutador, cabendo ao oponente empurrá-lo, de modo que ele a ultrapasse.

Assim como nas outras atividades, alterne as duplas.

6. Empurrar com as costas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

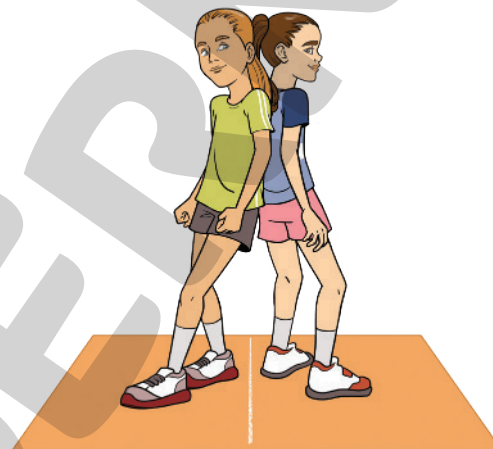
Objetivo: Experimentar disputa corporal com ênfase nos movimentos de equilíbrio e desequilíbrio, sem utilizar as mãos.

Material: giz

Procedimentos

Trace uma linha no piso com o giz. Posicione os alunos em duplas, um de cada lado da linha, com as costas apoiadas um no outro. Ganha a disputa o aluno que conseguir invadir o espaço do oponente, empurrando-o com as costas.

Dica: Alerta os alunos para manter os braços próximo ao tronco e abaixados, evitando riscos de cotoveladas. Oriente-os também a não se deslocar lateralmente, evitando a perda do contato com o oponente e possível queda.



7. Puxa-puxa

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar ações de equilíbrio e desequilíbrio em disputas corporais mediante o emprego de movimentos de tração.

Material: giz

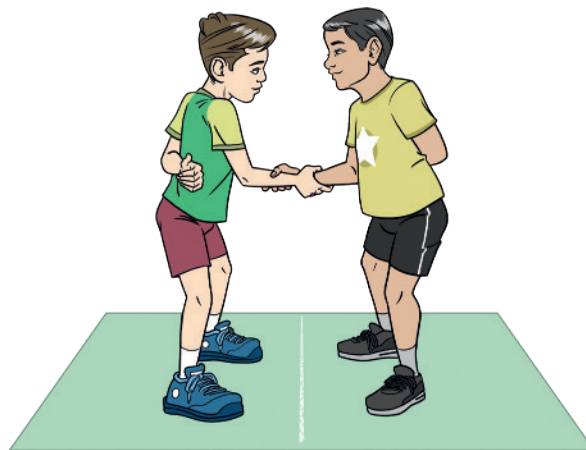
Procedimentos

Trace uma linha no espaço de jogo com o giz. Oriente cada aluno da dupla a usar uma das mãos para segurar o antebraço ou o punho do colega. O outro braço deve ficar nas costas, posição em que deve permanecer durante a atividade.

Ao seu sinal, os alunos tentam puxar o parceiro para si com o intuito de fazê-lo atravessar a linha demarcatória e, assim, vencer a luta.

Para garantir a segurança, determine, como regra, ser proibido tirar a mão do braço do adversário, o que pode ocasionar quedas perigosas.

Alterne as duplas a cada minuto.



ILUSTRAÇÕES: DIOGO SAUT

8. Puxa-puxa triplo

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

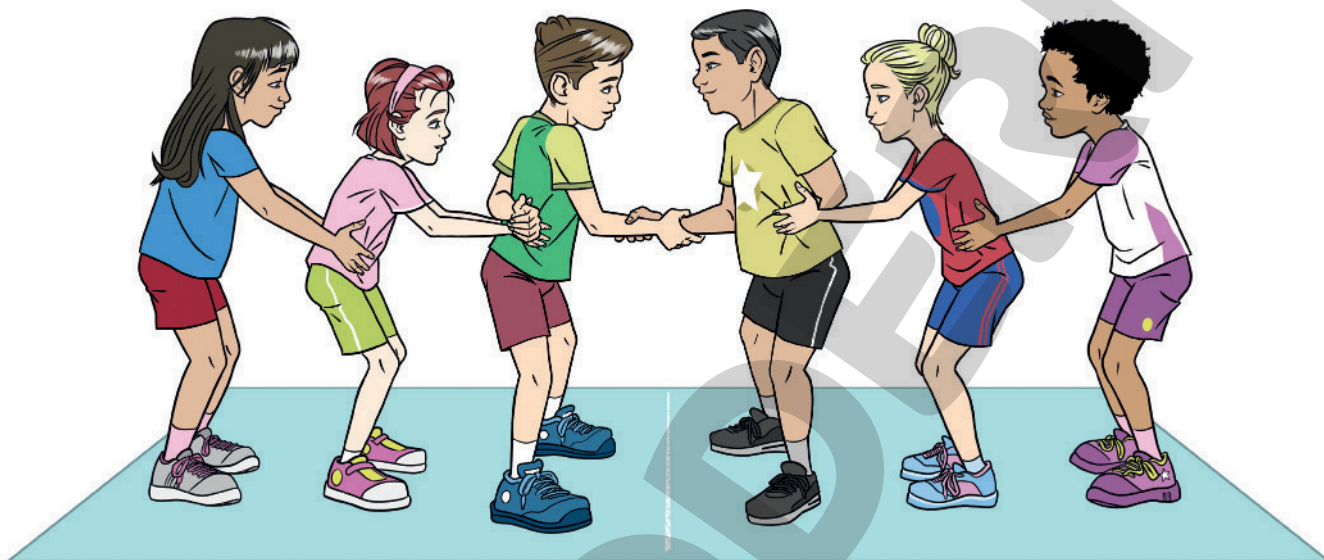
Objetivo: Participar de disputas corporais mediante o emprego de movimentos de tração e de estratégias coletivas.

Material: giz

Procedimentos

Esta atividade é uma variação da anterior, com a disputa realizada entre dois trios, posicionados um de frente para o outro, em “fila”.

Em cada trio, o terceiro da “fila” segura na cintura do segundo, que segura na cintura do primeiro. O primeiro da “fila” de cada trio deve segurar o antebraço ou o punho do oponente e ficar com um dos braços para trás.



Ganha a disputa o trio que conseguir fazer com que o oponente atravesse a linha.

9. Dono da arena

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

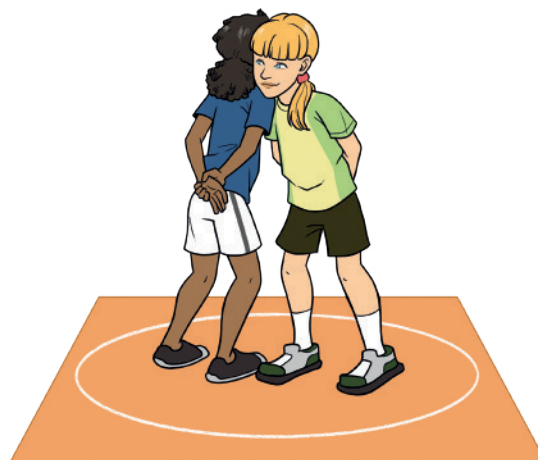
Objetivo: Vivenciar uma disputa corporal sem a utilização das mãos.

Material: giz

Procedimentos

Com a ajuda da turma, desenhe círculos (arenas) no piso, cada um com 2 metros de diâmetro. Oriente os alunos de cada dupla a entrar no círculo, ficar de frente um para o outro, encostar o ombro no do colega (clavícula direita com clavícula direita) e a posicionar a cabeça ao lado da do companheiro de luta. Explique a eles que seus braços precisam ficar atrás do corpo, segurando os punhos, e que não podem ser usados nesta atividade.

Ao seu sinal, um empurra o outro, visando tirar o adversário do círculo. Vence quem o fizer, tornando-se o “dono da arena”.



ILUSTRAÇÕES: DIOGO SAUT

10. Fortaleza

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar disputas corporais. Decidir a melhor ação a ser realizada e o emprego de estratégias coletivas.

Procedimentos

Organize os alunos em duas equipes. Oriente uma delas a ficar de mãos dadas, formando um círculo (a fortaleza). A outra equipe deve ficar dispersa fora do círculo.

Ao seu sinal, os integrantes da equipe que estiver fora do círculo devem tentar entrar nele (na fortaleza). O objetivo da equipe que forma o círculo é impedir a entrada da equipe adversária por meio de diversas estratégias. Ressalte que os defensores da fortaleza não podem soltar as mãos uns dos outros, dar chutes ou promover ações que possam machucar os colegas.

O jogo termina quando uma equipe invadir a fortaleza ou ao seu comando. Ganha o jogo a equipe mais bem-sucedida em suas estratégias.

Logo depois, inverta os papéis.

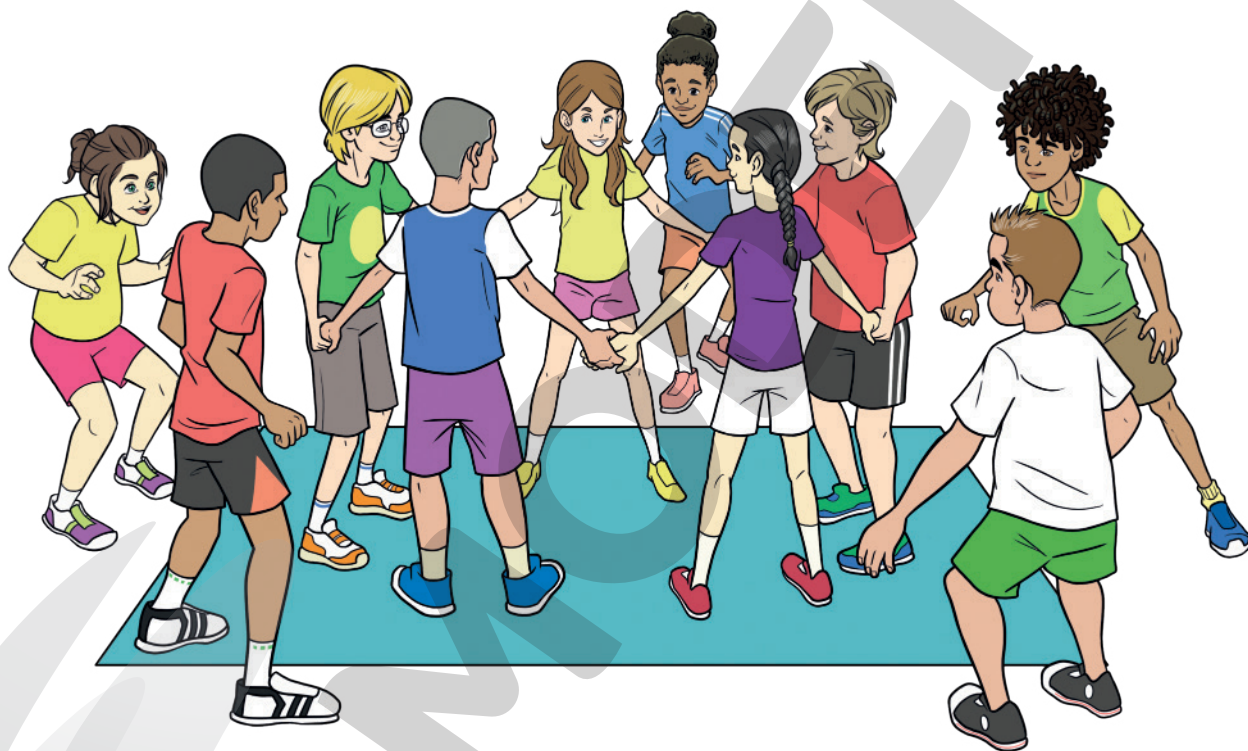


ILUSTRAÇÃO: DIOGO SAUT

Sugestões para variação do jogo

1. Realize a disputa com todos os alunos apoiados em um dos pés. Caso algum aluno se desequilibre e apoie os dois pés, deverá retomar imediatamente a posição de apoio em um só pé para prosseguir no combate. Enquanto isso não ocorrer, ele não poderá realizar ações de ataque ou defesa.
2. Inicie a disputa com uma das equipes dentro da fortaleza, como se estivesse presa nela, e estabeleça que o objetivo desta vez será a fuga. O jogo termina quando todos os integrantes da equipe conseguirem sair da fortaleza ou no tempo determinado por você. Depois, inverta os papéis.

Dica: A cada disputa, procure alternar a posição dos jogadores no círculo para que percebam possíveis diferenças na disputa. Procure alternar também os grupos de alunos.

Construção de valores

1. Interagindo com as diferenças

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e reconhecer a possibilidade de prática de luta por pessoas com características físicas distintas, ampliando o respeito às diferenças.

Procedimentos

Ao executar as atividades propostas para este tema 1, procure realizar disputas entre oponentes com características físicas semelhantes e também entre os que têm características diferentes; por exemplo, crianças altas e baixas, mais e menos encorpadas etc.

2. Simular uma deficiência

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Perceber a possibilidade de prática de luta por pessoas com deficiência.

Material: vendas para os olhos

Procedimentos

Escolha algumas das atividades propostas anteriormente (as que considerar mais adequadas) e peça aos alunos que as realizem com os olhos vendados. Deve haver um árbitro para conduzir as lutas. Alterne os alunos nessa função.

Discussão

Destaque para os alunos que, havendo respeito, todos têm condições de participar de uma luta. Peça-lhes que comentem se os olhos vendados os impediram de participar das disputas e de sentir prazer na atividade.

Enfatize nessa conversa que as lutas também são acessíveis às pessoas com deficiência, muitas vezes requerendo pequenas adaptações, como no caso da atividade de olhos vendados, possibilitada pela presença de um árbitro.

Portanto, diferentemente do que muitos dizem, a luta não é uma prática adequada apenas a pessoas sem deficiência, mas a todos os que queiram praticá-la.

Para saber mais

- FERREIRA, H. S. As lutas na Educação Física. *Revista de Educação Física*. Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará, 2006.
O autor faz uma análise da abordagem das lutas como conteúdos da Educação Física escolar.
- OLIVIER, J. C. *Das brigas aos jogos com regras*. Porto Alegre: Artmed, 2000.
Nesse livro são apresentadas outras possibilidades de jogos de luta.

Avaliação e Registro

Exiba aos alunos um breve vídeo com situações de lutas, como as competições das Olimpíadas. Peça a eles que identifiquem as situações de equilíbrio e desequilíbrio e que registrem as respostas em uma folha à parte. Recolha as folhas, verifique se os conhecimentos apontados foram satisfatórios e apresente suas considerações à turma.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Vivenciar e reconhecer as principais características do laamb. • Identificar e experimentar uma luta de matriz africana. • Valorizar as práticas corporais africanas, em especial as lutas, como produção histórico-cultural. • Refletir sobre a questão dos refugiados e perda de território natal. • Elaborar alternativas para estabelecer uma ética solidária para a tradição do laamb.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15 <i>Lutas de matriz indígena foram abordadas no 3º ano.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Giz e tatames (ou colchões de ginástica).
Sequência de atividades	Solicite aos alunos que, em duplas, reproduzam, como uma estátua viva, a posição dos lutadores de laamb apresentada na imagem e evoluam para os movimentos que acreditem vir na sequência. Pergunte o que mais lhes chama a atenção na imagem. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Analise as respostas dos alunos ao questionário aplicado, promovendo, com eles, reflexões sobre a experiência vivenciada nas aulas e as diferenças culturais das lutas.

Para começar

Reúna os alunos em uma grande roda e apresente uma imagem da luta senegalesa laamb. Observe a imagem a seguir.



Lutadores senegaleses e burquinenses de laamb se enfrentando, Abidjã, Costa do Marfim, 2017.

Solicite aos alunos que, em duplas, tentem reproduzir a posição dos corpos apresentados na imagem, como uma estátua viva. Depois, peça que se mexam lentamente e evoluam para movimentos que eles acreditem ser o prosseguimento da luta. Assim, nesse exercício, o ponto de partida será a imagem estática de um momento da luta senegalesa *laamb*, que evoluirá, com a criatividade dos alunos, para outro momento de combate (golpes empregados, como se posicionaria cada um dos corpos etc.). Se possível, disponha alguns tatames, colchões ou colchonetes pelo chão para que os alunos tenham mais liberdade de criação e conforto na exploração dos movimentos. Caso você tenha uma câmera digital ou um *smartphone*, registre o trabalho dos alunos por meio de fotos. Recomendamos cuidado no uso das imagens para evitar possível exposição dos alunos.

Posteriormente, organize os alunos em grupos de cinco integrantes. Peça a eles que observem novamente a foto inicial e destaquem os elementos que lhes chamam a atenção. Eles podem estar relacionados às vestimentas, aos adereços, ao espaço em que a luta acontece, entre outros.

Ao final, converse com os grupos sobre como se deu o processo de criação dos movimentos e a interação com os colegas. Peça que destaquem como aconteceram os movimentos e sua relação com a foto inicial. Traga para a conversa alguns elementos do *laamb*, associando-os aos movimentos criados e ao texto da análise e compreensão a seguir.

Análise e Compreensão

Laamb: uma luta senegalesa

Leia para os alunos esse breve relato sobre a origem do *laamb*.

Fily Paco, morador do vilarejo Djilacoune, em Casamance, região onde nasceu a tradição, explica que a luta começou na época de seus ancestrais que iam caçar nos arredores dos vilarejos vizinhos para mostrar força e desafiar o “inimigo” para uma batalha corporal. O vencedor, além da honra da vitória, levava as terras e as plantações do oponente, que era obrigado a debandar para outros lados. Atualmente, a disputa de terra já não acontece. No entanto, o vencedor ainda leva para casa bons sacos de cereais das plantações do vilarejo perdedor, uma etiqueta hoje mais ligada ao compartilhamento do que à disputa.

Flora Pereira da Silva. “Luta senegalesa: febre nacional”. *Afreaka*. Disponível em: <<http://www.afreaka.com.br/luta-senegalesa-febre-nacional/>>. Acesso em: 26 fev. 2021.

Apesar de o *laamb* ser uma luta, os eventos envolvendo essa prática estão imbuídos de uma série de crenças e espiritualidade.

Antes, durante e após os combates ocorrem determinados rituais para afastar o azar do combatente ou para tirar a sorte do adversário, tais como: os participantes amarram em várias partes do corpo amuletos e talismãs, denominados “gris-gris”, que servem para proteção e trazem sorte ao lutador; os lutadores tomam um banho preparado com ervas, plantas e ingredientes místicos, antes de ser iniciado o combate, para proteção contra maus espíritos; além disso, cada participante realiza um ritual próprio, como esfregar o pé em uma pedra, fazer círculos no chão ou jogar areia no corpo, entre outras possibilidades, tudo com o propósito de contar com a sorte e estar protegido.

O misticismo tem grande valor durante os eventos envolvendo o laamb. Há a crença de que a vitória não está relacionada exclusivamente ao fato de o lutador ser mais forte e/ou estar mais bem preparado para o combate, mas essencialmente pelo fato de o vencedor deter as maiores proteções em seus respectivos “gris-gris” e ter realizado as melhores magias durante a preparação que antecede a disputa.

O laamb pode ser realizado de duas formas: na versão mais recente é permitido que o lutador utilize socos para atacar seu oponente, mas na versão original não é possível bater no adversário, que deve ser derrubado, fazendo com que ele toque a cabeça, o quadril ou as costas no chão, caracterizando assim a finalização da disputa. Características semelhantes às da luta laamb, em sua origem, podem ser observadas na luta greco-romana, que integra os Jogos Olímpicos de Verão, ou no huka-huka, luta tradicional brasileira dos povos indígenas do Parque do Xingu.

O laamb é tradicional do Senegal, país da costa oeste do continente africano, cuja capital é Dakar. O país possui uma população formada por grande diversidade de grupos étnicos. A língua oficial é o francês, mas a maior parte dos habitantes se comunica no idioma de seu grupo.

Experimentação e Fruição

1. As mãos no laamb

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar os movimentos das mãos e agarre de membros superiores no laamb.

Procedimentos

Delimite um espaço retangular reduzido para a prática do laamb e organize os alunos em duplas. Converse previamente sobre respeito entre os integrantes da dupla durante a disputa, em que não serão permitidos movimentos e contatos excessivos que possam machucar o colega.

Como uma das formas dessa luta permite que o ataque seja feito com as mãos, peça aos alunos que fiquem um de frente para o outro e tentem agarrar os dois braços do colega. Para escapar a esse ataque, eles devem movimentar os braços para cima e para baixo rapidamente.

Cada agarre vale um ponto, e o exercício termina quando um deles conquista cinco pontos, sendo o vencedor.

Deixe as duplas lutando por um tempo curto, depois troque os oponentes.

2. Agarre no laamb

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar os movimentos de agarre de membros inferiores no laamb.

Procedimentos

Delimite um espaço retangular reduzido e organize os alunos em duplas. O objetivo da disputa é agarrar a parte de trás dos membros inferiores do colega (coxas e joelhos), uma das táticas de ataque no laamb. O primeiro da dupla que agarrar ganha um ponto, e a cada três pontos trocam-se as duplas.

3. Combate laamb

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar movimentos de luta característicos do laamb, com ênfase no combate.

Materiais: tatames ou colchões de ginástica e fita-crepe

Procedimentos

Organize o espaço da atividade de modo que o chão fique coberto por colchões de ginástica ou tatames e divida os alunos em duplas.

Marque com fita-crepe duas linhas paralelas no chão com um metro de distância entre elas. Peça aos alunos das duplas que se posicionem um de frente para o outro.

Ao seu sinal, os alunos deverão ir de encontro um ao outro, podendo agarrar-se, com o objetivo de derrubar o adversário no chão. Vale lembrar aos alunos que não serão permitidos movimentos que possam machucar o adversário, como socos, chutes e pontapés.

Será vencedor o aluno que fizer o adversário encostar os joelhos, o quadril ou as costas no chão.

Discussão

Peça aos alunos que indiquem os aspectos mais marcantes na luta. Converse sobre quais movimentos utilizam que favorecem a vitória ou os fazem perder o combate.

