

BURITI MAIS EDUCAÇÃO FÍSICA

Categoria 2: Obras didáticas por
componente ou especialidade
Componente: Educação Física

3^o A 5^o ANOS

Anos Iniciais do Ensino Fundamental

Organizadora: Editora Moderna
Obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela
Editora Moderna
Editora responsável por conteúdo técnico:
Marisete...

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO. VERSÃO SUBMETIDA À AVALIAÇÃO.
PNLD 2023 - Objeto 1
Código da coleção:
0031 P23 01 02 000 160





MODERNA



BURITI MAIS EDUCAÇÃO FÍSICA

3^o A 5^o
ANOS

Anos Iniciais do Ensino Fundamental

Organizadora: Editora Moderna

Obra coletiva concebida, desenvolvida
e produzida pela Editora Moderna.

Editora responsável:

Marisa Martins Sanchez

Licenciada em Letras pelas Faculdades São Judas Tadeu,
habilitação: Português/Francês. Professora de Português
em escolas públicas e particulares por 11 anos. Editora.

Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação Física

MANUAL DO PROFESSOR

1ª edição

São Paulo, 2021

Elaboração dos originais:

Fabio Marchioretto

Bacharel e Licenciado em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo e Licenciado em Pedagogia pela Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo. Mestre em Educação, Arte e História da Cultura pela Universidade Presbiteriana Mackenzie (SP). Professor de Educação Física na Educação Básica e no Ensino Superior.

Rogério Marchioretto

Licenciado em Educação Física pela Universidade de Pernambuco. Mestre em Ciências do Desporto com Especialização em Avaliação e Prescrição na Atividade Física pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (Portugal). Professor no Ensino Superior.

Murilo Leite

Bacharel e Licenciado em Educação Física pelo Centro Universitário Metropolitano de São Paulo. Especialista (MBA) em Gestão Escolar pela Escola Superior de Agricultura "Luiz de Queiroz" da Universidade de São Paulo. Professor na Educação Básica.

Priscilla de Souza Mattos

Bacharela e Licenciada em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte da Universidade São Paulo. Professora na Educação Básica.

Coordenação geral de produção: Maria do Carmo Fernandes Branco

Edição de texto: Roberta Lombardi Martins, Adriana Teixeira, Patrícia Mariani Gallo Pantoni

Assistência editorial: Roberta Lucas

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: Megalo/Narjara Lara

Capa: Aurélio Camilo

Ilustração: Brenda Bossato

Coordenação de arte: Aderson Assis Oliveira

Edição de arte: Fábio Augusto

Editoração eletrônica: Estudo gráfico

Edição de infografia: Giselle Hirata, Priscilla Boffo

Coordenação de revisão: Camila Christi Gazzani

Revisão: Arali Lobo Gomes, Cecília Kinker, Cesar G. Sacramento, Daniela Uemura, Denise Ceron, Lillian Xavier, Sirlene Prignolato

Coordenação de pesquisa iconográfica: Sônia Oddi

Pesquisa iconográfica: Monica de Souza, Pamela Rosa, Vanessa Trindade

Suporte administrativo editorial: Flávia Bosqueiro

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, Andréa Medeiros da Silva, 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)

Buriti mais educação física : manual do professor / organizadora Editora Moderna ; obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela Editora Moderna ; editora responsável Marisa Martins Sanchez. -- 1. ed. -- São Paulo : Moderna, 2021. -- (Buriti mais educação física ; v. 2)

3º, 4º e 5º anos : ensino fundamental : anos iniciais

Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação física
ISBN 978-85-16-13143-2

1. Educação física (Ensino fundamental)
I. Sanchez, Marisa Martins. II. Série.

21-72907

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

APRESENTAÇÃO

Caro colega,

Esta coleção foi elaborada para você a fim de promover o desenvolvimento do componente curricular Educação Física. Os volumes estão pautados na *Base Nacional Comum Curricular – BNCC* – e na *Política Nacional de Alfabetização – PNA* –, e se desdobram em duas partes: introdução e unidades temáticas, por sua vez, reunidas em blocos referentes a cada um dos anos iniciais do Ensino Fundamental (o volume 1 apresenta as unidades temáticas relativas aos 1º e 2º anos, e o volume 2, aos 3º, 4º e 5º anos).

Na introdução, são destacados os procedimentos pedagógicos adotados para nortear as práticas pedagógicas relacionadas ao desenvolvimento de competências e habilidades, à progressão e à avaliação. São também descritas a composição e a organização do Manual do Professor.