Dica

Para melhor compreensão dos movimentos no laamb, assista ao vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=TPULVY2qp4Y>>. Acesso em: 26 fev. 2021.

O espaço oficial do combate acontece na areia. Caso haja essa disponibilidade em sua escola, você pode realizar as atividades com os alunos nesse local. Vale lembrar que é importante enviar um bilhete aos responsáveis pelos alunos com antecedência, informando que haverá atividade nesse tipo de solo.

Por ser uma luta acompanhada de tambores, cantos e danças, você pode pedir aos alunos que acompanhem as batalhas batendo palmas, caso não haja instrumentos disponíveis.

Construção de valores

Laamb solidário

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Elaborar alternativas para estabelecer uma ética solidária para a tradição do laamb.

Materiais: giz, tatames ou colchões de ginástica

Procedimentos

Organize a turma em dois grandes grupos e repita a dinâmica da atividade “Combate laamb”, mas desta vez divida o espaço de lutas em duas grandes áreas que delimitem os territórios de cada grupo, separados por uma área central que represente a “área de combates”, conforme a figura a seguir. Dependendo do espaço disponível para a realização dessa atividade, programe certa quantidade de lutas que possam acontecer ao mesmo tempo, evitando que as duplas se esbarrem. À medida que as lutas forem acontecendo, vá contabilizando os pontos das equipes vencedoras.

COMBATE LAAMB

TERRITÓRIO
EQUIPE 1

ÁREA DE
COMBATES

TERRITÓRIO
EQUIPE 2

Finalizadas as lutas, conte os pontos de cada equipe e apresente o resultado à turma indicando que, de acordo com a tradição do laamb, a equipe vencedora tem direito ao território da equipe derrotada. Discuta com a turma as implicações desse tipo de tradição para os povos que são conquistados ou que são obrigados a sair de seus territórios. Com a finalidade de aproximar situações como essa dos dias atuais, peça aos alunos que reflitam a respeito da questão dos refugiados, que, por diversos motivos, precisam deixar seu país de origem e conseqüentemente sua casa, seu trabalho, sua escola, amigos etc.

De volta à tradição do laamb, peça à turma que proponha algum tipo de modificação nessa tradição, que poderia ser adaptada para a vivência da aula, no sentido de tornar o combate solidário, em vez de predatório. Por fim, realize novamente a atividade incorporando as sugestões do laamb solidário propostas pelos alunos.

Para saber mais

- Luta senegalesa: febre nacional. Disponível em: <<http://www.afreaka.com.br/luta-senegalesa-febre-nacional/>>. Acesso em: 26 fev. 2021.
- *La Lutte - Senegalese Wrestling in Dakar - Championship*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=LtwlB91FH28>>. Acesso em: 26 fev. 2021.

O vídeo apresenta uma luta completa de laamb, com duração de aproximadamente 9 minutos.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que pesquisem as principais características do laamb e proponha as seguintes perguntas:

1. Quantos árbitros fazem a mediação da luta? (*Três árbitros.*)
2. Qual é o tempo oficial de duração da luta? (*Dois tempos de dez minutos.*)
3. Como é o espaço da luta? (*Um retângulo preenchido por areia.*)
4. Os lutadores usam algum tipo de vestimenta especial ou proteção nas mãos? (*Não, usam apenas um calção característico e tradicional da cultura senegalesa e lutam com as mãos nuas e sem proteção.*)
5. Quando a luta termina? (*Quando um dos lutadores sofre uma queda e encosta a cabeça, o quadril ou as costas no chão.*)

Na seqüência, analise as respostas com os alunos, provendo reflexões sobre a experiência vivenciada nas aulas e as diferenças culturais das lutas nas diversas “civilizações”.

No passo do *hip-hop*

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer a cultura do <i>hip-hop</i> e aprender estilos de dança de rua. • Reconhecer essa manifestação como uma dança do mundo. • Experimentar e fruir com estilos de danças de rua. • Vivenciar <i>freestyle</i> adaptado, voltado à reflexão sobre as deficiências físicas.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12
Número de aulas	8
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução de músicas, colchonetes e músicas de dança de rua.
Sequência de atividades	Ao final da exibição do filme <i>Ela dança, eu danço 2</i> , incentive o debate por meio das perguntas sugeridas. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos apontam corretamente as diferenças entre danças populares (vivenciadas em anos anteriores) e danças de rua. Reflita com eles sobre a importância de conhecer o contexto histórico das manifestações corporais aprendidas durante as aulas.

Para começar

Reúna os alunos em um local adequado para a exibição do filme *Ela dança, eu danço 2* (*Step up 2: the streets*), de 2008.

O filme retrata a vida de uma dançarina de dança de rua (*street dance*) que, ao entrar para uma escola de artes elitizada, precisa lidar com um contexto controverso entre sua realidade e a vida no novo ambiente. Nesses conflitos, as batalhas de dança de rua assumem um destaque interessante.

Selecione algumas cenas de momentos que exploram principalmente a dança. Todavia, caso considere oportuno, exiba o filme completo.

Ao final da exibição, reúna os alunos em roda e incentive o debate por meio de perguntas: “O que mais chamou sua atenção no filme?”, “Qual é o nome da dança representada?” (dança de rua ou *street dance*), “Quais são suas principais características?” (movimentos fortes e desafiadores, executados com braços e pernas, envolvendo também saltos, giros e passos que provocam a quem assiste).

Na primeira pergunta, permita que os alunos verbalizem suas impressões, o que sentiram diante do que viram, o que foi mais impressionante, o que não agradou, entre outras colocações.

No filme, é possível observar os passos executados tanto sob a forma livre e de criação em momentos de lazer e até mesmo de intervenção (primeiras cenas do filme no metrô) quanto sob a forma de desafios ou batalhas disputadas nos passos de dança.

Caso não seja possível exibir o filme ou cenas dele, leve uma imagem de dança de rua para a aula e peça aos alunos que identifiquem elementos dessa manifestação, como vestimentas, movimentos, entre outros.

Peça que eles comparem com outras manifestações que conhecem ou mesmo com danças populares que já vivenciaram em anos anteriores. Você pode lembrar passos, vestimentas, músicas, entre outros aspectos, para que eles consigam distinguir essas práticas e, ao mesmo tempo, compreender as influências de manifestações oriundas de outros lugares do mundo.

Análise e Compreensão

1. Danças do mundo: a cultura do hip-hop

O *hip-hop* é uma manifestação cultural que tem início aproximadamente na década de 1960 com jovens negros e latinos que moravam nos guetos das grandes cidades dos Estados Unidos.

Foi em 1978, em Nova York (EUA), que o músico Afrika Bambaataa cunhou esse termo, que se referia ao modo como as pessoas que residiam naquela região dançavam. Esses passos eram caracterizados pelos movimentos exagerados de quadril – do inglês, *to hip* – e pela grande presença dos saltos – do inglês, *to hop* (COSTA, 2005)¹.

Pode-se dizer que o *hip-hop* é uma manifestação cultural que envolve elementos de dança, música, estilo de se vestir, artes visuais (grafite) e até algumas práticas corporais, como o *skate* e o basquete de rua. Trata-se, portanto, de um elemento complexo que, de certo modo, esteve aliado aos movimentos antirracistas, que eclodiram naquele período nos Estados Unidos e, portanto, se constituiu em um movimento de luta contra as desigualdades (ROCHA, 2012)².

Nesse sentido, podemos destacar a importância do movimento como forma de combate à discriminação racial, fator que ganha mais representatividade quando pensamos nos direitos humanos.

De modo geral, o *hip-hop* é formado por quatro pilares básicos: o DJ (*disc jockey*), que mixa as músicas; o MC (mestre de cerimônia), que realiza a parte de canto; o *break*, que se refere à dança; e, por fim, os desenhos/pinturas, que são os grafites.

No Brasil, o *hip-hop* chegou por meio do dançarino Nelson Triunfo, que, apesar de ser amplamente estimulado pelo *funk* e não atuar sobre toda a representação sociocultural do *hip-hop*, acabou difundindo o estilo pelo país. Na década de 1980, o *break* começou a aparecer em diversos bailes no estado de São Paulo, ganhando expressividade significativa.

A seguir abordaremos, de modo mais específico, os elementos relacionados à dança (*break*).

1 COSTA, M. P. A dança do movimento *hip-hop* e o movimento da dança *hip-hop*. In: Fórum de Pesquisa Científica em Artes, 3. 2005. Curitiba. Anais. Curitiba: Escola de Música e Belas Artes do Paraná, 2005. Disponível em: <http://www.embap.pr.gov.br/arquivos/File/anais3/mauricio_priess.pdf>. Acesso em: 28 fev. 2021.

2 ROCHA, L. A. Hip-hop ou hip e hop? In: Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Caderno de Artigos da 7ª Mostra de Produção Científica da Pós-Graduação Lato Sensu da PUC Goiás. Goiânia, 2012, p. 1370-1389.

2. A dança de rua

A dança no *hip-hop* é, muitas vezes, denominada *break*, ou dança de rua (*street dance*), como é conhecida no Brasil. Suas principais características são movimentos fortes, dinâmicos e desafiadores executados com braços, pernas, tronco e cabeça, envolvendo também saltos, acrobacias, giros e passos ágeis.

Afrika Bambaataa, que contribuiu diretamente para a criação do termo *hip-hop*, também foi importante para o desenvolvimento das “batalhas” de dança, elemento bastante comum quando se fala em *hip-hop*. Ele considerava que os conflitos, muito frequentes entre as gangues da época, pudessem ser resolvidos por meio de disputas de dança, e assim começaram a surgir as primeiras batalhas, em que os dançarinos procuravam executar movimentos cada vez mais complexos (ROCHA; DOMENICH; CASSEANO, 2001)³. Nessas disputas, aqueles que conseguissem superar os adversários eram consagrados vencedores.

Os dançarinos de *break* são conhecidos como *breakers* ou *breakdancers*. A designação mais específica para os meninos é *break boy* ou *b. boy* e, para as meninas, *break girl* ou *b. girl*. A denominação “*break*” vem da premissa de que os dançarinos deveriam executar os movimentos na “quebra” da música, ou seja, em uma batida diferenciada.

Ao longo do tempo, diferentes estilos de dança foram se desenvolvendo dentro do *hip-hop*. Alguns exemplos são *locking*, *popping*, *breaking* e *freestyle*.



Movimento de solo de dança de rua. Paris, França, 2017.

³ ROCHA, J.; DOMENICH, M.; CASSEANO, P. *Hip-hop: a periferia grita*. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2001.

3. Estilos de dança de rua

Leia a seguir alguns exemplos de estilos de dança de rua. A proposta é oferecer-lhe suporte para que sejam realizadas experiências com essas modalidades.

O *locking* é um estilo conhecido por ser bastante cômico, em que os dançarinos (os *lockers*) trajam roupas listradas, suspensórios, meias compridas e boinas. A principal característica do *locking* são os passos travados (*to lock*, em inglês, significa “fechar”, “travar”); contudo, o estilo permite que o dançarino brinque com o corpo, executando movimentos divertidos com saltos e giros.

O *popping* caracteriza-se pela contração da musculatura de braços, pernas e peitos, como se a pessoa imitasse um robô. Um dos passos mais conhecidos do *popping* é o *back slide*, andar para trás arrastando os pés, elemento que ficou muito conhecido por ser executado pelo compositor, cantor e dançarino estadunidense Michael Jackson.

Já o *breaking* é bastante conhecido por suas acrobacias e poses que exigem equilíbrio e força. Muitos desses movimentos são realizados próximo ao solo, como paradas de cabeça, queda de rim e corta-capim (movimentos bastante conhecidos na capoeira).

Por fim, o *freestyle* (estilo livre), como o próprio nome diz, caracteriza-se pela criação de movimentos, pela liberdade em combinar estilos, passos e poses, fugindo do comum.



ROZHENYUK ALEX/SHUTTERSTOCK

Locking.



TIM RINGALAMY/FOTOARENA

Breaking. Londres, Inglaterra, 2018.



FRANCESCO PRANDON/FREDERNS/GETTY IMAGES

Popping.

Experimentação e Fruição

1. Passo básico

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir passos básicos de dança de rua. Reconhecer essa manifestação como uma dança do mundo.

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

Procedimentos

Ensine inicialmente alguns passos básicos de dança de rua, para que os alunos utilizem esses movimentos para começar uma coreografia, bem como unir outros passos.

Selecione músicas de dança de rua mais lentas no início da atividade, para que os alunos consigam executar os passos com mais facilidade. Você pode usar diversas trilhas sonoras disponibilizadas na internet, como *Step Up 4 soundtrack song* (HD). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=-K5mVWuu5Tc>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

O passo básico da dança de rua é executado da seguinte maneira: o pé direito avança para a frente e para a esquerda, marcando uma pisada, retornando, em seguida, para a posição inicial. Depois o pé esquerdo avança para a frente e para a direita, marcando outra pisada, retornando também para a posição inicial. Oriente os alunos a acentuar a pisada na batida mais forte da música.

Dica: Para ajudá-los a realizar esse passo básico, você pode desenhar dois círculos pequenos no chão, um na frente de cada pé. Ao seu sinal, o pé direito deve pisar no círculo em frente ao pé esquerdo, e vice-versa.

Depois dessa aprendizagem, peça a eles que proponham, de forma criativa, o que pode ser feito com os braços durante esse movimento. Caso sintam dificuldade em criar, apresente algumas sugestões de movimentos, como girar os braços para dentro e para fora de forma conjunta e alternada; girar primeiro um braço e, depois, o outro; bater palmas sempre que o pé chegar ao solo; girar os braços na frente do corpo.

2. Variações

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar variações de passos básicos de dança de rua.

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

Procedimentos

O mesmo passo básico da atividade anterior pode ser feito para trás, ou seja, o pé direito avança para trás e para a esquerda, marcando uma pisada; depois, o pé esquerdo avança para trás e para a direita, marcando outra pisada.



Dança de rua: passos básicos.

ILUSTRAÇÕES: KINA



Giro de braços na frente do corpo.

Também é possível executar o passo para o lado: a perna direita abre para a direita e o pé direito pisa forte no chão, retornando para a posição inicial. Na sequência, deve-se fazer o mesmo com a perna e o pé esquerdos.

3. Locking

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar e fruir passos do estilo *locking*.

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

Procedimentos

Explique aos alunos que eles vão vivenciar alguns estilos diferentes de dança de rua, começando pelo *locking*. Peça a eles que executem os passos básicos experimentados nas atividades 1 e 2.

Depois, proponha a execução de alguns movimentos característicos do *locking*. Sugerimos os seguintes:

1. Oriente os alunos a sincronizar os passos básicos com movimentos dos ombros para cima e para baixo. Esses movimentos devem acompanhar a música de modo que, a cada passo para a frente, os ombros subam, bem como desçam quando os pés retornarem ao ponto inicial.
2. Depois de familiarizados com os movimentos de pernas e ombros, peça aos alunos que estalem os dedos sempre que os ombros subirem.
3. Quando estiverem entrosados, proponha a eles que, após quatro estalos, apontem o braço direito para o lado esquerdo, como se existisse um alvo imaginário localizado ao alto. Esse movimento deve ser acompanhado com os olhos e a cabeça.
4. Oriente-os a proceder da mesma forma com o braço esquerdo depois de mais quatro estalos.
5. Na sequência, solicite aos alunos que usem os braços para fazer movimentos que lembrem ondas depois de apontar o braço direito na direção do alvo imaginário localizado ao seu lado esquerdo. Esse movimento inicia em um braço e finaliza no outro, como se uma “onda” estivesse passando por eles. Eles devem fazer o mesmo quando levantarem o braço esquerdo.
6. Para finalizar, solicite aos alunos que deem um giro no próprio eixo e criem uma pose que considerem engraçada para terminar a pequena composição, pois essa parada final é uma característica marcante do estilo *locking*.



ILUSTRAÇÃO: KINA

Movimentos com os ombros.

4. Popping

Objetivos: Experimentar e fruir passos do estilo *popping*.

Material: dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador).

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Procedimentos

Peça aos alunos que iniciem essa etapa imitando um robô ou a dança do robô. Coloque uma trilha sonora que incentive esse momento inicial de criação e experimentação. Sugestão: *Popping music*, Jaygee, Freaku. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=nSKTsFsREAY>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

Em um segundo momento, apresente algumas sugestões de movimento.

1. Oriente os alunos a usar os braços para “desenhar” no ar uma espécie de caixa em volta da cabeça. Para a realização do primeiro movimento, os antebraços devem ficar na vertical e paralelos entre si, ao lado da cabeça (formando as “laterais” da caixa). Depois, os antebraços precisam ficar na horizontal, também paralelos entre si, um deles acima da cabeça e o outro abaixo dela (compondo o “fundo” da caixa). A proposta é alternar os movimentos dos braços no ritmo da música.



ILUSTRAÇÕES: KINA

Passo de *popping*.

2. Se considerar oportuno, solicite aos alunos que desenvolvam os passos básicos realizados nas atividades 1 e 2 enquanto eles fazem esses movimentos com os braços.
3. Na sequência, peça-lhes que movimentem os antebraços como se cada um deles fosse um pêndulo. Oriente-os a deixar os braços travados na posição horizontal e a balançar os antebraços da esquerda para a direita, e vice-versa. Esse passo pode ser executado de modo que os dois antebraços se desloquem para o mesmo lado ou para direções diferentes.
4. Incentive os alunos a explorar o passo que simula “andar para trás”, o qual é desenvolvido deslizando os pés para trás com o intuito de produzir um efeito de flutuação.



Pêndulo.

5. Para finalizar, eles devem incluir os passos de robô executados no começo da exploração do *popping* e encerrar a pequena coreografia com um salto.

5. Breaking

Objetivos: Experimentar e fruir passos do estilo *breaking*.

Materiais: dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador) e colchonetes

Procedimentos

Leve para a aula cópias (preferencialmente ampliadas e coloridas) das quatro fotografias da página seguinte ou impressões de imagens semelhantes pesquisadas na internet.

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA



JUPITERIMAGES/DIGITAL VISION/GETTY IMAGES

1. Passo com apoio de um braço e dos dois pés.



PIXEL-SHOT/SHUTTERSTOCK

2. Passo com apoio de um braço e um pé.



REALNAME/MSTOCK/IMAGEPLUS

3. Passo com apoio de cabeça e duas mãos.



ROB KIMGETTY IMAGES

4. Passo com apoio dos dois braços. Nova York, Estados Unidos, 2019.

Essas fotografias podem ser distribuídas ou mostradas a eles, dependendo da quantidade de cópias disponíveis. É imprescindível usar colchonetes nessa atividade para que ninguém se machuque, uma vez que a segurança dos alunos sempre deve ser prioridade. Além disso, é necessário atenção com os alunos que possam sentir receio, fato que precisa ser respeitado.

Explique aos alunos que as quatro imagens estão relacionadas com movimentos do *breaking*, outro tipo de dança de rua. Incentive-os, em um primeiro momento, a reproduzir esses passos de maneira estática, começando pelo que consideram mais fácil de fazer.

Para os movimentos considerados mais difíceis, oriente-os a atuar em trios e a executar os passos com segurança, contando com a ajuda de um colega.

Depois, eles devem tentar fazer os movimentos de sua preferência ao ritmo da música, considerando como ponto de partida os passos básicos das danças de rua executados nas atividades anteriores.

6. Batalha de dança de rua

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Realizar uma batalha de dança de rua. Experimentar e fruir gestos, ritmos e espaços da dança de rua.

Materiais: dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador) e músicas de dança de rua

Procedimentos

Organize os alunos em grupos para a realização de uma “batalha de dança de rua” semelhante às do *hip-hop*. Explique a eles que essa batalha será realizada a fim de contemplar uma das características dessa manifestação, que historicamente valoriza as disputas de dança.

Peça a cada grupo que crie uma sequência de dez movimentos. É importante que eles explorem a criatividade, pois trata-se de uma batalha. Acompanhe o trabalho de cada grupo e auxilie na construção coreográfica.

Ao final, proponha a apresentação da batalha para outras turmas da escola a fim de que todos possam acompanhar o trabalho realizado.

Discussão

Ao final das vivências, ressalte para os alunos que, além de ser uma prática multicultural, o *hip-hop* teve um importante papel de resistência social e luta pelos direitos das populações afrodescendentes em determinado período histórico e tem ainda hoje em algumas comunidades.

Tematize quanto as populações periféricas foram e ainda são protagonistas na criação e disseminação das danças urbanas. É importante conhecer essas produções e reconhecê-las como manifestações culturais e de lazer de algumas localidades, bem como não assumir atitudes discriminatórias em relação a elas.

Aproveite para abordar a questão da discriminação, uma pauta importante dos direitos humanos. Nesse contexto em particular, o *hip-hop* foi uma importante ferramenta no combate à discriminação e ao preconceito contra a população afrodescendente e periférica.

Construção de valores

Freestyle adaptado

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Elaborar uma apresentação de dança de rua sem utilizar os membros inferiores. Refletir sobre a questão da deficiência.

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

Procedimentos

Solicite aos alunos que criem uma pequena composição de *freestyle*, ou seja, eles podem misturar diferentes movimentos das danças de rua. Todavia, eles precisam ficar sentados no chão durante toda a apresentação. A proposta é explorar ao máximo os movimentos de braços, tronco e cabeça.

Ao final, discuta com o grupo sobre essa experiência, salientando que, apesar das limitações físicas impostas pela atividade, todos puderam dançar e se divertir. Ressalte que nenhuma deficiência deve privar as pessoas de seus direitos a educação, saúde, transporte, entre outros.

Para saber mais

- GERMANO, V. A. C. *Educação Física escolar e currículo do estado de São Paulo: possibilidades dos usos do celular como recurso pedagógico no ensino de hip-hop e street dance*. 2015. 160 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2015. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/126501?locale-attribute=es>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

O estudo investiga possibilidades pedagógicas do uso do celular para o ensino de *hip-hop* e *street dance* nas aulas de Educação Física.

- Passo a passo do *hip-hop*: ensinando alguns movimentos. *Hip-hop* para iniciantes. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=xsCWpiBMxMY>>. Acesso em: 28 fev. 2021.
- Passos de *hip-hop*: *popping* e *locking*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=MgdsmjtjRll>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

Avaliação e Registro

1. Peça aos alunos que escrevam sobre os estilos de dança de rua de que mais gostaram, justificando suas escolhas.
2. Assumindo que eles vivenciaram danças populares nos anos anteriores, sugira que identifiquem as principais diferenças entre essas danças e as de rua. As diferenças podem estar relacionadas com movimentos, vestimentas, local mais comum de prática, músicas, ritmos, entre outras possibilidades. Seria interessante elaborar um quadro com algumas dessas diferenças para expor na escola. Veja o exemplo a seguir.

DANÇAS POPULARES X DANÇAS DE RUA	
Danças populares	Danças de rua
Movimentos mais sinuosos e contínuos	Movimentos “quebrados” por se relacionar com a batida da música
Mais comuns no espaço rural ou em festas populares típicas	Mais comuns no espaço urbano
Músicas diversas, atreladas ao contexto de cada dança (vida no campo, questões religiosas, festas típicas, entre outros)	Músicas improvisadas (<i>rap</i>) e com críticas sociais
Vestimentas características de cada dança, mas geralmente com estampas diversas	Vestimentas chamativas, um pouco mais largas, e acessórios diversos

Fonte: elaborado pela autora.

3. Reflita com os alunos sobre a importância de conhecer o contexto histórico das manifestações corporais aprendidas durante as aulas. Posteriormente, sugira a eles que escrevam as principais conclusões dessa conversa.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar e fruir o maculelê como uma manifestação afro-brasileira. • Reconhecer essa manifestação cultural como possibilidade de discutir o racismo e a resistência social. • Elaborar movimentos do maculelê sem utilizar os membros inferiores para refletir sobre a questão da deficiência.
Habilidades da BNCC	EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11 e EF35EF12
Número de aulas	8
Materiais	Dispositivo eletrônico para reprodução de músicas e pedaços de madeira.
Sequência de atividades	Apresente aos alunos a história do maculelê. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Verifique se os alunos compreendem a importância da abordagem de uma dança afro-brasileira na escola como auxílio na superação da discriminação e do racismo.

Para começar

Disponha os alunos em roda e apresente a eles um trecho da canção *Certo dia na cabana um guerreiro*, da Associação Capoeira Lagoa Azul. Seus versos retratam um pouco da lenda do maculelê, que versa sobre a defesa de um povo que foi comandada por um grande guerreiro com pedaços de pau em punho. Se for possível, apresente o áudio da canção para os alunos. Há uma versão disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=3_VywbWzs8>. Acesso em: 28 fev. 2021.

Depois, conte a história do maculelê e relacione-a com a letra da música. Leia mais informações em “Análise e Compreensão”.

Certo dia na cabana um guerreiro
 Certo dia na cabana um guerreiro
 Foi atacado por uma tribo pra valê
 Pegou dois paus, saiu de salto mortal
 E gritou “pula menino, que eu sou maculelê”
 Ê pula lá que eu pulo cá
 Que eu sou maculelê

Ê pula lá que eu quero vê
 Que eu sou maculelê
 Ê pula eu, pula você
 Que eu sou maculelê
 Ê pula lá que eu quero vê
 Que eu sou maculelê

Associação Capoeira Lagoa Azul.

Análise e Compreensão

Maculelê

O maculelê provavelmente surgiu na Bahia, com a capoeira. No entanto, há muitas controvérsias sobre suas verdadeiras origens. Essa manifestação seria uma apresentação característica de Salvador e de outras cidades baianas, em que algumas pessoas

empunhadas com bastões de madeira (pedaços de cana) cantam e dançam ao mesmo tempo que batem esses instrumentos marcando um ritmo bastante característico (CAS-CUDO, 2012)⁴.

Acredita-se que o maculelê tenha se constituído em solo brasileiro durante a escravidão dos negros africanos. Foi nas senzalas, como uma possibilidade de se defender dos feitores e capitães do mato, que os negros desempenharam golpes com madeiras e facões, esquivando o corpo dos maus-tratos (SALES, 2003)⁵. O autor apresenta também outra versão, ao afirmar que o maculelê surgiu nos canaviais de Santo Amaro da Purificação, na Bahia do século XVIII, e que, da mesma forma que a capoeira, tratava-se de uma luta disfarçada sob a forma de dança. Esse disfarce permitia que o maculelê pudesse ser utilizado como resistência empunhada com “armas”, ou seja, os pedaços de pau (SALES, 2003)⁶. Por ter se desenvolvido no mesmo contexto da capoeira, muitos grupos na atualidade promovem uma aproximação dessas práticas.

Algumas lendas foram transmitidas ao longo dos anos sobre o maculelê (FALCÃO, 2009)⁷. Uma delas dizia que, no período do Brasil colonial, um homem negro escravizado acabou sendo abrigado por um grupo indígena enquanto fugia de feitores. Contudo, apesar da ajuda, ele era visto com desconfiança e não participava de todas as atividades da comunidade, justamente por não pertencer a ela. Esse homem foi batizado pelos indígenas de Maculelê.

Certa vez, o grupo foi atacado por um povo rival, e, com apenas dois pedaços de pau, Maculelê venceu o combate. Desde então, ele passou a ser venerado e sua forma de resistência foi adotada tanto em momentos de luta quanto em comemorações, divulgando essa manifestação em diferentes lugares. Essa versão é a abordada na canção apresentada em “Para começar”. É importante que você apresente aos alunos tanto a versão lendária, que carrega muitos significados no seio do maculelê, quanto a que possui fundamentos históricos mais embasados.

Por apresentar origens afro-brasileiras, o maculelê também enfrenta discriminação e resistência, assim como outras manifestações de origem africana. Historicamente, ele sofreu com o preconceito e, por isso, é extremamente importante que na escola você possa discutir tais elementos, prezando uma formação inclusiva e que não discrimine quaisquer formas de conhecimento.

Experimentação e Fruição

Maculelê

Objetivos: Experimentar e fruir os passos do maculelê. Reconhecer e valorizar essa manifestação da cultura afro-brasileira.

Materiais: dispositivo eletrônico para reprodução de músicas (reprodutor de CD ou DVD; computador) e pedaços de madeira de aproximadamente 30 cm (cabos de vassoura cortados, por exemplo)

4 CASCU DO, L. C. *Dicionário do folclore brasileiro*. 12. ed. São Paulo: Global, 2012.

5 SALES, J. R. L. de. *O uso das danças folclóricas no contexto pedagógico da Educação Física escolar*. 2003. Dissertação (Mestrado). Universidade Católica de Brasília, DF, 2003.

6 *Op. cit.*

7 FALCÃO, J. L. C. Maculelê. In: Governo do Estado de Goiás (org.). *Currículo em Debate*: Educação Física. Goiânia: Secretaria da Educação, 2009. p. 32-38.

Procedimentos

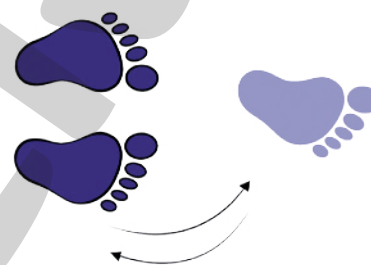
Para a realização dessa atividade, sugerimos a seguinte canção: “Boa noite”. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=AaMMZA0Fhe8>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

A dança no maculelê é desenvolvida no ritmo do batuque do tambor e dos atabaques e de cantos em linguagem popular ou dialetos. Assim, as madeiras de cada dançarino se chocam ritmadamente, no chão ou nos instrumentos dos demais participantes.

Entregue dois bastões para cada aluno e permita que eles os explorem executando batidas diversas. Depois, sugira a eles que segurem as madeiras com uma das mãos e as batam no solo. Em seguida, fazem o mesmo com a outra mão, criando sequências rítmicas. Faça a mediação do processo de criação.

Posteriormente, organize-os em círculo. Explique aos alunos que uma possibilidade de marcação básica no maculelê é executada em quatro batidas, de modo que a primeira é forte e as demais, mais fracas. Oriente-os, dizendo: “um” (mais forte), “dois, três, quatro” (mais fracos). A música “Boa noite” apresenta essa marcação em quatro batidas bem definidas.

Para acompanhar os movimentos, sugira aos alunos que pisem com o pé direito dentro do círculo na batida mais forte, como indicado na figura ao lado. Durante a contagem das demais batidas, o pé direito retorna à posição inicial.



Marcação dos pés.

Utilize essa marcação básica como principal movimento ao longo das evoluções coreográficas. A seguir, apresentamos outras possibilidades de movimentos.

Peça aos alunos que façam o movimento básico. No entanto, o primeiro (mais forte) deve ser executado batendo os dois bastões acima da cabeça. Veja a figura 1.

Em seguida, eles repetem o movimento básico e, desta vez, agacham um pouco quando forem bater os dois bastões no solo. Veja a figura 2.

Depois, os alunos devem formar dupla com o colega que está posicionado ao seu lado. Por exemplo, primeiro faz dupla com o aluno que está do seu lado direito, depois faz dupla com o aluno que está do seu lado esquerdo. Veja a figura 3.

Ao final, incentive os alunos a criar outros movimentos para compor a coreografia da turma, que deve ser apresentada depois de finalizada.



Figura 1.



Figura 2.



Figura 3.

Discussão

As danças afro-brasileiras precisam ser experimentadas na escola para que evitemos posturas preconceituosas e excludentes, tendo em vista que a não discriminação é base dos direitos humanos. Sua mediação nesse processo formativo é essencial. Converse com os alunos sobre como as manifestações brasileiras são importantes para a formação do nosso povo e que sua diversidade é mais um motivo de riqueza cultural.

Construção de valores

Maculelê adaptado

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Elaborar movimentos do maculelê sem utilizar os membros inferiores. Refletir sobre a questão da deficiência.

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

Procedimentos

Disponha a turma em círculo. Recupere as batidas do maculelê. No entanto, nesse momento, não devem ser executados movimentos com os pés/as pernas, apenas com os braços. Peça aos alunos que realizem a sequência básica em quatro batidas (uma forte e três fracas) e, depois, acrescentem as variações (acima da cabeça, no chão, atrás do corpo, alternando uma acima e uma abaixo da cabeça, em duplas, entre outras possibilidades).

Ao final, discuta com o grupo a importância de adaptar espaços e materiais para atender a todos os alunos nas aulas de Educação Física, pois todos possuem potencial e devem ser incentivados durante o processo de ensino-aprendizagem das práticas corporais. Pergunte também se eles tinham percebido essas possibilidades nas atividades anteriores, reforçando a importância de garantir espaços formativos para todos.

Para saber mais

- FALCÃO, J. L. C. Maculelê. In: Governo do Estado de Goiás (org.). *Currículo em Debate: Educação Física*. Goiânia: Secretaria da Educação, 2009. p. 32-38.

Nesse texto, o autor contextualiza o maculelê, incluindo suas principais características, passos, vestimentas e canções utilizadas na dança.

- Vídeo com apresentação escolar de maculelê. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=0co3nYzoKhg>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

Avaliação e Registro

1. Com base nas vivências com o maculelê, proponha as seguintes questões para os alunos.
 - a) Quais são as principais características dessa manifestação cultural?
 - b) Como foi aprender a coordenar as batidas dos pedaços de madeira?
2. Debata com os alunos sobre como a abordagem de uma dança afro-brasileira na escola pode auxiliar na superação da discriminação e do racismo. Depois, solicite a eles que escrevam um pequeno texto sobre o assunto com o auxílio do professor de Língua Portuguesa. Uma proposta interdisciplinar pode ampliar as possibilidades de aprendizagem e aprofundar as experiências com o tema explorado nas aulas de Educação Física.

Ginástica geral e classificação da ginástica

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer uma proposta de classificação da ginástica conforme suas intencionalidades. • Vivenciar e experimentar as ginásticas de condicionamento físico e conscientização corporal.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	8
Materiais	Pesos pequenos e leves (ou garrafas de plástico, tipo PET), areia, elástico resistente, medicinebol (ou bola de basquete) e colchonetes.
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos que tipos de ginástica eles conhecem. Anote os resultados no quadro e guarde-os para discussão ao final deste tema. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Analise, discuta o quadro inicial e apresente as correções de acordo com a classificação da ginástica.

Para começar

Forme uma roda e converse com os alunos sobre os tipos de ginástica que eles conhecem. Escreva na lousa o que eles mencionarem. Depois, faça um quadro com estas informações:

TIPOS DE GINÁSTICA

TIPOS DE GINÁSTICA		
Ginástica para demonstração	Ginástica para a saúde	Ginástica para competição

Peça aos alunos que indiquem a coluna do quadro em que deve entrar cada ginástica mencionada por eles. Nesse primeiro momento, não interfira nas respostas deles, deixando-os fazer a classificação com base nas próprias experiências.

Anote os resultados do quadro e guarde-os para realizar a discussão ao final deste tema.

Análise e Compreensão

De acordo com Gallardo (2008)¹, o professor de Educação Física deve iniciar o ensino da ginástica geral com as experiências dos elementos corporais que constituem os mais diversos tipos de ginástica.

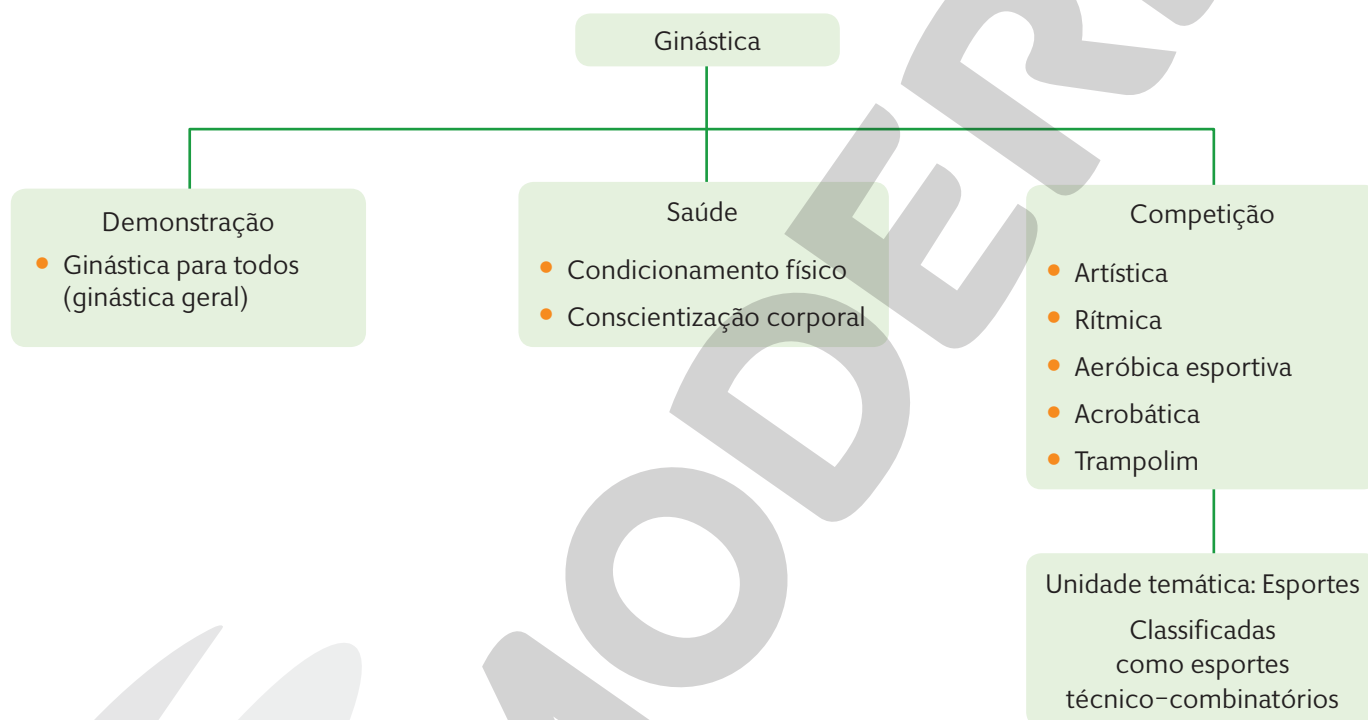
1 GALLARDO, Jorge Sergio Pérez. A Educação Física escolar e a ginástica geral em sentido pedagógico. In: GAIO, R.; GÓIS, A. A. F.; BATISTA, J. C. F. (org.). *A ginástica em questão: corpo e movimento*. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2018.

Essas ginásticas podem ser competitivas ou ter foco na condição física. Na ginástica geral, porém, o objetivo não está no rigor esportivo nem no desempenho físico, e sim na ressignificação desses elementos corporais para uma prática lúdica, expressiva e artística, que represente uma cultura.

1. A classificação da ginástica

A classificação da ginástica facilita o processo de ensino-aprendizagem, pois, ao conhecer, vivenciar e contemplar os principais elementos que a caracterizam, amplia-se a possibilidade de diferenciar tanto as ginásticas entre si quanto as outras manifestações da cultura corporal de movimento.

A seguir, apresentamos uma proposta de classificação das ginásticas.



Fonte: elaborado pela autora.

2. Ginástica para demonstração

Nessa categoria, temos a ginástica para todos, aqui chamada ginástica geral, de acordo com as habilidades da BNCC. É a única modalidade não competitiva da Federação Internacional de Ginástica (FIG), tendo como objetivo ampliar a prática da ginástica por meio dos elementos básicos das ginásticas e das atividades expressivas e artísticas.

3. Ginástica para a saúde

O objetivo dessa prática é promover a saúde nas perspectivas da aquisição, manutenção, reabilitação e prevenção. Essa categoria pode ser dividida em dois grupos:

- Ginástica de condicionamento físico
- Ginástica de conscientização corporal

4. Ginástica para competição

As ginásticas competitivas, muito apreciadas por sua elegância e beleza, são, de acordo com a BNCC, conteúdo da unidade temática Esportes e classificadas como esportes técnico-combinatórios. A ginástica geral, porém, se utiliza dos seus movimentos sem foco na padronização esportiva.

Podemos utilizar como base para a aprendizagem dos elementos básicos das ginásticas algumas das ginásticas esportivas regidas pela FIG.

- Ginástica artística – utiliza grandes aparelhos: solo, mesa para salto, trave, paralelas assimétricas, barra fixa, cavalo com alças, argolas e paralelas simétricas.
- Ginástica rítmica – utiliza-se da manipulação de pequenos aparelhos: arco, bola, fita, corda e maçãs.
- Ginástica aeróbica esportiva – são realizadas coreografias utilizando os exercícios físicos localizados, como abdominais, flexões e saltos.
- Ginástica acrobática – são realizadas coreografias intercalando elementos corporais da ginástica e a construção de figuras acrobáticas.
- Ginástica de trampolim – utiliza-se de um aparelho chamado trampolim acrobático, que oferece grande impulsão para a realização de uma sequência de acrobacias.

Podemos perceber que a ginástica geral vai muito além da aprendizagem dos movimentos tradicionais das ginásticas de competição, pois perpassa todo e qualquer movimento relacionado a qualquer tipo de ginástica e ainda estimula a criatividade quando permite a expressão lúdica, artística e expressiva de suas práticas.

Experimentação e Fruição

1. Ginástica de condicionamento físico

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Compreender a ginástica para a saúde. Conhecer e experimentar a ginástica localizada.

Materiais: pesos pequenos e leves ou garrafas de plástico pequenas (tipo PET) com pouca areia dentro, elástico resistente (“tripa de mico”²), medicinebol³ (ou bola de basquete) e colchonetes

Procedimentos

Organize o seguinte circuito para os alunos, destinando 30 segundos para a realização de cada etapa. Para as etapas 2 a 5, serão necessários colchonetes.

1. Eles devem colocar um dos pés no meio do elástico (ou da tripa de mico) para flexionar e estender os braços (figura 1).

Importante: Disponibilize elásticos resistentes para os alunos a fim de que não arrebentem durante a realização desse exercício e os machuquem.



LEO TEIXEIRA

Figura 1. Exercícios para as costas, os ombros e os braços.

² Um tipo de borracha resistente.

³ Bola pesada, geralmente revestida de couro, usada para aprimorar o condicionamento físico.

2. Na sequência, peça-lhes que fiquem na posição de decúbito dorsal com as pernas flexionadas e as mãos apoiadas na nuca para fazer abdominais. Eles precisam deitar e levantar a cabeça e o tronco sem tirar os pés do chão (figura 2).
3. Depois, em quadrupedia, oriente-os a levantar e a abaixar a perna direita com o joelho esquerdo flexionado. Passados 30 segundos, conduza a mudança para a flexão do joelho direito e o levantamento da perna esquerda (figura 3).
4. Em decúbito dorsal e com as pernas flexionadas, os alunos devem deitar sobre um colchonete segurando um medicinebol na altura do peito, estender os braços e retorná-los à posição inicial (figura 4).
5. Peça-lhes que fiquem outra vez em decúbito dorsal com as pernas flexionadas e segurem um peso (ou uma garrafa de plástico com areia) em cada mão. Eles devem levantar e abaixar os pesos com os braços estendidos para os lados (figura 5).



Figura 2. Abdominais.



Figura 3. Exercícios para os glúteos e as pernas.



Figura 4. Flexão e extensão dos braços.



Figura 5. Exercícios para os braços.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA

2. Ginástica de conscientização corporal

Objetivos: Compreender a ginástica para a saúde. Conhecer e experimentar a ioga.

Procedimentos

Organize os alunos em grupos e distribua cópias (se possível, ampliadas e coloridas) da figura da página seguinte, que mostra uma sequência de dez movimentos da ioga.

Apresente os exercícios aos grupos, os quais devem se posicionar em uma estação (macaco, girafa etc.) para realizar as repetições durante 30 segundos. Depois desse tempo, eles trocam de estação, o que precisa ser feito até que todas elas sejam realizadas.