Nas unidades temáticas relativas aos 1º e 2º anos, são trabalhadas as práticas corporais na perspectiva dos eixos de jogos e brincadeiras, esportes, ginásticas e danças. Nas referentes aos 3º, 4º e 5º anos, a esses eixos é acrescentado o de lutas. As unidades temáticas desenvolvem-se tendo como subsídios o contexto histórico, social e cultural e as habilidades e as capacidades físicas como forma de expressão corporal.

A Educação Física, assim configurada, expande suas possibilidades de conexão com outras áreas do conhecimento, promovendo aprendizagens que ressignifiquem sentidos e significados das práticas corporais.

Embora nesta coleção sugiram-se diversas aplicações para a formação de competências e de habilidades, o Manual do Professor possibilita que você adapte, crie ou eleja suas próprias atividades que, porventura, façam mais sentido ao contexto no qual a escola e os estudantes estão inseridos. Assim, a mediação do professor é essencial para que os objetivos de aprendizagem sejam alcançados. Desejamos a você um excelente trabalho!

Os autores.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO MP010

3º ANO

UNIDADE 1 - BRINCADEIRAS E JOGOS, MP019

Conversando sobre brincadeiras e jogos, MP020

Praticando brincadeiras e jogos, MP020

HEINÉ KUPUTISU.....	MP020
Conhecendo a prática corporal	MP020
Vivenciando a prática corporal	MP021
Dialogando sobre a prática	MP021
Registrando	MP021
Avaliação	MP022

TERRA-MAR.....	MP022
Conhecendo a prática corporal	MP022
Vivenciando a prática corporal	MP022
Dialogando sobre a prática	MP023
Registrando	MP023
Avaliação	MP023

CABRA-CEGA	MP023
Conhecendo a prática corporal	MP023
Vivenciando a prática corporal	MP024
Dialogando sobre a prática	MP024
Registrando	MP025
Avaliação	MP025

UNIDADE 2 - ESPORTES, MP026

Conversando sobre esportes, MP027

Praticando esportes, MP027

TACOBOL.....	MP027
Conhecendo a prática corporal	MP027
Vivenciando a prática corporal	MP029
Dialogando sobre a prática	MP029
Registrando	MP030
Avaliação	MP031

MINIVOLEIBOL.....	MP031
Conhecendo a prática corporal	MP031
Vivenciando a prática corporal	MP032
Dialogando sobre a prática	MP033
Registrando	MP033
Avaliação	MP033

TAG RUGBY.....	MP033
Conhecendo a prática corporal	MP033
Vivenciando a prática corporal	MP035
Dialogando sobre a prática	MP036
Registrando	MP036
Avaliação	MP036

UNIDADE 3 - GINÁSTICAS, MP038

Conversando sobre ginásticas, MP039

Praticando ginásticas, MP039

PIRÂMIDES HUMANAS.....	MP039
Conhecendo a prática corporal	MP039
Vivenciando a prática corporal	MP041
Pirâmides em trios, quartetos e quintetos	MP041
Pirâmide em seis apoios	MP042
Beliche de três andares	MP042
Pirâmide meia altura	MP042
Banquinho	MP042
Dialogando sobre a prática	MP043
Registrando	MP043
Avaliação	MP043

O CIRCO CHEGOU!.....	MP043
Conhecendo a prática corporal	MP043
Vivenciando a prática corporal	MP045
Bolas	MP045
Claves	MP045
Barangandão	MP046
Arcos	MP046
Lenços	MP046
Dialogando sobre a prática	MP047
Registrando	MP047
Avaliação	MP047

UNIDADE 4 - DANÇAS, MP048

Conversando sobre danças, MP049

Praticando danças, MP049

O BRASIL TODO DANÇA!.....	MP049
Conhecendo a prática corporal	MP049
Carimbó	MP049
Pau de fita	MP049
Xiba	MP049
Catira	MP050
Bumba meu boi.....	MP050
Vivenciando a prática corporal	MP050
Catira do passarinho.....	MP050
Dialogando sobre a prática	MP051
Registrando	MP051
Avaliação	MP051

O MUNDO TODO DANÇA!.....	MP051
Conhecendo a prática corporal	MP051
Salsa	MP052
Tango	MP052
Tarantela	MP052
Flamenco	MP052
Vivenciando a prática corporal	MP052
Alunelul.....	MP052
Dialogando sobre a prática	MP053
Registrando	MP053
Avaliação	MP053

BATE-PAU	MP053
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP053
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP054
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP055
<i>Registrando</i>	MP055
<i>Avaliação</i>	MP055

SAMBA DE RODA	MP055
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP055
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP056
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP056
<i>Registrando</i>	MP056
<i>Avaliação</i>	MP056