Solicite a eles que pratiquem a sequência e memorizem os movimentos.

Depois de determinado tempo, realize uma apresentação dos grupos.

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**



Discussão

Converse com os alunos sobre as ginásticas realizadas por eles e as possibilidades de fazê-las no dia a dia.

Tendo como referência o objetivo das ginásticas voltadas para a saúde e suas vivências, questione-os sobre a importância de sua prática regular para a melhoria (ou manutenção) da qualidade de vida e a importância de identificar e observar criticamente a influência das mídias nos padrões de beleza e estética corporal.

Procure saber deles a respeito das facilidades ou dificuldades no acesso a essas práticas, considerando que muitas pessoas não têm condições financeiras de frequentar academias de ginástica. Questione-os, também, a respeito das práticas consumistas que envolvem esse setor.

Para saber mais

- DARIDO, S. C. (org.). *Educação Física escolar: compartilhando experiências*. São Paulo: Phorte, 2011. O livro aborda o desenvolvimento do conteúdo da ginástica nas aulas de Educação Física.

Avaliação e Registro

Use folha de cartolina ou de papel pardo (ou a lousa) para reproduzir o quadro feito pelos alunos, em “Para começar”, com a classificação dos tipos de ginástica. Mostre a eles as respostas e peça-lhes que façam as correções necessárias.

Finalizada a análise do quadro, converse com eles sobre as categorias da ginástica e seus objetivos. É importante que percebam as diferenças entre as categorias e identifiquem as características comuns aos vários tipos de ginástica.

Ginástica geral e *Gymnaestrada*

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar e fruir de forma coletiva combinações de diferentes elementos da ginástica geral. • Planejar e elaborar apresentações coletivas de ginástica geral, reconhecendo potencialidades e limites do corpo e adotando procedimentos de segurança • Conhecer a <i>Gymnaestrada</i> por meio da realização de um festival de ginástica geral na escola. • Reconhecer a importância da inclusão de todos.
Habilidades da BNCC	EF35EF07 e EF35EF08
Número de aulas	8
Materiais	Vendas para os olhos, cadeiras e pedaços de tecido ou fitas.
Sequência de atividades	Exiba para os alunos alguns vídeos sobre ginástica geral e converse com eles sobre o tema. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Realize uma exposição com os registros fotográficos produzidos pelos alunos durante a montagem e a apresentação das coreografias elaboradas. Por meio de um seminário, peça que discorram sobre os momentos retratados nas imagens.

Para começar

Reúna os alunos para a exibição de alguns vídeos sobre ginástica geral, que podem ser encontrados em *sites* de busca da internet. Sugerimos como palavras-chave para a busca: Grupo Ginástico Unicamp (GGU); *Gymnaestrada*; Federação Internacional de Ginástica (FIG).

Depois da exibição, converse com eles sobre a ginástica geral, uma prática corporal que não tem caráter competitivo e que valoriza o prazer em sua execução.

Análise e Compreensão

A *Gymnaestrada*

Em 1953, na cidade de Roterdã, na Holanda, a FIG organizou o primeiro festival internacional de ginástica sem finalidade competitiva: a 1ª *Gymnaestrada*, palavra formada por “*Gymna*” (que significa “ginástica”) e “*strada*” (que significa “rua”, “palco”). Inspirado nas *Lingíadas* (primeiros festivais internacionais de ginástica), foi um evento com características de uma ginástica voltada para o espetáculo (AYOUB, 2003)⁴.

Em razão do sucesso do festival e dos questionamentos dos países filiados à FIG sobre a necessidade de ampliar a prática da ginástica além das expressões competitivas, a *Gymnaestrada* passou a integrar o programa oficial da entidade, sendo realizada a cada quatro anos.

As apresentações dessa modalidade são feitas em grupos compostos de mais de dez ginastas e de grandes grupos (com mais de 300 pessoas), que manifestam suas culturas nessas exibições.

A iniciativa de promover festivais fora do ambiente competitivo colaborou para a quebra do paradigma da prática da ginástica relacionada ao esporte de alto rendimento

⁴ AYOUB, E. *A ginástica geral e a Educação Física escolar*. Campinas: Unicamp, 2003.

(competição), que é praticado por poucos atletas, ampliando a possibilidade de uma ginástica acessível a qualquer pessoa que a queira praticar.

Segundo a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), a ginástica geral tem como objetivos massificar a prática de atividades com os fundamentos das ginásticas, contribuir para o bem-estar físico e emocional de seus praticantes, promover intercâmbios socio-culturais e valorizar o trabalho coletivo.

Experimentação e Fruição

Construindo a *Gymnaestrada* na escola



Objetivos: Planejar e elaborar uma coreografia de ginástica geral para apresentar aos colegas ou em um festival da escola.

Procedimentos

Oriente os alunos a pesquisar um tema. Se o escolhido for Direitos Humanos, por exemplo, ajude-os a selecionar ideias que remetam a ele, como igualdade entre homens e mulheres, direito à liberdade de expressão, direito a uma nacionalidade etc.

Instigue-os, em seguida, a pesquisar a respeito da *Gymnaestrada* em sites de busca na internet e, se possível, assistir a algumas coreografias. O Brasil participou de várias edições desse evento, apresentando aspectos de nossa cultura.

Com o resultado da pesquisa, os alunos deverão construir uma coreografia de ginástica geral com base nos temas escolhidos, buscando utilizar a linguagem da expressão corporal e das técnicas dos movimentos da ginástica.

Organize os alunos em grupos (com qualquer número de participantes), que deverão seguir este roteiro:

- a) Escolher uma música que tenha no máximo dois minutos de duração e um material inusitado, como garrafas e canecas de plástico, lençóis, almofadas etc.
- b) Escolher uma vestimenta que combine com o material escolhido e com a música.
- c) Elaborar uma coreografia que utilize os elementos básicos das ginásticas. Se necessário, faça uma revisão dos conteúdos dos anos anteriores.

Reserve algumas aulas para que os grupos criem, construam e pratiquem a coreografia.

Em momento oportuno, defina com os alunos o dia da apresentação e qual será o público: apenas os colegas de classe ou a comunidade escolar?

Participe da elaboração das coreografias sempre que julgar necessário. Incentive os alunos a reconhecer as potencialidades e os limites do seu corpo na execução dos movimentos escolhidos.

Essas coreografias poderão ser utilizadas para estimular a reflexão e a discussão dos temas abordados.

Discussão

Depois das apresentações, converse com os alunos sobre as vivências deles. Incentive o debate por meio de perguntas: "Todos os integrantes do grupo participaram ativamente das

exibições?”, “Como foi a construção coletiva das coreografias?”, “Vocês aprenderam movimentos novos? Quais?”, “Vocês tiveram dificuldades na execução de alguns movimentos? Por quê?”, “Como foi participar de uma apresentação com outros grupos sem haver competição?”.

Explique que a ginástica geral deve ser uma prática realizada por prazer, fundamentada nos movimentos dos mais variados tipos de ginástica, sem preocupação com resultados comparativos e competitivos e que valorize a cultura de seus praticantes.

Construção de valores

Coreografia para todos

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Reconhecer a importância da inclusão de todos. Planejar e utilizar estratégias coletivamente para solucionar os desafios apresentados.

Materiais: vendas para os olhos, cadeiras e pedaços de tecido ou fitas (para prender braços e mãos)

Procedimentos

Peça aos alunos que formem os mesmos grupos da atividade anterior e pratiquem novamente suas respectivas coreografias. Depois, estabeleça algumas limitações a quatro integrantes de cada grupo: um deles deve ser vendado; outro precisa permanecer sentado em uma cadeira, como se fosse um cadeirante; um terceiro tem de ficar com um dos braços preso nas costas e o quarto precisa estar com as mãos amarradas.

O desafio de cada grupo é reorganizar as coreografias de modo que todos participem delas, considerando as necessidades especiais desses alunos.

Discussão

Converse com a turma sobre a importância da inclusão. Explique que o acesso e a participação de todos são fundamentais tanto na escola quanto na sociedade e que, muitas vezes, os obstáculos são vencidos por meio do diálogo, da convivência e da construção coletiva.

Para saber mais

- AYOUB, E. *A ginástica geral e a Educação Física escolar*. Campinas: Unicamp, 2003.

A autora apresenta o contexto histórico da ginástica geral e encaminhamentos para uma prática pedagógica contextualizada.

- Dia a dia educação. Secretaria da Educação do Estado do Paraná. Disponível em: <<http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=456>>. Acesso em: 28 fev. 2021.

Essa página fornece entrevistas, práticas pedagógicas e sugestões de atividades.

Avaliação e Registro

Oriente os alunos durante a montagem e nas apresentações finais das coreografias a realizarem registros fotográficos. É importante fotografar as várias fases do processo da construção das coreografias. Os grupos deverão escolher uma sequência de fotos que melhor expresse o seu trabalho.

Realize uma exposição com as fotografias e solicite aos grupos que apresentem em forma de seminário os momentos retratados nas imagens.

Esportes de rede/quadra dividida e parede de rebote/muro

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar os elementos comuns da categoria esporte de rede/quadra dividida e parede de rebote/muro. • Vivenciar e experimentar atividades relacionadas aos esportes de rede - voleibol de quadra e vôlei sentado. • Experimentar o voleibol paralímpico e reconhecer a importância de valorizar ações que visem à inclusão de pessoas com deficiência em todos os segmentos da vida em sociedade.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06 <i>No 3º ano, foram vivenciados os esportes de invasão, bem como observadas as diferenças entre jogo e esporte. No 4º ano, os alunos participaram de esportes de campo e taco. Agora, no 5º ano, serão experimentados os esportes de rede/quadra dividida e parede de rebote/muro.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Rede de voleibol, corda elástica grande (ou tecido elástico ou barbante grosso), bolas grandes de plástico e giz.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que observem as imagens dos esportes apresentados e apontem a principal característica que os diferencia dos vistos em anos anteriores. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção “Construção de valores”.
Avaliação	Averigue a aprendizagem a partir do reconhecimento de características específicas do assunto abordado.

Para começar

Para introdução do tema, leve para a aula cópias (se possível, ampliadas e coloridas) das fotografias da próxima página (ou impressões de imagens semelhantes obtidas na internet). Reúna os alunos em círculo e mostre-lhes as fotos.

Enquanto as observam, incentive-os a identificar a principal característica que diferencia esses esportes dos vistos em anos anteriores, como boliche, atletismo, futebol, handebol e beisebol. Pergunte a eles: “O que há em comum nos esportes mostrados nessas fotografias?”.

Espera-se que os alunos percebam a utilização de uma rede divisória entre os espaços do jogo (quadra, campo ou mesa).

Caso eles sintam dificuldade em fazer essa identificação, incentive-os a encontrar o objeto que aparece nas cinco imagens (a rede).

KAZUHIRO NOGI/AFP/GETTY IMAGES



Voleibol de quadra. Brasil e Camarões na Copa do Mundo Feminina de Vôlei, Osaka, Japão, 2019.

JOHN DONEGAN/AFP/GETTY IMAGES



Tênis de campo. Britânicos e australianos no Aberto da Austrália de Tênis, Melbourne, 2020.

JUNG YEON-JE/AFP/GETTY IMAGES



Tênis de mesa. China e Coreia do Sul na final do World Tour Korea Open, Busan, Coreia do Sul, 2019.

THE YOMIURI SHIMBUN/AFP



Badminton. Atletas japoneses no All Japan Championships, Tóquio, Japão, 2020.

LAILSON DUARTE/JORNAL O POPULAR/FOLHAPRESS



Peteca. Goiás e São Paulo, no Campeonato de Peteca, em Goiânia (GO), 2009.

Análise e Compreensão

Para conhecer o voleibol

O voleibol de quadra foi criado em 1895 pelo professor de Educação Física William George Morgan, da Associação Cristã de Moços de Holyoke, em Massachusetts, nos Estados Unidos. Apesar da prática constante do recém-criado basquetebol, um grupo de alunos pediu ao professor Morgan que inventasse um jogo no qual não houvesse tanto contato físico entre os participantes. Morgan pegou uma rede de tênis e fixou-a a uma distância maior do solo, dividindo o espaço de jogo em dois lados. Ele usou como bola a câmara de uma bola de basquetebol e apresentou aos alunos algumas regras para o desenvolvimento da atividade, então chamada de *mintonette*. Para iniciar a disputa do ponto, o jogador de uma das equipes deveria se posicionar no final do seu espaço de jogo e fazer o saque, ou seja, golpear a bola com uma das mãos de modo que ela passasse por cima da rede e alcançasse o campo do adversário. Se a bola tocasse no solo, a equipe que sacou marcaria um ponto. Para evitar a marcação de pontos, os jogadores do outro time deveriam usar as mãos para rebater a bola para o outro campo, também com o intuito de fazê-la tocar no solo. Se isso acontecesse, o saque passaria a ser da equipe que colocou a bola no chão do adversário, não constituindo ponto, mas “vantagem”.

Pouco tempo depois, a modalidade foi oficialmente denominada *volleyball*. Inicialmente eram comuns apenas os movimentos do saque por baixo, do toque e do bloqueio, porém, com a evolução da modalidade, surgiram outros movimentos, como a cortada, a manchete, os rolamentos e os mergulhos.

No Brasil, o voleibol de quadra começou a despertar maior interesse da população na década de 1980 devido à transmissão em canal de televisão de partidas da seleção brasileira e de equipes em competições nacionais.

O bom desempenho das seleções masculinas e femininas nos eventos esportivos no final do século XX e início do XXI mantiveram a popularização do voleibol em nosso país, destacando-se os três ouros olímpicos da seleção masculina (1992, 2004 e 2016) e os dois ouros olímpicos da seleção feminina (2008 e 2012), além dos títulos em campeonatos mundiais e ligas mundiais, pelos homens, e nos *grand prix*, pelas mulheres. Em 2018, ligas mundiais e *grand prix* foram substituídos pela Liga das Nações do Voleibol, tanto para jogos masculinos como femininos.

Atualmente, a modalidade continua atraindo muitos adeptos, tanto apreciadores quanto praticantes, caracterizando-se como um importante esporte a ser tratado no ambiente escolar.

Experimentação e Fruição

Voleibol com bola grande de plástico

Objetivos: Compreender o desenvolvimento do jogo de voleibol. Vivenciar o jogo de forma adaptada.

Materiais: rede de voleibol, corda elástica grande (ou tecido elástico ou barbante grosso), bolas grandes de plástico e giz

Procedimentos

Adote os seguintes procedimentos para a realização desta atividade.

Estenda uma corda comprida (ou tecido elástico ou barbante grosso) entre duas traves de futsal em uma quadra poliesportiva (ou em outro local semelhante) para simular redes de voleibol. Faça as demarcações de miniquadras com o giz (em sentido transversal ao do campo de jogo) e peça aos alunos que se organizem em grupos de três ou quatro integrantes. Distribua uma bola grande de plástico às equipes posicionadas em cada miniquadra (por ser um material leve, a velocidade de deslocamento dela é mais compatível com a faixa etária).

Estabeleça algumas regras básicas: a bola deve ser rebatida para o outro lado da rede e, se tocar na quadra oposta, a equipe que a lançou ganha um ponto; se, no entanto, ela cair fora do campo de jogo do adversário ou na própria quadra de quem a tentou lançar, o ponto vai para o outro time. Explique também aos alunos que não é permitido a um jogador tocar na bola duas vezes seguidas, bem como que as equipes não podem dar mais de três toques nela ao tentar rebatê-la para o outro lado.

Realize um rodízio para que os alunos vivenciem o jogo entre diferentes grupos.

Em um segundo momento, utilize a demarcação do campo de vôlei da quadra poliesportiva (ou espaço semelhante) para a realização da atividade, a qual também deve ser feita com as bolas grandes de plástico. Use corda ou rede de voleibol para separar os espaços de jogo. Depois, organize a turma em três grupos e faça um revezamento entre eles de modo que, enquanto dois grupos jogam, o terceiro aguarda sua vez observando a partida. Para facilitar o saque, oriente os alunos a realizá-lo do centro de cada lado da quadra (ou próximo da rede, se a dificuldade persistir).

Observação: Durante a execução dessa última atividade, não é necessário que ocorra o rodízio formal do voleibol, pois os grupos são compostos de mais de seis integrantes. Promova somente um revezamento no posicionamento dos alunos, de forma que eles experimentem jogar próximos e distantes da rede.

Discussão

Forme um círculo para conversar sobre as vivências da turma com o voleibol: “Quais foram as principais dificuldades encontradas nessas atividades?”, “Onde foi mais prazeroso jogar, nas miniquadras ou na quadra grande? Por quê?” (Destaque que, nas miniquadras, há maior facilidade para o desenvolvimento do jogo, possibilitando um maior número de contatos dos alunos com a bola.), “Qual é o principal movimento executado durante as atividades?” (Rebatida.), “Como é possível marcar pontos?” (Quando a bola toca na quadra adversária ou é rebatida para fora do campo de jogo, entre outras possibilidades.).

Peça aos alunos que relatem as diferenças nos deslocamentos feitos pelos jogadores no voleibol de quadra – um esporte de rede – e os realizados por atletas do futebol de campo, basquetebol e handebol – esportes de invasão. Espera-se que eles percebam que no voleibol de quadra, e em outros esportes de rede, cada equipe joga em seu campo, não havendo ocupação do campo adversário, o que ocorre nos esportes de invasão.

Procure levantar com a turma informações sobre como se pode pontuar nos esportes de rede e de invasão. (Nos esportes de rede não há um alvo específico e a marcação de pontos decorre das ações da equipe ou mesmo de erros do adversário; nos esportes de invasão há um alvo específico a ser alcançado para que haja pontuação, como o gol, no futebol, e a cesta, no basquetebol.)

Observação: Explique aos alunos que os esportes de parede de rebote/muro, como o *squash*, também são da categoria esportes de rede.

Construção de valores

Voleibol paralímpico

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar o voleibol paralímpico direcionado para pessoas com deficiência.

Materiais: corda elástica grande (ou tecido elástico), bolas grandes de plástico e giz

Procedimentos

Organize os alunos em grupos de seis e peça-lhes que sentem no chão, formando um círculo. Oriente-os a fazer rebatidas com a bola entre os componentes do grupo, não podendo se levantar para executar os movimentos.

Em outro momento, demarque miniquadras divididas por uma corda elástica, que representa a rede de voleibol. Disponha cada grupo de seis alunos em seus respectivos lados da quadra para iniciar o jogo de voleibol paralímpico.

Explique que as regras são as mesmas do voleibol de quadra.

Acompanhe as partidas e, ao término delas, converse com eles sobre essa atividade: “Como foi a experiência de jogar sentado?”, “Vocês também se divertiram?”. Ressalte a importância de valorizar ações que visem à inclusão de pessoas com deficiência em todos os segmentos da vida em sociedade.

Para saber mais

- Confederação Brasileira de Voleibol. Vôlei Brasil. Disponível em: <<https://cbv.com.br/>>. Acesso em: 2 mar. 2021.
- Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: <<https://www.cpb.org.br/modalidades/60/volei-sentado>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Avaliação e Registro

Solicite aos alunos o preenchimento de uma tabela, como a do modelo abaixo, que compara as características da categoria de esporte de rede/quadra dividida com a de invasão ou territorial. Escreva-a na lousa ou providencie cópias dela para a turma.

CARACTERÍSTICAS DAS CATEGORIAS DE ESPORTES DE REDE/QUADRA DIVIDIDA E DE INVASÃO OU TERRITORIAL		
Categoria de esporte	Características	
	Rede/quadra dividida	Invasão ou territorial
Individual e/ou coletivo		
Objetivos		
Ocupação dos espaços do campo/quadra		
Exemplos de movimentos		
Possibilidades para pontuar		

Fonte: GONZÁLEZ, F. J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lecturas, Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, v. 71, abr. 2004. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd71/esportes.htm>>. Acesso em: 6 abr. 2021.

Classificação dos esportes

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender o modelo de classificação dos esportes. • Efetuar a classificação de diferentes modalidades esportivas.
Habilidades da BNCC	EF35EF05 e EF35EF06
Número de aulas	6
Materiais	Figuras de modalidades esportivas e papel sulfite.
Sequência de atividades	Peça aos alunos que relembrem os esportes vivenciados nos anos anteriores. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção “Experimentação e Fruição”.
Avaliação	Verifique a aprendizagem dos alunos por meio de pesquisa e peça que estabeleçam relações acerca do tema tratado.

Para começar

Nosso propósito, neste momento, é realizar uma síntese das categorias esportivas contempladas durante os anos iniciais, bem como fundamentar o conceito de esporte e apresentar uma possibilidade de classificação das suas manifestações.

Essa classificação inclui a categoria de esporte de combate ou luta e a de esporte técnico-combinatório ou estético, as quais não foram contempladas de forma específica pelo fato de a abordagem delas ocorrer a partir do terceiro ciclo da *Base Nacional Comum Curricular*. Portanto, esse momento é oportuno para explicar aos alunos a existência dessas duas categorias no modelo de classificação dos esportes adotado nesta coleção. Na categoria dos esportes de combate ou luta, podem ser citados como exemplos o judô, o boxe e a esgrima. Na categoria de esportes técnico-combinatórios ou estéticos, os exemplos são a ginástica artística, a ginástica rítmica e o nado artístico.

Inicie o tema com uma retomada de todos os esportes que foram vivenciados nos anos anteriores. Peça aos alunos que relembrem as modalidades vivenciadas, escrevendo-as na lousa. Caso eles não tenham tido contato com os conteúdos do primeiro volume desta coleção (1º e 2º anos), é importante resgatar todos os esportes trabalhados naqueles dois anos, bem como identificar as categorias nas quais cada um deles se enquadra.

É provável que nessa conversa os alunos citem alguns conteúdos que não se enquadram como esporte. Essa ocorrência cria uma situação interessante para resgatar o conceito de esporte e recordar a diferença entre jogo e esporte. Ressalte que, para que uma prática corporal seja entendida como esporte, ela deve pertencer a uma associação, federação ou confederação, as quais estabelecem normatizações e regulamentos referentes a determinada modalidade esportiva. Essas instituições são responsáveis pela padronização das regras e pela organização de competições oficiais.

Caso não surja tal situação, procure provocá-la. Pergunte aos alunos se algumas manifestações da cultura corporal de movimento são ou não esportes, tais como basquetebol, judô, queimada, capoeira, danças, atletismo, ginástica localizada etc.

Modelo de classificação dos esportes

Vários pesquisadores buscam uma classificação para os esportes que facilite o entendimento e o ensino. Nos dois livros da coleção, bem como no documento da *Base Nacional Comum Curricular*, foi adotada a classificação elaborada pelo professor Fernando Jaime González (2004)¹.

O primeiro critério que González propõe para a classificação diz respeito à interação do jogador com os companheiros. São considerados esportes coletivos as práticas corporais que estabelecem uma relação colaborativa entre os companheiros de equipe. Os esportes individuais são aqueles em que não há essa colaboração.

O segundo critério leva em conta a relação estabelecida com o adversário, ou seja, identifica esportes em que há relação ou oposição direta com o adversário e esportes em que essa situação não ocorre. No primeiro caso, temos como exemplos o judô, o beisebol, o voleibol e o basquetebol, que exigem constantes adaptações dos jogadores em relação às ações de seus adversários. Essa particularidade diferencia esses esportes daqueles em que não há essa interação ou oposição direta, como o atletismo, a ginástica artística e o remo.

Outros critérios de classificação apresentados por González mantêm relação direta com o critério de interação com o adversário, já que propõem uma divisão específica, tanto para os esportes em que há interação ou oposição direta com os adversários quanto para aqueles em que não há essa interação ou oposição.

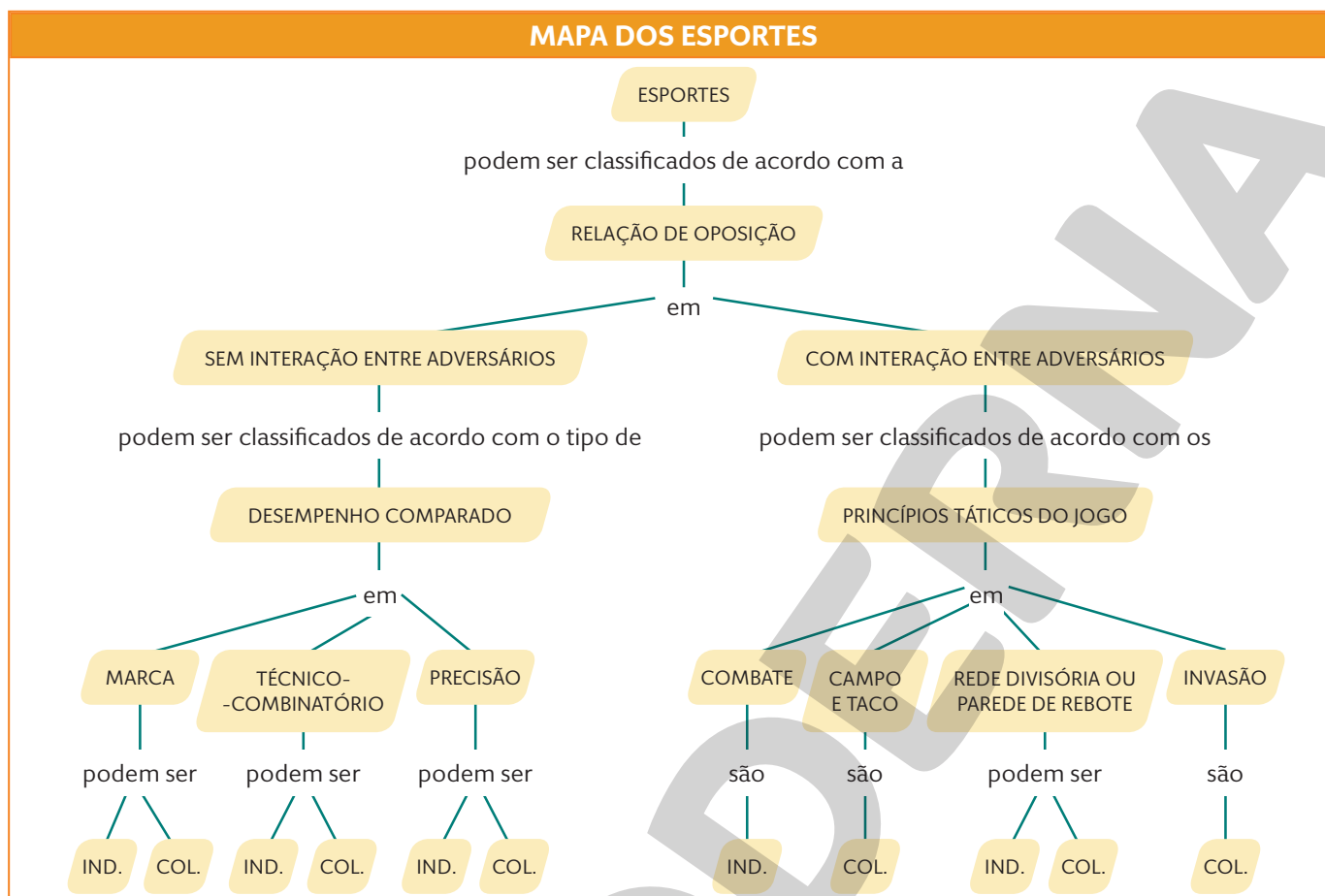
Esse autor propõe que, para os esportes em que os adversários não interagem (sem oposição direta), o critério para avaliar o vencedor seja a comparação dos desempenhos dos participantes. São três as categorias: esportes de marca, como atletismo e natação; esportes técnico-combinatórios, como ginástica artística e *skate*; e esportes de precisão, como arco e flecha e golfe.

No caso dos esportes em que os adversários interagem (com oposição direta), o critério de classificação deve ser o objetivo tático da ação. São quatro as categorias: esportes de combate ou luta, como judô e esgrima; esportes de campo e taco, como beisebol e críquete; esportes de rede/quadra dividida ou muro/parede de rebote, como voleibol e *squash*; e esportes de invasão ou territoriais, como futebol de campo e basquetebol.

É importante observar que existe uma diferença fundamental entre os grupos de esportes com e sem interação entre os adversários: a tomada de decisão. Os esportes sem interação não exigem tomadas de decisão durante sua realização, pois não há interferência do adversário. Basta que o atleta execute sua técnica de movimento da melhor forma possível. Nos esportes com interação, é necessário que os atletas tomem sucessivas decisões de acordo com as ações promovidas pelos adversários. Desse modo, além da execução técnica, o atleta precisa demonstrar uma boa leitura de jogo (prever ou saber antecipar a ação do adversário) combinada com decisões inteligentes para resolver os problemas que cada situação de jogo lhe impõe (fazer uma escolha bem-sucedida entre passar a bola, driblar ou chutar ao gol em um lance de um jogo de futebol, por exemplo).

1 GONZÁLEZ, F. J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, ano 10, n. 71, abril 2004. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd71/esportes.htm>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

O modelo de classificação abaixo propicia ao aluno uma visão da complexidade inerente ao conteúdo “esportes”.



Mapa dos esportes (GONZÁLEZ; FRAGA, 2009²).

Experimentação e Fruição

Classificação dos esportes

Objetivo: Classificar as modalidades olímpicas de acordo com os critérios do modelo de classificação.

Materiais: imagens de modalidades esportivas, papel sulfite

Procedimentos

Reúna-se com os alunos para relacionar os esportes identificados em “Para começar” (e suas respectivas categorias) com o modelo de classificação apresentado em “Análise e Compreensão”.

Em outro momento, organize os alunos em grupos e distribua cópias dos pictogramas das modalidades esportivas dos Jogos Olímpicos de Tóquio, adiados de 2020 para 2021 por conta da pandemia de Covid-19 (veja figura na próxima página). Copie na lousa a tabela de classificação dos esportes (página 173), a qual deve ser reproduzida e preenchida por eles em uma folha de papel sulfite.

² GONZÁLEZ, F. J.; FRAGA, A. B. Educação Física: ensino fundamental: livro do professor. In: Rio Grande do Sul. Secretaria de Estado da Educação. Departamento Pedagógico (org.). *Lições do Rio Grande*: livro do professor. Porto Alegre: SE/DP, 2009. v. 2, p. 115-129.

PICTOGRAMAS DOS JOGOS OLÍMPICOS DE TÓQUIO



Atletismo



Badminton



Basquete 3x3



Basquetebol



Beisebol/Softbol
Beisebol



Beisebol/Softbol
Softbol



Boxe



Canoagem
sialom



Canoagem
velocidade



Caratê
Kata



Caratê
Kumite



Ciclismo BMX
corrida



Ciclismo BMX
freestyle



Ciclismo de
estrada



Ciclismo de
pista



Ciclismo
mountain bike



Escalada
esportiva



Esgrima



Futebol



Ginástica
artística



Ginástica
rítmica



Golfe



Handebol



Hipismo
adestramento



Hipismo CCE



Hipismo saltos



Hóquei sobre
grama



Judô



Levantamento
de peso



Luta estilo livre



Maratona
aquática



Nado artístico



Natação



Pentatlo
moderno



Polo
aquático



Remo



Rúgbi



Salto
ornamental



Skate



Surfe



Taekwondo



Tênis



Tênis de
mesa



Tiro com arco



Tiro
esportivo



Trampolim
acrobático



Triatlo



Vela



Vôlei de
praia



Voleibol

CLASSIFICAÇÃO DOS ESPORTES

Relação com o adversário	Esporte sem interação ou oposição direta			Esporte com interação ou oposição direta			
Categorias de esporte	Esportes de marca	Esportes técnico-combinatórios ou estéticos	Esportes de precisão	Esportes de luta ou combate	Esportes de campo e taco	Esportes de rede/quadra dividida e parede de rebote/muro	Esportes de invasão ou territorial
Coletivos	Atletismo (revezamentos) Canoagem velocidade (por equipe) Ciclismo de pista (por equipe) Natação (revezamentos) Remo (por equipe) Vela (dupla)	Ginástica rítmica (por equipe) Nado artístico Salto ornamental (dupla) Trampolim acrobático (dupla)			Beisebol Softbol	<i>Badminton</i> (dupla) Tênis (dupla) Tênis de mesa (dupla) Voleibol Vôlei de praia	Basquete 3x3 Basquetebol Futebol Handebol Hóquei sobre grama Polo aquático Rúgbi
Individuais	Atletismo Canoagem <i>slalom</i> Canoagem velocidade Ciclismo BMX corrida Ciclismo de pista Ciclismo de estrada Ciclismo <i>mountain bike</i> Hipismo saltos Levantamento de peso Maratona aquática Natação Remo Triatlo Vela Escalada esportiva	Ginástica artística Ginástica rítmica Ciclismo BMX <i>freestyle</i> Hipismo adestramento Salto ornamental Trampolim acrobático Caratê <i>Kata</i> Skate Surfe	Tiro esportivo Tiro com arco Golfe	Boxe Esgrima Judô Luta estilo livre <i>Taekwondo</i> Caratê <i>Kumite</i>		<i>Badminton</i> Tênis Tênis de mesa	

Fonte: GONZÁLEZ, F. J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lecturas, Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, v. 71, abr. 2004.

Observação: É importante destacar que o pentatlo moderno não pode ser classificado em uma única categoria, pois combina esportes de diferentes categorias: esporte de precisão (tiro), esporte de marca (natação, corrida e hipismo/saltos) e esporte de combate (esgrima). O mesmo ocorre com o hipismo concurso completo de equitação (CCE), que envolve esporte técnico-combinatório (adestramento) e esporte de marca (saltos e *cross-country*).

Discussão

Depois de preenchida a tabela de classificação dos esportes, organize os alunos em círculo e incentive o debate sobre as modalidades esportivas presentes nos Jogos Olímpicos Tóquio 2020 por meio de perguntas: “Qual categoria teve o maior número de esportes?” (Esportes de marca.), “Em quais categorias houve disputas de esportes individuais?” (Esportes de marca, técnico-combinatórios, de precisão, de combate e de rede.), “Em quais categorias houve disputas de esportes coletivos?” (Esportes de marca, técnico-combinatórios, campo e taco, de rede e invasão.), “Em quais categorias ocorreram competições tanto individuais quanto coletivas?” (Esportes de marca, técnico-combinatórios e de rede.), “Vocês sabiam que havia essa grande quantidade de esportes nos Jogos Olímpicos?”, “Como essa tabela pode nos ajudar a melhorar nossa compreensão sobre a variedade de esportes?” (É importante destacar que a tabela nos revela a grande diversidade que há no mundo do esporte).

Aproveite para propor uma reflexão sobre a reduzida divulgação de modalidades esportivas na mídia. Pergunte aos alunos quais seriam os motivos de os canais de televisão abertos fazerem apenas a cobertura de jogos de futebol e, esporadicamente, de outras modalidades, como o voleibol e o basquetebol. Questione-os sobre a relação possível de ser estabelecida entre os critérios para selecionar os produtos transmitidos na televisão aberta envolvendo eventos esportivos e o interesse da população. É uma forma, por exemplo, de reforçar o consumo do futebol masculino em detrimento do feminino e de demais modalidades esportivas.

Para saber mais

- GONZÁLEZ, F. J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, ano 10, n. 71, abril 2004. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd71/esportes.htm>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

O artigo explica os critérios adotados para alicerçar o modelo de classificação do esporte que tem como referência a lógica interna presente nas variadas modalidades esportivas.

- Lições do Rio Grande. Secretaria da Educação do Governo do Rio Grande do Sul. Referencial Curricular do Estado do Rio Grande do Sul – Educação Física (caderno do aluno). Disponível em: <http://servicos.educacao.rs.gov.br/dados/refer_curric_aluno_EF_78.pdf>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Material destinado aos estudantes com sugestões de atividades didático-pedagógicas.

Avaliação e Registro

Solicite aos alunos que pesquisem em casa, com a participação dos familiares, quais são as modalidades esportivas presentes nos Jogos Olímpicos de Inverno e como ocorre o desenvolvimento de cada uma delas. Em seguida, oriente-os a classificar cada modalidade na categoria de esporte de acordo com o modelo de classificação trabalhado nas aulas.

5^o
ANO

Brincadeiras e jogos

TEMA

1

Jogos africanos e indígenas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Valorizar a cultura afro-brasileira e a indígena.• Conhecer e vivenciar jogos afro-brasileiros e indígenas.• Refletir e permitir a participação segura de todos, inclusive aqueles com deficiência.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02, EF35EF03 e EF35EF04
Número de aulas	10
Materiais	Cinco a nove latas vazias, uma bola de meia, giz, dois metros de barbante, cabos de vassoura cortados ao meio, bastões (ou lanças feitas de jornal).
Sequência de atividades	Proponha aos alunos uma conversa sobre a África e, na sequência, sobre os povos indígenas brasileiros. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção "Construção de valores".
Avaliação	Analise as características dos jogos recriados pelos alunos e reforce a importância das brincadeiras e dos jogos de matriz africana e indígena como patrimônio histórico-cultural.

Para começar

Inicie a abordagem do tema propondo aos alunos uma conversa sobre a África e, na sequência, sobre os povos indígenas brasileiros. Em momento oportuno dessa discussão, estabeleça um vínculo entre esses dois assuntos, conforme sugerido mais adiante.

Comece pela África: "Vocês já ouviram falar desse continente? Como ele é e o que tem lá?", "Quando e por que os africanos vieram para o Brasil?", "De que forma eles influenciaram a nossa cultura?".

A apresentação do vídeo sugerido a seguir constitui uma estratégia interessante para ampliar o conhecimento dos alunos sobre a África: *Um continente a ser lembrado*. Geografia. Telecurso. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=avnrlrSbsA>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Converse também com os alunos sobre os povos indígenas brasileiros: "Onde e como eles vivem?", "O que tem acontecido com eles ao longo da história?", "Quais são as contribuições desses povos para a nossa cultura?".

Caso tenha oportunidade, exiba o vídeo *Índios do Brasil*. Capítulo 1. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ScaUURAJkC0>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Durante esse primeiro debate, lembre os alunos da discriminação e do preconceito contra os negros e os indígenas ainda muito presentes em nossa sociedade.

Reforce para eles que as aulas desse tema enfatizam as contribuições dos povos africanos e indígenas na construção de brincadeiras.

Análise e Compreensão

1. A influência dos africanos no Brasil

A África é o terceiro maior continente da Terra e o segundo mais populoso. Atualmente, cinco países africanos têm o português como língua oficial: Cabo Verde, São Tomé e Príncipe, Guiné Bissau, Angola e Moçambique. Os povos africanos foram trazidos da África para o Brasil pelos europeus na época da colonização. Muitos morriam na viagem, pois vinham muitas vezes acorrentados em navios negreiros superlotados. Cada navio desembarcou numa região diferente da colônia, como Bahia, Rio de Janeiro e Maranhão. Em sua chegada, eles eram separados das famílias e vendidos como mercadorias para trabalhar como escravizados para os europeus que aqui residiam. Os negros escravizados permaneceram nessa condição por trezentos anos.

Por serem considerados inferiores devido à sua etnia, os negros eram discriminados e, conseqüentemente, sua língua, religião, festas e rituais foram subjugados e sofreram a imposição dos padrões da cultura de seus senhores. Mesmo assim, como forma de resistência, eles mantiveram sua cultura e, buscando a sobrevivência e a fuga da condição de escravos, criaram a capoeira como forma de defesa.

Após a libertação em 1888, os libertos continuaram marginalizados pela sociedade e não obtiveram melhora em suas condições de moradia, alimentação, saúde e higiene. Com muita luta e defesa de suas raízes, os negros influenciaram e ainda influenciam diversos aspectos da cultura brasileira na arte, música, culinária, religião, dança, no comportamento social etc. “Assim, nota-se a importância de os alunos conhecerem sua história, origens e sua cultura, pois dessa forma poderão buscar e pensar em uma desconstrução gradativa das intolerâncias culturais, principalmente as [sofridas pelos] negros escravizados” (SOARES, 2015, p. 13)¹.

2. Os jogos indígenas

Desde a chegada dos portugueses ao Brasil até a década de 1970, a população indígena diminuiu drasticamente, sendo que muitos povos foram extintos. Em 1500, estima-se que havia três milhões de indígenas na então colônia portuguesa. No censo realizado em 2010, essa população era de 896.917 (FUNAI)².

Esse número está distribuído em 305 etnias e a maior concentração da população indígena fica no Norte do país. Cerca de 17,5% desses povos não falam português, constando-se a existência de 214 línguas indígenas. As vestimentas variam de acordo com as tradições da aldeia e incluem acessórios naturais e pinturas corporais.

Embora muitos povos preservem suas tradições, a sociedade contemporânea também influencia a vida deles. Atualmente, muitas aldeias se apropriam das tecnologias, como televisão a cabo, celular e utensílios domésticos. Os indígenas estão inseridos na dinâmica da sociedade e muitos deles frequentam a universidade e ocupam cargos públicos.

Os povos indígenas têm práticas corporais próprias que podem variar de acordo com o povo. Da mesma forma que incorporam as tecnologias em seu cotidiano, adotam algumas práticas corporais, como o futebol.

1 - SOARES, D. C. *A temática afro-brasileira no contexto da Educação Física escolar*. 2015. 62 f. Trabalho de conclusão de curso (licenciatura em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências, Rio Claro, 2015.

2 FUNAI. Fundação Nacional do Índio. *Site oficial do órgão indigenista*. Dados do IBGE disponíveis em: <<http://www.funai.gov.br/arquivos/conteudo/ascom/2013/img/12-Dez/pdf-brasil-ind.pdf>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Em 2015, foram realizados os Primeiros Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, em Palmas (TO), cujo objetivo era integrar os povos, promover o resgate e as celebrações das culturas indígenas de diversos países. O evento foi composto de competições de esportes ocidentais competitivos e esportes indígenas, como tiro com arco e flecha, arremesso de lança, cabo de força, corrida de velocidade rústica (100 m), canoagem rústica tradicional, corrida de tora, lutas corporais, *xikunahati*, futebol de campo, atletismo e natação (travessia).

3. Brincadeiras e jogos africanos e indígenas

Muitos jogos populares atualmente presentes na cultura brasileira são de origem africana e indígena. Grande parte de nossa cultura é formada pela contribuição de portugueses, africanos, indígenas e pela miscigenação oriunda do contato entre esses povos.

A Lei 11.645/08 torna obrigatório “o estudo da história e cultura afro-brasileira e indígena” nas escolas públicas e privadas de Ensino Fundamental e Ensino Médio a fim de serem reconhecidas e valorizadas as culturas que deram origem ao povo brasileiro.

São muitos os exemplos das contribuições da cultura africana e da indígena nos conhecimentos tratados pela Educação Física. Nas danças, o samba e o carimbó; nos jogos, os escravos de Jó, as cinco-marias, o cabo de guerra e a peteca; e nas lutas, a capoeira.

É importante que os alunos valorizem as contribuições dos diferentes povos que constituem nosso país, com respeito às diferenças e enfrentamento à discriminação e ao preconceito, conforme é indicado pela BNCC (BRASIL, 2018)³.

Experimentação e Fruição

1. *My God*⁴ (Meu Deus)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar um jogo africano de Moçambique.

Materiais: de cinco a nove latas vazias, uma bola de meia e giz

Importante: Fique atento para que as latas não tenham bordas irregulares cortantes. Dê preferência às latas com tampas plásticas.

Procedimentos

Organize a classe em duas equipes, desenhe um círculo no centro da quadra e coloque as latas vazias dentro dele.

Oriente uma das equipes a se posicionar no centro da quadra. Seus integrantes devem entrar no círculo de dois em dois, empilhar as latas, derrubá-las com uma das pernas e gritar “*My God!*”.

Peça à outra equipe que se espalhe nas laterais da quadra para tentar derrubar as latas com a bola de meia (impedindo que elas sejam empilhadas) e/ou queimar a dupla do centro. Caso a equipe derrube as latas e/ou acerte um dos jogadores dentro do círculo, a dupla deve ser substituída.

A cada empilhamento bem-sucedido das latas seguido por sua derrubada, a dupla vencedora consegue um ponto para a sua equipe, e outros dois alunos dessa equipe entram

³ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018.

⁴ Jogo adaptado de MARANHÃO, F. *Jogos africanos e afro-brasileiros nas aulas de Educação Física: processos educativos das relações étnico-raciais*. 2009. 173 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Paulo, 2009.

no centro para empilhar as latas e derrubá-las novamente. Depois de determinado tempo, mude as posições dos grupos.

Ganha o jogo a equipe que empilhar e derrubar mais vezes as latas gritando “My God!”.

2. Terra-mar

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar um jogo africano de Moçambique.

Material: giz

Procedimentos

Trace uma linha no chão com o giz (ou utilize a já existente na quadra). De um lado escreva “terra” e, do outro, “mar”. Um atrás do outro, os alunos devem iniciar o jogo em cima da linha.

Quando você disser “terra” ou “mar”, os alunos devem saltar para o lado indicado.

Quando eles estiverem mais familiarizados com os comandos, fale as palavras rapidamente ou repita seguidamente uma delas a fim de confundir as escolhas. Vence a competição aquele que não errar.

Moçambique é um país situado no sudeste do continente africano, cuja capital é Maputo. Seu litoral extenso possibilitou forte comércio e trocas culturais com países de outros continentes desde o século XV. O idioma oficial é o português.

3. Amarelinha africana (teca-teca)

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar um jogo de origem africana.

Material: giz

Procedimentos

Desenhe no chão um tabuleiro conforme a figura. Peça que os alunos façam uma fila de frente para os dois quadrados da esquerda. A brincadeira é acompanhada pela música “Minuê, minuê, le gusta la dancê. Le gusta la dancê, la dança, minuê”, que pode ser cantada por eles ou reproduzida em um aparelho de som.

Ao iniciar a música, o primeiro aluno deve saltar sobre os dois quadrados da frente, depois pular para os quadrados de sua direita até a outra ponta do tabuleiro e voltar saltando até o ponto inicial. Para continuar, deve saltar para os dois quadrados de sua frente fazendo a mesma sequência até passar por todos os quadrados e sair do tabuleiro. Os saltos devem ser feitos com um pé em cada quadrado e no mesmo ritmo durante a canção.

Assim que cada aluno saltar para a segunda fileira de quadrados, o próximo da fila deve entrar no tabuleiro e fazer a mesma sequência.

Veja variações da brincadeira em: <<https://www.youtube.com/watch?v=f13xcXp0pJU>>. Acesso em: 4 mar. 2021.

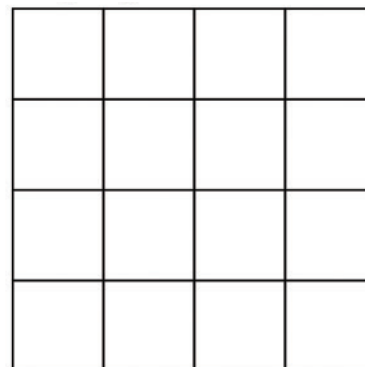


ILUSTRAÇÃO: DIOGO SAUT

4. Ketinho mitselü

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar um jogo indígena do povo Kalapalo.

Material: dois metros de barbante

Procedimentos

Organize os alunos em duplas e entregue a cada uma dois metros de barbante, cujas extremidades devem ser amarradas uma na outra.

Explique que os indígenas usam fios de algodão ou de palha de buriti para formar figuras por meio do seu entrelaçamento nos dedos. Este jogo é semelhante ao conhecido por “cama de gato”.

Oriente os alunos a entrelaçar o barbante nos dedos de modo que forme diferentes figuras geométricas. Esse barbante deve ser repassado para a mão do colega sem desmanchar a figura. Veja como se faz.

Estique o barbante com os lados opostos aos das palmas das mãos, deixando apenas os polegares de fora. Ao ser esticado, o barbante forma um retângulo (figura 1).

Leve a mão direita até a esquerda passando-a por baixo da lateral esquerda do barbante de modo que ele faça a volta entre os dedos da mão direita (figura 2). Faça o mesmo com a mão esquerda, a qual deve passar por baixo da lateral direita do barbante (figura 3).

Depois, passe o dedo médio da mão direita por baixo do barbante recém-enrolado na mão esquerda e estique-o novamente (figura 4). Proceda da mesma maneira com a outra mão (figura 5). Nesse momento, mostre aos alunos o “X” formado em cada lateral do retângulo (figura 6).

Convide um aluno a pegar o barbante colocando o indicador e o polegar de cada mão no centro do “X” de cada lado, passando as mãos por baixo da linha inferior de modo que o barbante fique entrelaçado em seus dedos. O barbante deve ser passado de uma pessoa para outra sem desmanchar o “X” até que as duplas consigam retornar à posição inicial. Depois, troque as duplas.

Para entender melhor esse procedimento e as outras figuras da brincadeira, acesse: *Como brincar de cama de gato*. Educar para crescer. 10 jul. 2013. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WPG3bHakrxg>>.

Acesso em: 2 mar. 2021.

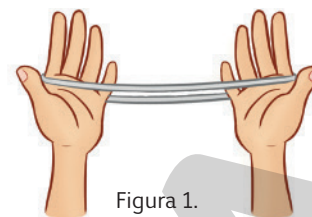


Figura 1.

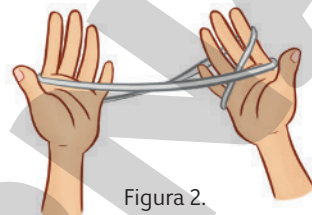


Figura 2.

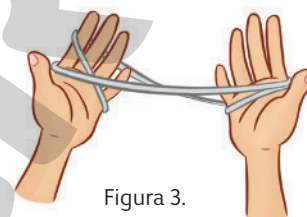


Figura 3.

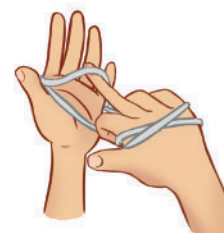


Figura 4.

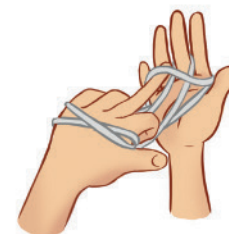


Figura 5.

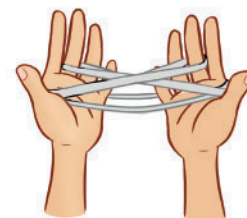


Figura 6.

ILUSTRAÇÕES: MAYARA SAMPAIO

Os Kalapalo vivem no sul do Parque Indígena do Xingu, em Mato Grosso. No jogo *Ketinho mitselü*, eles formam figuras da mitologia ou de animais importantes em suas tradições.

5. Kolidihô

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar um jogo indígena do povo Pareci.

Material: cabos de vassoura cortados ao meio, bastões ou lanças feitas de jornal

Procedimentos

Explique aos alunos que, nesse jogo, os indígenas arremessam toras de madeira a uma distância mínima de sete metros da linha de lançamento. As regras são parecidas com as da bocha.

Organize a turma em pequenos grupos e distribua a cada um deles os cabos de vassoura. Alinhe-os no local de lançamento. Cabe a você arremessar o primeiro cabo. Em seguida, oriente os alunos a jogar o cabo, um de cada vez, na tentativa de deixá-los a uma distância de no máximo um palmo do primeiro cabo. Vence o aluno que jogar o cabo mais próximo daquele que você lançou.

Os vencedores de cada grupo formam um novo grupo e disputam quem será o novo ganhador.

Observação: Fique atento à segurança dos alunos. Realize a atividade em um local em que não transitem pessoas. Oriente todos os alunos a ficar atrás da linha inicial de lançamento.

Discussão

Discuta com os alunos sobre a modificação que esses jogos sofreram e sobre as trocas culturais: “Vocês conhecem jogos parecidos com os vivenciados nas atividades? Quais?”. Como mencionado, o jogo *Ketinho mitselü* é muito parecido com o “cama de gato”, e o do povo Pareci lembra a bocha e o lançamento de dardo. Considere outras citações dos alunos.

Reforce a importância de conhecermos e valorizarmos os jogos e as brincadeiras que fazem parte da cultura do nosso país.

Os indígenas Pareci vivem no sudoeste de Mato Grosso. Conhecidos como grandes caçadores, desenvolveram jogos de lanças, como o *Kolidihô*, que entretém e auxilia os mais jovens na socialização da aldeia.

Construção de valores

Heiné kuputisü

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Vivenciar um jogo indígena do povo Kalapalo. Refletir e permitir a participação segura de todos os alunos, inclusive aqueles com deficiência.

Material: giz

Procedimentos

Organize os alunos em pequenos grupos. Depois, trace uma linha de largada e, a cem metros dela, a de chegada. Explique a eles que os indígenas marcam as linhas na terra. Se em sua escola não houver muito espaço, considere uma distância menor para a prova.

Oriente-os a correr em um pé só, como saci, sem trocar de pé durante a corrida. Vence quem conseguir completar a prova independentemente de ser o primeiro ou o último a fazê-lo. Explique a eles que, nesse jogo, é mais importante cumprir a prova do que ser o primeiro a completá-la.

Discussão

Converse com os alunos sobre essa atividade. Incentive o debate por meio de perguntas: “Vocês gostaram do jogo? Por quê?”, “Esse jogo inclui também as pessoas com deficiência física? De que maneira?”.

Promova uma reflexão sobre a possibilidade de pessoas com deficiência visual ou que tiveram, por exemplo, um dos membros inferiores amputado (ou uma parte dele) participarem da brincadeira. Leve-os a refletir sobre as dificuldades que as pessoas com deficiência enfrentam no cotidiano e como elas podem superá-las.

Para saber mais

- MARANHÃO, F. *Jogos africanos e afro-brasileiros nas aulas de Educação Física: processos educativos das relações étnico-raciais*. 2009. 173 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Paulo, 2009.

O texto apresenta uma maneira de abordar nas aulas de Educação Física questões referentes às relações étnico-raciais e à Lei n. 10.639/2003 com base nos jogos africanos e afro-brasileiros.

- PEREIRA, A. A.; GONÇALVES JUNIOR, L.; SILVA, P. B. G. E. Jogos africanos e afro-brasileiros no contexto das aulas de Educação Física. *In: XII Congresso da Association Internationale pour la Recherche Interculturelle (ARIC): diálogos interculturais: descolonizar o saber e o poder*, 2009, Florianópolis. *Anais*. Florianópolis: UFSC, 2009. p. 1-18.

O estudo apresenta o trabalho com diferentes jogos afro-brasileiros e africanos em um projeto municipal e as contribuições para a identidade e respeito à diversidade étnico-cultural.

- VASCONCELOS, D. G. *Sugestão de atividades afro-indígenas*. Prefeitura Municipal de Ipatinga. 2012. Disponível em: <<https://cenfopeducaofisica.files.wordpress.com/2012/05/cultura-afro-indc3adgena.pdf>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Este documento apresenta diferentes brincadeiras, brinquedos e jogos das culturas indígena e africana, além de outros materiais complementares.

- Vídeos das brincadeiras indígenas. Disponível em: <<https://mirim.org/como-vivem/brincadeiras/>>. Acesso em: 2 mar. 2021.

Avaliação e Registro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Forme grupos de cinco alunos e peça a eles que elaborem um vídeo sobre um dos jogos africanos ou indígenas de que mais gostaram. Nesse vídeo, eles devem recriar o jogo escolhido ou pesquisar um jogo novo e apresentá-lo.

Organize a exibição dos vídeos e, na sequência, proponha a execução de um ou mais jogos recriados.

O objetivo é levar os alunos a explicar as características desses jogos por meio de sua recriação, reforçando a importância do patrimônio histórico-cultural.

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os benefícios, os limites e os malefícios dos jogos digitais. • Transformar os jogos digitais em jogos reais.
Habilidades da BNCC	EF35EF01, EF35EF02, EF35EF03 e EF35EF04
Número de aulas	8
Materiais	Uma bola de borracha, duas bolas de tênis, arcos, coletes e cordas (ou giz).
Sequência de atividades	Pergunte aos alunos qual a relação deles com os jogos digitais. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Avaliação	Analisar a apresentação dos alunos ao mostrarem o jogo real que criaram com base em um jogo digital.

Para começar

Inicie o debate sobre jogos digitais procurando saber a relação dos alunos com essa prática: "Vocês brincam com jogos digitais? Por quanto tempo?", "Quais são os seus jogos preferidos?", "Qual é a diferença desses jogos para os outros que não são digitais?".

Após os questionamentos, organize a turma em grupos de seis alunos cada um e espalhe cartões em diferentes partes da quadra. Nesses cartões, devem estar escritos os benefícios e os malefícios dos jogos digitais. As letras que formam as palavras encontram-se embaralhadas. Exemplo: "CONÇORCNEĀTA" significa "CONCENTRAÇÃO".

Ao seu sinal, os grupos devem pegar um cartão de cada vez, escrever a palavra corretamente do outro lado dele e classificá-la como um benefício ou um malefício.

Quando todas as palavras estiverem classificadas, peça aos grupos que citem um benefício e um malefício dos jogos digitais, justificando suas respostas. Para não ficar repetitivo, solicite a cada grupo que escolha sempre uma palavra não comentada.

Os cartões podem conter as palavras a seguir. Caso considere pertinente, inclua mais algumas.

PALAVRAS DOS CARTÕES

Benefício	Malefício
Criatividade	Exagero
Conhecimento	Sedentarismo
Concentração	Irritação
Coordenação	Vício
Diversão	Antissocial

Enfatize que os jogos digitais proporcionam benefícios desde que praticados moderadamente. Instigue os alunos a praticar mais atividades físicas ao ar livre e a realizar brincadeiras com amigos e familiares. Explique que nas atividades a seguir eles poderão experimentar jogos reais baseados em jogos digitais.

1. Os jogos digitais

O jogo é um fenômeno da cultura corporal de movimento que apresenta flexibilidade nas regras, as quais são adaptadas de acordo com os materiais, os espaços, o número de participantes etc. Ele está presente em festas, comemorações, confraternizações, momentos de lazer e diversão, e também nas aulas de Educação Física, podendo, assim, ser competitivo, cooperativo ou recreativo (BRASIL, 1998⁵; DARIDO; SOUZA JÚNIOR, 2013⁶).

Esse fenômeno se manifesta em diferentes plataformas e uma delas é a digital, uma das tecnologias que crescem em vendas a cada ano. A representação virtual dos jogos é realizada obrigatoriamente em ambientes eletrônicos, como o console, o computador e o celular, apresentando ao jogador uma vasta gama de possibilidades (FERREIRA, 2014⁷).

Os jogos virtuais proporcionam a criação de mundo fictício essencialmente abstrato, promovem interatividade mediada por um sistema eletrônico e são formados por um conjunto de regras rígidas, pouco flexíveis e negociáveis por serem controladas por um sistema computacional. Eles são uma das brincadeiras preferidas dos alunos, e os professores de Educação Física acham pertinente o seu uso nas aulas, porém sentem falta de subsídios que os auxiliem em sua utilização pedagógica (FERREIRA, 2014⁸).

Para o uso dos jogos digitais é preciso que você se familiarize, conheça e se envolva com eles para encontrar os elementos positivos, identificando aqueles que podem auxiliar de fato na aprendizagem dos conteúdos da cultura corporal de movimento, contextualizando e desenvolvendo a criticidade por meio da discussão e aproximação do virtual com o real⁹, e vice-versa.

2. Benefícios, limites e malefícios dos jogos digitais

Estudos apontam alguns malefícios que os jogos digitais podem trazer aos alunos devido ao uso exagerado, como o sedentarismo (eles ficam muito tempo sentados e são pouco motivados para a prática de atividades físicas); a irritação decorrente da perda no jogo, que muitas vezes é extrapolada a outras situações cotidianas; o vício pelo jogo, que leva a uma situação de dependência; competição exacerbada (os competidores sempre querem ganhar para passar de fases e fechar o jogo); e a falta de amigos, pelo fato de passar mais tempo em jogo do que se relacionando com outras crianças (FERREIRA, 2014¹⁰).

É importante orientar os alunos sobre os limites de tempo de uso e para que observem suas condutas durante a execução do jogo, evitando que ocorram prejuízos à saúde e aos relacionamentos (FERREIRA, 2014¹¹).

Se utilizados moderadamente, os jogos digitais apresentam vários aspectos positivos que podem ser aproveitados no contexto escolar e auxiliar na aprendizagem, como a ampliação

5 *Op. cit.*

6 DARIDO, S. C.; SOUZA JÚNIOR, O. M. *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*. 7. ed. Campinas: Papirus, 2013.

7 FERREIRA, A. F. *Os jogos digitais como apoio pedagógico nas aulas de Educação Física escolar pautadas no currículo do estado de São Paulo*. 2014. 127 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2014.

8 *Op. cit.*

9 Embora o jogo virtual também seja real (faça parte da realidade), o termo “real” aqui se refere a jogos não digitais (ao mundo não virtual). Como o uso do termo “real” é muito comum em contraposição a “virtual”, decidimos mantê-lo.

10 *Op. cit.*

11 *Op. cit.*

das experiências sensoriais e táteis; o aumento da atenção; a diversidade de interação (com jogadores em diferentes localidades ou com a própria máquina), considerando a importância do respeito durante o jogo; o conhecimento proporcionado pelos jogos educativos ou pelos que envolvem atividades novas; a coordenação de movimentos; a ludicidade, a diversão e o prazer em aprender; a realização de atividades físicas em jogos em que o controle é feito por meio de movimentos corporais; e o desenvolvimento de algumas capacidades, como criatividade, reflexão, cooperação, tomada de decisão, entre outras (FERREIRA, 2014¹²).

Levando-se em conta o desenvolvimento da criatividade, do lúdico, bem como a ampliação da convivência coletiva e o estímulo da prática de exercícios nas aulas e fora do período escolar, consideramos relevante proporcionar momentos para os alunos transpor as vivências virtuais para contextos reais, reelaborando maneiras de praticar o conteúdo apresentado pelo jogo digital (FERREIRA, 2014¹³).

Experimentação e Fruição

1. Quadribol¹⁴

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Vivenciar o jogo de quadribol com base no jogo virtual.

Materiais: uma bola de borracha, duas bolas de tênis, arcos e coletes

Procedimentos

O quadribol foi apresentado no filme *Harry Potter e a pedra filosofal*. Se possível, exiba o trecho do filme que mostra essa competição e/ou brinque com os alunos o jogo virtual denominado *O campeonato mundial de quadribol* (um jogo para console).

Esclareça aos alunos que o jogo a seguir é uma adaptação para que eles possam experimentar uma prática corporal com os colegas.

Organize a classe em duas equipes. Em cada uma delas deve haver um goleiro, que cuida dos três arcos presos por uma corda na parte de cima da trave do gol de futsal. Ele deve impedir que a bola passe pelos arcos. Os demais jogadores precisam acertar o gol com a bola por meio da troca de passes. Um deles (o pegador) deve ficar no fundo da quadra de defesa e só sai para pegar a bola, ou seja, o “pomo de ouro”.

Todos os jogadores utilizam uma bola de borracha chamada “gole”, como no filme. O pegador só pode capturar o pomo de ouro, que será lançado aleatoriamente pelo juiz.

Cada gol no arco vale 10 pontos, e cada captura do pomo de ouro vale 20 pontos.

Apresente as seguintes regras aos alunos: a bola só pode ser interceptada no ar; não pode haver empurrões e outras atitudes agressivas entre os participantes. O jogador que descumprir uma dessas regras terá de permanecer 30 segundos fora do jogo.

Vence a equipe que marcar mais pontos.

Observação: No quadribol apresentado no trabalho do autor Costa (2006¹⁵), há também os atiradores, os quais não foram incluídos nesse jogo.

12 *Op. cit.*

13 *Op. cit.*

14 Jogo adaptado da dissertação de COSTA, A. Q. *Mídias e jogos: do virtual para uma experiência corporal educativa*. 2006. 190 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2006.

15 *Op. cit.*

O quadribol da série *Harry Potter* conquistou fãs no mundo inteiro. O esporte ultrapassou fronteiras, dos livros foi para o cinema, para os *games* e também para os campos de verdade. Numa mistura de rúgbi, futebol americano e queimada, o quadribol dos trouxas (aqueles que não são bruxos) tem uma associação internacional e uma no Brasil, a Associação Brasileira de Quadribol, e tem até Copa do Mundo.

2. Campo minado

**ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA**

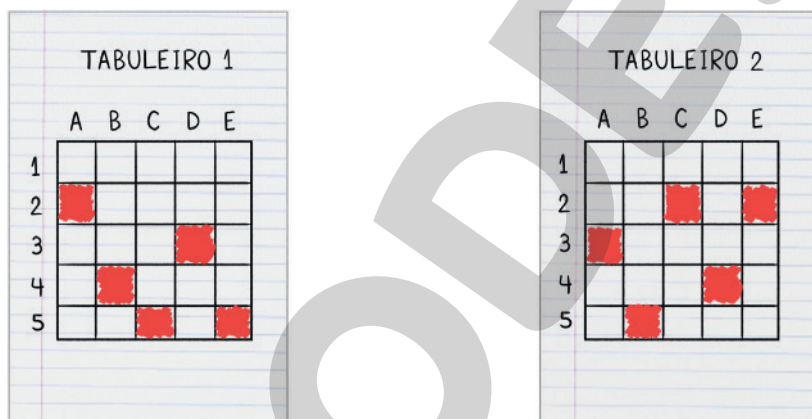
Objetivo: Vivenciar o jogo Campo minado em formato real.

Material: cordas ou giz

Procedimentos

Desenhe no chão da quadra um tabuleiro com cinco linhas (1 a 5) e cinco colunas (A a E), grande o suficiente para que os alunos possam caminhar sobre ele. Utilize giz ou cordas.

Em uma folha de papel, desenhe dois tabuleiros e marque cinco bombas em cada um deles, conforme mostrado na figura a seguir. Esses tabuleiros são o seu planejamento de onde esconder as bombas.



Planejamento da disposição das bombas (em vermelho) nos tabuleiros.

Organize a classe em cinco grupos e posicione cada um em frente a uma letra. Use o seu planejamento do tabuleiro 1. Os grupos devem estabelecer a ordem em que cada integrante joga.

Apresente as regras do jogo: 1) não é permitido andar na diagonal nem para trás (sempre para a frente ou para o lado); 2) pode-se iniciar a partida em qualquer casa da linha número 1; 3) permanece no tabuleiro apenas um aluno de cada grupo, o qual deve ser substituído se chegar ao fim ou se “explodir”; 4) se o aluno pisar na casa com uma bomba, ele “explode”, então sai do tabuleiro e vai para o fim da fila de seu grupo.

Incentive as equipes a auxiliar seus integrantes durante o jogo indicando as melhores direções no tabuleiro.

Cada aluno que alcança a última linha sem explodir ganha um ponto para sua equipe.

Troque as bombas de lugar (use o tabuleiro 2) quando achar pertinente, reiniciando o jogo.

Vence a equipe que fizer mais pontos. Por fim, faça uma rodada pedindo que cada equipe desenhe um tabuleiro com as bombas para que a equipe contrária tente passar o maior número de integrantes sem “explodir”.

Dica: Se houver sala de informática em sua escola, com acesso à internet, deixe que os alunos brinquem com o jogo virtual “Campo minado” antes de irem para a quadra.

Discussão

Auxilie os alunos a perceber as diferenças entre os jogos virtuais e os vivenciados por eles em quadra. Enfatize as adaptações que foram feitas e o prazer em realizar os jogos com os companheiros: “Vocês conseguiram perceber a adaptação do jogo digital?”, “Como foi essa experiência?”, “Quais são as diferenças entre o jogo digital e o disputado na quadra?”, “Quais mudanças foram feitas nas regras?”, “De qual atividade vocês mais gostaram? Por quê?”, “Em qual jogo houve mais movimentação corporal?”.

Se algum dos jogos foi realizado no computador, leve os alunos a perceber que, no jogo virtual, os movimentos são mais restritos, não há utilização de materiais e equipamentos, e as regras são determinadas pelo sistema operacional. Já no jogo executado na quadra, as regras têm de ser estabelecidas previamente pelo professor; há a utilização de materiais, como a bola; os movimentos corporais são livres, sendo necessária a aplicação de mais força para jogar a bola.

Caso os alunos prefiram o jogo virtual, retome com eles os cuidados que devem ter com a saúde e seus relacionamentos. Explique aos alunos que o quadribol e o campo minado são jogos criados em versão virtual e adaptados para serem vivenciados fora desse ambiente. Essa comparação mostra a eles a possibilidade de pensar em diferentes maneiras de transformar os jogos.

Para encerrar a discussão, pergunte aos alunos que outros jogos foram transportados do ambiente virtual para o real, e vice-versa. Ressalte que é mais fácil identificar um jogo que tenha sido adaptado para o ambiente virtual do que um virtual que seja praticado fora desse ambiente.

Promova uma discussão sobre o consumo que muitas vezes leva à compra excessiva de jogos eletrônicos, produzindo mais lixo ao meio ambiente. Pergunte o que os alunos fazem com o descarte de seus brinquedos e proponha a doação desses objetos, quando em bom estado, a crianças que não têm condições de comprá-los. Reforce que é possível brincar, jogar e se divertir sem o uso de tais aparelhos, utilizando a criatividade para a produção de versões reais desses jogos.

Para saber mais

- COSTA, A. Q. *Mídias e jogos: do virtual para uma experiência corporal educativa*. 2006. 190 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2006.

Dissertação que discute questões sobre a influência das mídias no cotidiano e na escola e apresenta o processo de transformação de um jogo virtual em uma experiência nas aulas de Educação Física.

- FERREIRA, A. F. *Os jogos digitais como apoio pedagógico nas aulas de Educação Física escolar pautadas no currículo do estado de São Paulo*. 2014. 127 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2014.

O texto apresenta discussões teóricas e exemplos práticos de como utilizar diferentes jogos digitais no processo de ensino-aprendizagem das práticas corporais.

Avaliação e Registro

Forme grupos de quatro alunos e peça a eles que, em casa, pensem no jogo digital de que mais gostam e tentem transformá-lo em um jogo que possa ser realizado na quadra. Organize uma apresentação e um tempo para vivenciar esses jogos na escola.

Variações dos elementos das lutas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar formas diversificadas de esquivas, imobilizações, agarramentos, equilíbrios e desequilíbrios associadas às lutas para a conquista de objetos e território. • Transformar jogos de lutas. • Reconhecer a possibilidade de a pessoa com deficiência visual praticar luta. • Verificar e programar ações que favoreçam a participação de pessoas com limitações físicas.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15 <i>Lutas de matriz indígena e africana foram abordadas no 3º e 4º anos, respectivamente.</i>
Número de aulas	8
Materiais	Bolas de basquetebol ou de outra modalidade esportiva, cronômetro ou relógio com marcação de segundos, banco sueco, colchões (ou colchonetes), giz, corda de sisal (ou de outro material), venda para os olhos e dispositivo eletrônico para reprodução de vídeos.
Sequência de atividades	Retome com os alunos os conceitos de luta e as diferenças entre essa prática corporal e a briga. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção "Construção de valores".
Avaliação	Acompanhe a criação de jogos de lutas pelos alunos, questionando-os que elementos foram evidenciados.

Para começar

Retome com os alunos os conceitos de luta e as diferenças entre essa prática corporal e a briga. Sempre é bom atualizar esses saberes e as posturas de respeito presentes nesse conteúdo.

Recorde os movimentos característicos das lutas, como equilíbrio, desequilíbrio, esquiva e imobilização, além da importância do respeito às regras, ao adversário e dos cuidados com a segurança.

Questione os alunos sobre possíveis formas de "lutar" com um colega. Por exemplo: agarrando, empurrando, tracionando, golpeando com toques e usando implementos. Se considerar oportuno, peça a uma dupla (de voluntários ou escolhidos por você) que demonstre alguns desses movimentos. Os demais alunos podem dar dicas, sugerir a correção de movimentos ou novas regras, ou seja, é desejável que todos participem.

Se desejar avançar nesta introdução da aula, apresente aos alunos imagens de lutas formais contendo situações dos diversos movimentos característicos das lutas para que eles façam o reconhecimento.

Avise-os de que nas aulas seguintes eles vivenciarão novas possibilidades para realizar esses movimentos, ora apresentadas por você, ora transformadas ou criadas pela turma.

Análise e Compreensão

Transformação dos jogos de lutas

Nascimento e Almeida¹, em estudo realizado sobre lutas na Educação Física escolar, defendem que, entre as atividades desenvolvidas, seja possibilitada a criação de regras e novos jogos de lutas propostos pelos próprios alunos. Cabe a eles estabelecer o nome da luta, o modo de jogar, o objetivo, as regras, as proibições e as estratégias, bem como prevenir atitudes de deslealdade, para demonstrar boa conduta e respeito ao esporte, inibindo a violência. Para esses autores, os alunos também precisam adotar critérios para saber analisar, avaliar e criticar situações de inclusão e exclusão nas aulas de Educação Física, contribuindo para a construção do respeito às diversidades e às individualidades dos sujeitos que fazem parte de cada contexto, independentemente das diferenças de gênero, estatura e peso. Eles afirmam que, quando adaptamos as regras e damos tratamento pedagógico a elas, podemos produzir conhecimento e oportunizar diferentes vivências aos alunos.

Experimentação e Fruição

1. Disputa pela bola

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Atacar e defender-se por meio de ações de tração e agarramento.

Materiais: bolas de basquetebol ou de outra modalidade esportiva e cronômetro ou relógio com marcação de segundos

Procedimentos

Oriente os alunos a formar duplas e a ficar em pé, um de frente para o outro. Entregue a bola a um deles. Ao seu sinal, o colega deve tentar tirá-la das mãos do outro puxando-a para si. Cabe ao aluno de posse da bola evitar que o oponente seja bem-sucedido nessa tentativa.

Essa disputa pode durar, no máximo, 30 segundos. Inverta os papéis dos alunos ao final de cada luta, bem como promova mudanças de oponentes.

Dicas

Alerte-os a manter os cotovelos próximos ao corpo para não machucar o colega nem a si próprio.

Para a manutenção da base de equilíbrio, eles devem posicionar as pernas no sentido anteroposterior (veja a figura ao lado).

Essa atividade pode ser feita com a bola no solo, caso a escola possua colchões ou colchonetes.

Antes de iniciar a luta, verifique se as unhas dos alunos estão cortadas e recomende que retirem pulseiras, *piercings*, correntinhas, anéis e relógios.



ILUSTRAÇÃO: KINA

Pernas no sentido anteroposterior.

1 NASCIMENTO, P. R. B.; ALMEIDA, L. A tematização das lutas na Educação Física escolar: restrições e possibilidades. *Movimento*, Porto Alegre, v. 13, n. 3, p. 91-110, set./dez. 2007. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/3567>>. Acesso em: 5 mar. 2021.

2. Luta do saci variada

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Buscar o equilíbrio em situações de contato direto com o adversário e em condições de dificuldade para a manutenção do equilíbrio. Reconhecer a predominância da técnica sobre a força.

Procedimentos

Disponha novamente os alunos em duplas, um de frente para o outro. Oriente-os a ficar em pé, equilibrando-se apenas em um dos pés e com as mãos posicionadas para trás.

Ao seu sinal, eles devem tentar desequilibrar o oponente empurrando-o com o ombro e mantendo o próprio equilíbrio. Vence o confronto quem conseguir fazer com que o colega encoste o pé flexionado no chão (ou outra parte do corpo).

Alterne as duplas a cada minuto.

Dica

Explique aos alunos que, assim que um deles encostar o pé no chão, o vencedor deve também apoiar o seu pé no chão, para evitar ser puxado pelo colega em desequilíbrio e ambos caírem.

3. Disputa sobre o banco

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar a base em pé, mantendo o equilíbrio em situação de disputa em espaço de ação restrito, sobrepondo a técnica à força.

Materiais: banco sueco, colchões ou colchonetes e giz

Procedimentos

Organize os alunos em duas equipes e peça a cada uma delas para formar uma “fila”, posicionando-se em uma das extremidades do banco sueco. O primeiro aluno de cada “fila” sobe no banco e encosta as palmas das mãos nas palmas das mãos do adversário. Quem conseguir desequilibrar o adversário, tirando-o do banco, vence a luta.

Dicas

Realize a atividade em um banco sueco baixo e rodeado por colchões ou colchonetes. Se a escola não possuir esse tipo de banco ou, por qualquer motivo, você não sentir segurança para fazer a atividade no plano alto, organize-a no chão. Nesse caso, desenhe no piso um retângulo similar ao formado pelo banco sueco.

4. Cabo de guerra

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Lutar em equipe, realizando ações para desequilibrar o oponente mediante movimento de tração em situação de esforço coletivo.

Materiais: corda de sisal (com pelo menos 6 m de comprimento e 2,5 cm de espessura) ou de outro material adequado, como a poliamida acetinada, e giz

Procedimentos

Organize os alunos em duas equipes e as disponha em lados opostos da corda, formando uma coluna. É preciso haver uma distância de aproximadamente 1,5 m entre o primeiro integrante de cada time.

Trace uma linha no piso, a qual deve ficar bem no centro dessa distância. Depois, oriente cada equipe a puxar a corda para o seu lado no intuito de levar o primeiro integrante da equipe adversária a ultrapassar essa linha. Vence o time que for bem-sucedido nessa tentativa. Um lenço (ou colete) pode ser amarrado no centro da corda e ser usado como parâmetro para observar o cruzamento da linha.

Esclareça a todos que os times não podem soltar deliberadamente a corda, pois seus oponentes correm o risco de cair de costas e se machucar.

Dicas

Para evitar que as mãos escapem e os alunos sofram quedas, faça nós ao longo da corda para que eles contem com esse apoio. O uso de um pano (ou de luva grossa) impede possíveis ferimentos nas mãos.

5. Fuga do círculo

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar técnicas para reter um oponente e livrar-se dele mediante movimentos de tração e agarramento.

Material: giz

Procedimentos

Desenhe no piso círculos de aproximadamente dois metros de diâmetro e posicione dois alunos dentro de cada um deles. A tarefa de um dos lutadores é sair do círculo e a tarefa do outro, impedir essa saída segurando o colega apenas pela cintura.

Antes de dar o sinal para o início da luta, oriente o responsável pelo agarramento a colocar as mãos na cintura de seu oponente.

Declare vencedor o aluno que conseguir escapar do oponente ou o que impedir essa fuga durante o tempo estimado para a luta (no máximo, 30 segundos).

Reinicie as disputas invertendo os papéis. A cada dois confrontos, providencie a troca de oponentes.

6. Sobra um

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar movimentos para desequilibrar o adversário e resistir ao desequilíbrio imposto por ele.

Material: giz

Procedimentos

Desenhe círculos no chão de aproximadamente dois metros de diâmetro e, em seguida, organize os alunos em duplas dentro deles. Ambos precisam estar em pé. Oriente um dos lutadores a apoiar as mãos nas costas do outro e a empurrá-lo na tentativa de tirá-lo do círculo. A missão do oponente, por sua vez, é resistir a esse ataque.

Vence o duelo quem conseguir expulsar o oponente do círculo ou permanecer dentro dele durante os 20 segundos estabelecidos para a competição.

Reinicie a disputa invertendo os papéis. Depois de alguns confrontos, varie a atividade, permitindo que ambos os alunos ataquem ao mesmo tempo, empurrando-se mutuamente com as costas. Alterne também os oponentes.

7. A caça e o caçador

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Experimentar movimentos de esquiva no plano baixo.

Procedimentos

Nessa atividade, os alunos escolhidos como “caças” têm de se locomover pela quadra em quatro apoios ou engatinhando para fugir do aluno escolhido como caçador, que pode se movimentar em pé na tentativa de pegar as caças, o que ocorre tocando-as nas costas e transformando-as também em caçadores.

Para não serem pegas, as caças também podem proteger suas costas, virando-se e deitando-se em decúbito dorsal, voltando a fugir quando não se sentirem mais ameaçadas.

8. Conquista do país

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Experimentar movimentos de imobilização e esquiva em diferentes planos e em situações de disputas com adversários de diversos biotipos. Valorizar o trabalho em equipe.

Material: giz

Procedimentos

Esse jogo, parecido com o “rouba-bandeira”, contempla elementos das lutas (esquivas e conquista de território).

Organize os alunos em dois grupos (dois países) e oriente cada um deles a ficar na sua metade da quadra (ou em um espaço delimitado por uma linha central e uma ao final de cada campo). Atrás dessa linha final, fica o território do respectivo país.

Quando os “guerreiros” invadem o campo adversário, eles podem ser neutralizados se forem agarrados pela cintura ou ombros durante três segundos, deixando-os paralisados, só se deslocando novamente se forem tocados por alguém da sua equipe. Vence a competição o time que conseguir chegar primeiro no reinado adversário com cinco dos seus integrantes.

Por serem breves, as disputas podem ser repetidas diversas vezes. Ressalte o cuidado que todos devem ter ao movimentar os cotovelos no momento em que forem agarrados, evitando machucar o colega da equipe adversária.

Discussão

Peça aos alunos que apontem aspectos positivos e negativos dos jogos de lutas vivenciados, bem como comentem sobre as técnicas empregadas nessas atividades nas ações de ataque e defesa. Converse com eles sobre a importância de prevenir atitudes de deslealdade por meio do estabelecimento e do cumprimento de regras.

Procure saber como foi lutar com pessoas de diferentes biotipos. Destaque que, apesar das diferenças físicas, todos puderam usufruir os jogos de lutas, inclusive as sensações e emoções provocadas pelas situações imprevisíveis características dessa prática corporal.

Dicas

Em cada uma das atividades sugeridas, solicite aos alunos que explorem diferentes movimentos para a execução das habilidades requisitadas e observem e relatem quais foram os mais eficazes.

Depois de executadas as atividades, peça a eles que sugiram alterações nas regras e nos materiais usados e incentive-os a vivenciar essas variações.

Construção de valores

Luta e deficiência visual

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivos: Reconhecer a possibilidade de a pessoa com deficiência visual praticar luta. Verificar e programar ações que favoreçam a participação de pessoas com limitações físicas.

Materiais: venda para os olhos e dispositivo eletrônico para reprodução de vídeos

Procedimentos

Peça aos alunos que formem duplas e criem jogos de lutas nos quais seja possível a participação de pessoas com deficiência visual.

Para inspirá-los, exiba o vídeo indicado a seguir do judoca brasileiro Antônio Tenório em combate e explique que se trata de um atleta deficiente visual que conquistou diversos títulos importantes, inclusive medalha de ouro em quatro Paralimpíadas.

- Campeonato Brasileiro de Jiu-Jítsu, 2011 (Cardin Ferreira x Antônio Tenório). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=HntztoBBuyo>>. Acesso em: 5 mar. 2021.

Para a realização das disputas, vende os olhos dos alunos. Ressalte que todos nós temos possibilidade de superar nossas limitações físicas.

Discussão

Incentive os alunos a pensar em formas de inclusão de todos nos jogos e a valorizar o esforço coletivo, evidenciando a importância de respeitar as diferentes características individuais.

Para saber mais

- CARREIRO, E. A. Lutas. In: DARIDO, S.; RANGEL, I. (org.). *Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica*. Col. Educação Física no Ensino Superior. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 244-261.

O livro traz capítulo que apresenta possibilidades para a sistematização, a organização e o ensino de lutas na escola.

Avaliação e Registro

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Organize os alunos em pequenos grupos e peça a eles que criem jogos de lutas. Cada grupo deve nomeá-los, explicar o modo de jogar, o objetivo, as regras e as estratégias de jogo. Depois, acompanhe as apresentações das lutas.

Durante as exibições (ou ao término delas), pergunte a eles quais elementos das lutas foram evidenciados no jogo.

Se possível, peça que descrevam o jogo em arquivo digital e o disponibilize na internet como forma de estimular o compartilhamento de conhecimentos. O público-alvo deles deve ser a comunidade escolar e local.

A origem das lutas

Prepare-se para as aulas

Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer histórias relacionadas ao surgimento das lutas. • Discutir discriminação nas lutas usando exemplos dos povos antigos.
Habilidades da BNCC	EF35EF13, EF35EF14 e EF35EF15
Número de aulas	8
Materiais	Máscaras de animais e lanças feitas de papelão ou folhas de jornal, folhas de papelão, bexigas (balões), canudos e batedores infláveis de torcida ou flutuadores de espuma para piscina (boias espaguetes).
Sequência de atividades	Questione os alunos a respeito da origem das lutas e registre as respostas como referência para a avaliação ao final do tema. A seguir, nas próximas aulas, realize as atividades propostas na seção "Experimentação e Fruição".
Sensibilização	Após as atividades anteriores, realize as propostas da seção "Construção de valores".
Avaliação	Analise a criação da história em quadrinhos sobre a origem das lutas elaborada pelos alunos comparando-a aos textos produzidos no início do tema.

Para começar

Comece essa conversa com os alunos fazendo-lhes as seguintes perguntas: "Vocês acham que é possível conhecer a origem das lutas? Por quê?". Considere a opinião deles durante o debate e na formulação de novas perguntas, como: "O que os seres humanos da Pré-História precisavam fazer para obter alimentos?", "E para se defender de outros povos?", "Na Idade Média, quem protegia os castelos das invasões? De que forma?".

Registre as respostas em um caderno como referência para a avaliação ao final das aulas desse tema.

Conclua essa conversa com os alunos explicando-lhes que é possível ter uma ideia sobre a origem das lutas, bem como perceber a ressignificação desse conceito ao longo da história.

Análise e Compreensão

1. Um olhar histórico sobre as lutas

Histórias que envolvem elementos das lutas datam dos primórdios da humanidade, sendo bem evidentes a presença de práticas sistematizadas na Antiguidade, indicando que a luta é uma manifestação cultural que há séculos vem sendo transmitida entre as gerações nas mais diferentes sociedades. Os textos bíblicos relatam disputas envolvendo lutas, como na história de Davi e Golias.

Não há um registro preciso sobre a origem das lutas e das artes marciais. A literatura aponta diversos relatos em diferentes regiões do mundo. Citaremos, a seguir, alguns deles como exemplos.

Há evidências de práticas de luta encontradas em tumbas que datam do ano 2000 a.C. Os gregos praticavam o pancrácio, uma forma de luta presente nos primeiros Jogos Olímpicos da Era Antiga. Os gladiadores romanos também treinavam técnicas de luta a dois e realizavam disputas a dois.

Alguns estudos apontam a chegada das lutas na China e na Índia no século V a.C. por meio do comércio marítimo, sendo a China considerada por muitos o berço dessa cultura. Bodhidharma, um monge indiano, começou a ensinar no templo e mosteiro de Songshan Shaolin um tipo novo e mais direto de budismo, que envolvia longos períodos de estática. Para auxiliar os praticantes na realização de longas horas de meditação, o monge ensinava técnicas de respiração e exercícios para desenvolver a força e a capacidade de defender-se. Com a influência do budismo, as lutas propagaram-se por todo o Oriente, principalmente na China, na Coreia, no Japão, na Índia e nos países do Sudeste Asiático.

A expansão e as descobertas de territórios pelos europeus depois do século XIV possibilitaram o contato deles com a cultura e com os povos dos países orientais. Por volta do ano de 1900, alguns ingleses e estadunidenses começaram a aprender judô e outras artes marciais japonesas, sendo disseminadas no Ocidente após 1945. No Brasil, a prática de lutas orientais foi trazida por imigrantes japoneses, por volta de 1915.

Atualmente, existem muitas formas de lutas, como *kung fu*, *tai-chi-chuan*, caratê, judô, jiu-jitsu, *aikido*, *taekwondo*, *jeet kune do*, *kendo* etc. Algumas lutas são consideradas ocidentais, como boxe, esgrima e *kick-boxe*. A cada dia surgem diferentes formas de luta, o que aumenta essa diversidade.

2. As lutas nas cavernas

Em 1996, a pesquisadora Maria Conceição Soares Meneses Lage² comprovou que o homem pré-histórico tinha uma tecnologia muito avançada na preparação das tintas, decantando a argila e isolando a areia.

Com a hematita (óxido de ferro), produziam as cores amarela (goetita), branca (kaolinita), cinza (hematita misturada com kaolinita) e preta (carvão vegetal ou ossos de animais, queimados e triturados).

A pesquisadora aponta a possibilidade de que o homem pré-histórico, de posse das tintas, fazia o registro do cotidiano social daquele período, em que lhe era possível fixar seus costumes, as práticas diárias e os roteiros de viagens, como forma de manter nas rochas o registro histórico.

Assim, as pinturas permitiriam que outros grupos ou futuras gerações dos próprios grupos tivessem acesso a essas informações previamente registradas. Por isso, em alguns sítios arqueológicos aparecem cenas de caça, dança, rituais, lutas territoriais e animais que habitavam o cenário de vida deles.

Os registros rupestres são as primeiras manifestações estéticas da Pré-História brasileira, especialmente rica no Nordeste, sendo encontradas do Rio Grande do Norte até o Piauí.



Situação de luta mostrada em pintura rupestre. Parque Nacional da Serra da Capivara, em São Raimundo Nonato (PI), 2013.

² LAGE, M. C. S. M. *Conservação de sítios de arte rupestre*. Teresina: Alínea Publicações, 1996.

Mais de quinhentos sítios arqueológicos estão catalogados no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) fora da área do Parque Nacional Serra da Capivara, considerado o local de maior concentração de sítios com registros pré-históricos do mundo e declarado pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), desde 1991, como Patrimônio Mundial da Humanidade.

O estudo da arte rupestre em vários pontos do mundo tem ajudado a entender como as civilizações se formaram e viveram. Algumas pinturas mostram técnicas de duelo, que eram ensinadas às crianças. Muitas cenas encontradas na Itália se repetem em outras partes do mundo, e isso acontece porque as civilizações, embora separadas geograficamente, viviam de modos semelhantes.

Experimentação e Fruição

1. Dramatização da origem da luta

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Reconhecer situações e motivos que possam estar associados aos fatos relacionados à origem das lutas.

Procedimentos

Organize a turma em dois grupos e explique que um deles atacará o outro, o qual, por sua vez, vai se defender do ataque. Peça aos alunos que criem e representem esse conflito cujo objetivo é a conquista de algo considerado valioso.

Incentive-os a definir o que será disputado, bem como os movimentos de quem ataca e defende: golpes, sinais, gritos, palavras de ordem. Lembre-os de que se trata de uma encenação e que cuidem da segurança de todos.

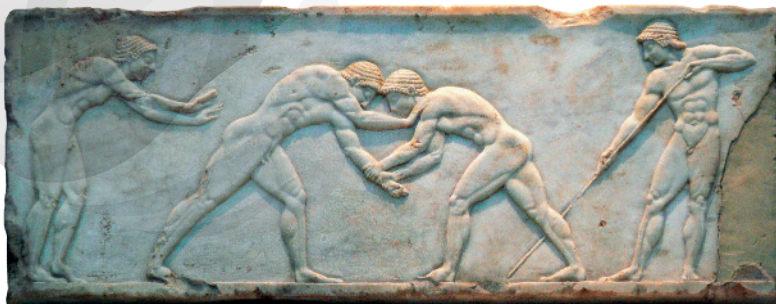
Uma vez terminada a representação, pergunte aos alunos se pode haver alguma relação entre os elementos presentes na história dramatizada por eles e a origem das lutas, incluindo os motivos da escolha do que estava em disputa.

Depois, apresente cópias (se possível, ampliadas e coloridas) das fotografias a seguir, as quais retratam elementos das lutas na Antiguidade: “Quem são as pessoas apresentadas nas imagens?”, “O que elas estão fazendo e por quê?”.



DE/AG. DAGLI ORTIDE AGOSTINI
EDITORIAL/GETTY IMAGES

Gladiadores lutando. Detalhe de mosaico no chão da vila romana em Nennig, Alemanha, séc. III.



NATIONAL ARCHAEOLOGICAL MUSEUM,
ATHENS, GREECE

Jovens lutando. Base de uma estátua encontrada no Cemitério Dipylon, Atenas, Grécia, c. 510 a.C.

Outra situação interessante é apresentada no início do filme *2001, uma odisseia no espaço*, que mostra um confronto entre símios ancestrais do ser humano. É possível ver essa cena em diversos vídeos na internet. Sugerimos o seguinte: *O pensamento e a descoberta da ferramenta* – “2001: uma odisseia no espaço”. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=9etefsYMm5o>>. Acesso em: 5 mar. 2021.

Conforme os comentários dos alunos, lembre-os de que, nos primórdios, o ser humano precisava agir usando elementos similares aos das lutas em razão da necessidade de sobrevivência, como caçar, conquistar territórios e se defender dos ataques de animais e de rivais.

2. Os homens das cavernas

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Reconhecer situações relacionadas à luta na Pré-História.

Materiais: máscaras de animais e lanças feitas de papelão ou folhas de jornal

Procedimentos

Organize os alunos em dois grupos. Um deles representa os homens das cavernas, os quais portam lanças; o outro representa os animais.

Oriente os homens das cavernas a caçar os animais tentando tocá-los no tronco com a lança. Os animais, em quadrupedia, devem fugir dos caçadores ou enfrentá-los, também tentando tocá-los no tronco com suas “garras”. Quem for tocado permanece imóvel até que você encerre a disputa.

Realize diversos confrontos de curta duração (de aproximadamente um minuto cada) para que os alunos imobilizados fiquem pouco tempo na mesma posição.

Promova o revezamento dos grupos.

3. Batalha romana

ATENÇÃO
PARA A
SEGURANÇA

Objetivo: Reconhecer situações relacionadas à luta na Antiguidade.

Materiais: folhas de papelão, bexigas (balões), canudos e batedores infláveis de torcida ou flutuadores de espuma para piscina (boias espaguete). No caso dos flutuadores, sugerimos que sejam cortados, de modo que o seu comprimento fique adequado à altura dos alunos.

Procedimentos

Organize os alunos em dois grupos. Distribua as bexigas ou os flutuadores (as lanças) para todos os seus integrantes, bem como as folhas de papelão (os escudos).

Oriente o grupo invasor a permanecer em uma extremidade da quadra ou do pátio e o defensor (o “exército do rei”) a ficar no centro desse espaço. Coloque uma coroa feita de papelão na outra extremidade do campo de jogo.

Ao seu sinal, os invasores devem entrar no campo de jogo para tentar capturar a coroa, cabendo ao exército do rei defendê-la. Nesse confronto, fica imobilizado quem for tocado no tronco por uma lança.

Explique aos alunos que os soldados imobilizados podem ser salvos por seus colegas se tocados por eles com uma das mãos.

A disputa termina quando um dos soldados inimigos capturar a coroa ou no tempo estabelecido para a realização da atividade.

Ressalte o compromisso de todos com a segurança. É comum alguns alunos se empolgarem e exagerarem na força dos toques das lanças.

Discussão

Converse com os alunos sobre a relação entre as situações vivenciadas nas atividades e as histórias apresentadas nas aulas sobre as origens das lutas, vinculando essa prática corporal às necessidades de pessoas, grupos ou povos.

Pergunte a eles quais motivos levam as pessoas a praticar lutas atualmente. Encaminhe a conversa de modo que todos compreendam que, apesar da sua origem associada a ações violentas, nos dias atuais a luta representa uma prática corporal voltada para o lazer, a saúde e a superação. Esclareça que na luta o oponente não é um inimigo, que há regras que precisam ser cumpridas, respeito ao adversário e a preocupação com a integridade física dos lutadores.

Durante a discussão sobre a origem das lutas, aproveite para debater com os alunos a respeito de ética na convivência entre os seres humanos.

Construção de valores

A discriminação nas lutas é algo antigo

Conte para os alunos a história apresentada no texto *Gladiador*, indicado a seguir em “Para saber mais”. Ressalte que, naquela época, mulheres e anões participavam das apresentações de lutas como alvo de piadas, apenas para satisfazer os caprichos de alguns imperadores.

Conduza a conversa de modo que os alunos percebam que a discriminação está presente nas lutas há milhares de anos, daí a importância dos discursos e movimentos da atualidade em prol do combate às discriminações, os quais buscam a valorização da participação das mulheres e de pessoas com deficiência.

Para saber mais

- GASPARETTO JUNIOR, A. *Gladiador*. *Info Escola*. Disponível em: <<https://www.infoescola.com/civilizacao-romana/gladiador/>>. Acesso em: 5 mar. 2021.
O artigo descreve a história e as características dos gladiadores da Roma Antiga.
- MAZZONI, A. V.; OLIVEIRA JÚNIOR, J. L. de. *Lutas: da Pré-História à pós-modernidade*. Teses. 2011. Disponível em: <http://www.gpef.fe.usp.br/teses/agenda_2011_04.pdf>. Acesso em: 5 mar. 2021.
O texto traz um resumo dos conhecimentos sobre as origens das lutas em geral e de algumas artes marciais em particular.

Avaliação e Registro

Peça aos alunos que elaborem uma história em quadrinhos sobre a origem das lutas. Avalie os conceitos apresentados, exponha suas considerações e, se necessário, solicite correções. Registre os resultados em um caderno e compare-os com os fornecidos pelos alunos em “Para começar”.

Bibliografia comentada

AMARAL, J. D. *Jogos cooperativos*. São Paulo: Phorte, 2004.

O livro aborda os aspectos da cooperação, refletindo sobre sua importância no convívio social e na solução de problemas comuns. Também apresenta possibilidades de jogos e brincadeiras cooperativas.

AYOUB, E. *A ginástica geral e a Educação Física escolar*. Campinas: Unicamp, 2003.

A autora apresenta o contexto histórico da ginástica geral e encaminhamentos para uma prática pedagógica contextualizada.

BORTOLETO, M. A. C. (org.). *Introdução à pedagogia das atividades circenses*. Jundiá: Fontoura, 2008.

Os autores apresentam os princípios elementares para o ensino de diferentes modalidades circenses, contextualizando suas práticas no universo histórico e social do circo.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. 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.

O livro traz imagens de várias situações para a aprendizagem dos rolamentos, da roda e de outras acrobacias básicas da ginástica.

BROTTO, F. O. *Jogos cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar!* Trindade: Projeto Cooperação, 1997.

Nesse livro, o autor apresenta a origem, os conceitos e objetivos dos jogos cooperativos, além de trazer discussões sobre a competição e ressaltar a importância da cooperação na atualidade.

BROTTO, F. O. *Jogos cooperativos: um exercício de com-vivência*. São Paulo: Sesc, 1999.

Nesse livro, há detalhamento das características dos jogos cooperativos.

CASCUDO, L. C. *Dicionário do folclore brasileiro*. 12. ed. São Paulo: Global, 2012.

O dicionário reúne diversos verbetes associados ao folclore brasileiro, auxiliando no aprendizado e na divulgação da cultura popular.

CASTILHO, D.; CASTILHO, W. *Raízes caipiras de Piracicaba na era da globalização: cururu, catira e moda de viola*. Piracicaba: C.N. Editora, 2005.

A obra contextualiza as origens do caipira e da música caipira, com enfoque especial no cururu, na catira e na moda de viola.

COSTA, A. Q. *Mídias e jogos: do virtual para uma experiência corporal educativa*. 2006. 190 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2006.

Dissertação que discute questões sobre a influência das mídias no cotidiano e na escola e apresenta o processo de transformação de um jogo virtual em uma experiência nas aulas de Educação Física.

COSTA, M. P. A dança do movimento *hip-hop* e o movimento da dança *hip-hop*. In: Fórum de Pesquisa Científica em Artes, 3, 2005, Curitiba. *Anais...* Curitiba: Escola de Música e Belas Artes do Paraná, 2005.

Esse artigo tem como objetivo analisar as manifestações dançantes de cada escola do *hip-hop* (*break* e *street dance*) por meio de entrevistas e filmagens.

DARIDO, S. C. (org.). *Educação Física escolar: compartilhando experiências*. São Paulo: Phorte, 2011.

O livro apresenta o desenvolvimento do conteúdo da ginástica nas aulas de Educação Física e fornece sugestões de atividades, textos e discussões, bem como comentários de professores sobre a aplicação dessas práticas na escola.

DARIDO, S. C.; MOREIRA JÚNIOR, O. *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*. 7. ed. Campinas: Papyrus, 2013.

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

FALCÃO, J. L. C. Maculelê. In: GOVERNO DO ESTADO DE GOIÁS (org.). *Currículo em debate: Educação Física*. Goiânia: Secretaria da Educação, 2009. p. 32-38.

Nesse texto, o autor contextualiza o maculelê, incluindo suas principais características, passos, vestimentas e canções utilizadas na dança.

FERREIRA, A. F. *Os jogos digitais como apoio pedagógico nas aulas de Educação Física escolar pautadas no currículo do estado de São Paulo*. 2014. 127 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2014.

O texto apresenta discussões teóricas e exemplos práticos de como utilizar diferentes jogos digitais no processo de ensino-aprendizagem das práticas corporais.

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

Nesse livro, há discussões pedagógicas e filosóficas sobre o jogo na Educação e na Educação Física.

FUNAI. Fundação Nacional do Índio. Brasília: Ministério da Justiça. *Site oficial do órgão indigenista*. Disponível em: <<https://www.gov.br/funai/pt-br>>. Acesso em: 6 abr. 2021.

Documento que apresenta os dados do censo demográfico dos indígenas no Brasil.

GABBAY, M. M. Representações sobre o carimbó: tradição x modernidade. In: IX Congresso de Ciências da Comunicação na Região Norte, Rio Branco, 2010.

O artigo faz uma reflexão sobre os mecanismos de representação social do carimbó do Pará, a partir de análises desenvolvidas em textos veiculados na mídia.

GAIO, R. C.; GÓIS, A. A. F.; BATISTA, J. C. F. (org.). *A ginástica em questão: corpo e movimento*. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2018.

O livro apresenta várias reflexões sobre os diversos tipos de movimento da ginástica com o objetivo de contribuir tanto na formação profissional como na prática pedagógica.

GOMES, M. S. P. *Procedimentos pedagógicos para o ensino das lutas: contextos e possibilidades*. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, 2008.

O estudo conceitua as lutas como um conhecimento da Educação Física, passível de ser ensinado na educação formal e não formal, de maneira global.

GONZÁLEZ, F. J. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, ano 10, n. 71, abril 2004.

O artigo explica os critérios adotados para alicerçar o modelo de classificação do esporte que tem como referência a lógica interna presente nas variadas modalidades esportivas.

GONZÁLEZ, F. J.; FRAGA, A. B. Educação Física: ensino fundamental: livro do professor. In: Rio Grande do Sul. Secretaria de Estado da Educação. Departamento Pedagógico (org.). *Lições do Rio Grande: livro do professor*. Porto Alegre: SE/DP, v. 2, p. 115-129, 2009.

O livro apresenta proposta de modelo de classificação dos esportes.

HERRERO, M.; FERNANDES, U.; FRANCO NETO, J. V. *Jogos e brincadeiras do povo Kalapalo*. São Paulo: Sesc, 2006. 272 p.

Relato de experiência do projeto “Brincando e aprendendo com o povo Kalapalo” na Educação Física escolar no Ensino Fundamental.

JESUS, N. T. *Kohixoti-Kipaé, a dança da ema – Memória, resistência e cotidiano Terena*. 2007. 132 f. Dissertação (Mestrado). Universidade Nacional de Brasília, 2007.

O texto apresenta o povo Terena da aldeia indígena Limão Verde (MT), tomando como ponto de partida o *Kohixoti-Kipaé* (a dança da ema).

LAGE, M. C. S. M. *Conservação de sítios de arte rupestre*. 1. ed. Teresina: Alínea Publicações Editora, 1996.

O trabalho apresenta resultados preliminares do estudo químico de pigmentos do sítio Toca do Pinga da Escada, no Parque Nacional Serra da Capivara, Piauí.

LÉLIS, C. (org.). *Quadrilha junina, história e atualidade: um movimento que não é só imagem*. Recife: Fundação de Cultura da Cidade do Recife, 2004.

A obra contextualiza as festas juninas em seus elementos históricos, sociais e culturais, destacando sua importância como expressão cultural nordestina.

MARANHÃO, F. *Jogos africanos e afro-brasileiros nas aulas de Educação Física: processos educativos das relações étnico-raciais*. 2009. 173 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Paulo, 2009.

O texto apresenta uma maneira de abordar nas aulas de Educação Física questões referentes às relações étnico-raciais e à Lei n. 10.639/2003 com base nos jogos africanos e afro-brasileiros.

MARCELLINO, N. C.; BARBOSA, F. S.; MARIANO, S. H.; SILVA, A.; FERNANDES, E. A. O. *Espaços e equipamentos de lazer em região metropolitana: o caso da RMC*. Curitiba: Opus, 2007.

O livro discute as políticas públicas de lazer relacionadas aos espaços urbanos e equipamentos.

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.

MELO, R. S. de. *Futebol: da iniciação ao treinamento*. Rio de Janeiro: Sprint, 2001.

O livro mostra de forma simples como se deve preparar uma equipe para jogar o futebol moderno.

MENEZES NETO, H. *O balancê no arraiá da capital: quadrilha e tradição no São João do Recife*. 2008. 155 f. Dissertação (Mestrado em Antropologia) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2008.

O estudo analisa os usos da tradição nas quadrilhas juninas do Recife e região metropolitana, procurando considerar os embates simbólicos que se formam no agenciamento de conteúdos pelos quadrilheiros.

Bibliografia comentada

MORIGI, V. Festa junina: hibridismo cultural. *Cadernos de Estudos Sociais*, Recife, v. 18, n. 2, p. 251-266, jul./dez. 2002.

O artigo analisa como a festa junina reúne imagens, símbolos, temporalidades e múltiplos sentidos como elemento cultural da região Nordeste, interferindo na construção da identidade do povo.

MÜLLER, R. P. Danças indígenas: arte e cultura, história e performance. *Indiana*, n. 21, p. 127-137, 2004.

O artigo faz uma análise de algumas danças indígenas como manifestações estéticas, culturais e sociais, que possuem significados relevantes para a identidade de seus povos.

NANNI, D. *Dança-educação: pré-escola à universidade*. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

O livro traz um resumo de reflexões e sugestões para auxiliar o professor a tratar a dança em contextos educacionais.

NASCIMENTO, P. R. B.; ALMEIDA, L. A tematização das lutas na Educação Física escolar: restrições e possibilidades. *Movimento*, Porto Alegre, v. 13, n. 3, p. 91-110, set./dez. 2007.

O trabalho realiza uma reflexão sobre o tema “lutas” e propõe efetivas intervenções no contexto escolar para contrapor-las às restrições que apresenta.

NUNOMURA, M. (org.). *Fundamentos das ginásticas*. Jundiaí: Fontoura, 2016.

Os autores apresentam os movimentos básicos em vários tipos de ginástica, os conceitos e indicadores para a segurança, bem como os aspectos técnicos básicos para sua iniciação.

ORLICK, T. *Vencendo a competição*. São Paulo: Círculo do Livro, 1989.

O livro discute os problemas gerados pelo excesso de competitividade e como superá-los por meio de propostas com valores respaldados na cooperação.

PAOLIELO, Elizabeth (org.). *Ginástica geral: experiências e reflexões*. São Paulo: Phorte, 2016.

O livro apresenta os conceitos da ginástica geral relacionados à formação profissional e às questões pedagógicas.

ROCHA, J.; DOMENICH, M.; CASSEANO, P. *Hip-hop: a periferia grita*. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2001.

A obra apresenta extensa reportagem sobre a cultura *hip-hop*, dando voz à rua, à periferia e à juventude excluída.

ROCHA, L. A. *Hip-hop ou hip e hop? In: Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Caderno de Artigos da 7ª Mostra de Produção Científica da Pós-Graduação Latus Senu da PUC Goiás*. Goiânia, p. 1370-1389, 2012.

Essa investigação traz algumas reflexões sobre dois termos do movimento *hip-hop*, o *break dance* e o *street dance*, e o processo histórico de diferenciação entre eles.

SALES, J. R. L. de. *O uso das danças folclóricas no contexto pedagógico da Educação Física escolar*. 2003. 96 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2003.

O autor tem como objetivo verificar, identificar e analisar o uso das danças folclóricas no contexto pedagógico da Educação Física escolar.

SOARES, D. C. *A temática afro-brasileira no contexto da Educação Física escolar*. 62 f. 2015. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências, Rio Claro, 2015.

O trabalho apresenta entrevistas feitas com professores de Educação Física para investigar se e como tratam o tema afro-brasileiro em suas aulas visando ao cumprimento da Lei n. 10.639/2003.

TAVARES, S. C. O campeão: um protótipo do tipo ideal xinguano. *Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp* (ISSN: 1983-930), Campinas, n. 4, p. 44-54, jan./jun. 2000.

O artigo apresenta o desenvolvimento de um estudo sobre a reclusão pubertária em jovens Kamayurá no Alto Xingu (Mato Grosso), permitindo aprofundamento da compreensão sobre os significados do Kuarup.

VERÁS, K. M. *A dança matipu: corpos, movimentos e comportamentos no ritual xinguano*. 2000. 133 f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, 2000.

Investigação sobre a corporalidade e visibilidade da dança matipu, do grupo Matipu (Parque Indígena Xingu). Ao focar na dança, a autora busca conhecer sua centralidade no ritual xinguano.



MODERNA



MODERNA

ISBN 978-85-16-13183-8



9 788516 131838