UNIDADE 5 - Lutas MP057

Conversando sobre lutas, MP058

Praticando lutas, MP058

JOGOS DE OPOSIÇÃO	MP058
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP058
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP059
Arranca-rabo	MP059
Essa bola é minha!	MP060
Pé com pé	MP060
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP060
<i>Registrando</i>	MP060
<i>Avaliação</i>	MP061

LUTA MARAJOARA	MP061
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP061
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP062
<i>Bread and butter: jogo de luta africana</i>	MP062
Briga de galo e luta do saci: jogos de luta indígena	MP062
Luta marajoara	MP062
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP063
<i>Registrando</i>	MP063
<i>Avaliação</i>	MP063

4º ANO

UNIDADE 6 - BRINCADEIRAS E JOGOS, MP064

Conversando sobre brincadeiras e jogos, MP065

Praticando brincadeiras e jogos, MP065

O'TA I INYU (GAVIÃO E GALINHA)	MP065
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP065
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP066
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP066
<i>Registrando</i>	MP066
<i>Avaliação</i>	MP066

PEGUE O BASTÃO	MP066
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP066
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP067
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP067

<i>Registrando</i>	MP067
<i>Avaliação</i>	MP067

CORRIDA JANKENPON

MP067	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP067
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP068
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP069
<i>Registrando</i>	MP069
<i>Avaliação</i>	MP069

ALERTA

MP069	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP069
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP069
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP069
<i>Registrando</i>	MP069
<i>Avaliação</i>	MP070

UNIDADE 7 - ESPORTES, MP071

Conversando sobre esportes, MP072

Praticando esportes, MP072

SOFTBOL	MP072
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP072
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP073
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP074
<i>Registrando</i>	MP075
<i>Avaliação</i>	MP075

BADMINTON

MP075	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP075
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP076
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP077
<i>Registrando</i>	MP077
<i>Avaliação</i>	MP077

BASQUETE 3 × 3

MP077	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP077
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP079
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP079
<i>Registrando</i>	MP080
<i>Avaliação</i>	MP080

UNIDADE 8 - GINÁSTICAS, MP081

Conversando sobre ginásticas, MP082

Praticando ginásticas, MP082

SÉRIE DE GINÁSTICA DE SOLO	MP082
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP082
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP083
Aquecimentos	MP083
Elementos básicos no chão	MP083
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP086
<i>Registrando</i>	MP086
<i>Avaliação</i>	MP086

COREOGRAFIA DE GINÁSTICA GERAL

COM MATERIAIS	MP086
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP086
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP087
Fita	MP087
Arco	MP088

Bola	MP090
Corda	MP091
Maças	MP092
Use a criatividade! É a sua vez!.....	MP093
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP094
<i>Registrando</i>	MP094
<i>Avaliação</i>	MP094

UNIDADE 9 - DANÇAS, MP095

Conversando sobre danças, MP096

Praticando danças, MP096

AS EXPRESSÕES DO BRASIL	MP096
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP096
Chula	MP096
Cana-verde	MP097
Maçarico	MP097
Siriri	MP097
Frevo	MP097
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP098
Frevo	MP098
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP099
<i>Registrando</i>	MP099
<i>Avaliação</i>	MP099

MACULELÊ	MP099
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP099
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP100
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP101
<i>Registrando</i>	MP101
<i>Avaliação</i>	MP101

JACUNDÁ	MP101
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP101
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP101
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP102
<i>Registrando</i>	MP102
<i>Avaliação</i>	MP102

TROIKA	MP102
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP102
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP103
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP104
<i>Registrando</i>	MP104
<i>Avaliação</i>	MP104

UNIDADE 10 - LUTAS, MP105

Conversando sobre lutas, MP106

Praticando lutas, MP106

JOGOS DE OPOSIÇÃO	MP106
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP106
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP106
Cabo de guerra	MP106
Guerra de polegares	MP107
Queda de braço.....	MP107
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP107
<i>Registrando</i>	MP107
<i>Avaliação</i>	MP107

LUTA DE MARACÁ OU DERRUBA TOCOMP108

<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP108
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP108
Arranca mandioca	MP108
Luta de maracá ou derruba toco	MP108
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP109
<i>Registrando</i>	MP109
<i>Avaliação</i>	MP109

CAPOEIRA

MP109	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP109
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP110
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP113
<i>Registrando</i>	MP113
<i>Avaliação</i>	MP113

5º ANO

UNIDADE 11 - BRINCADEIRAS E JOGOS, MP114

Conversando sobre brincadeiras e jogos, MP115

Praticando brincadeiras e jogos, MP115

QUEIMADA OU DODGEBALL	MP115
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP115
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP116
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP116
<i>Registrando</i>	MP116
<i>Avaliação</i>	MP116

CABO DE GUERRA.....MP116

<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP116
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP117
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP117
<i>Registrando</i>	MP117
<i>Avaliação</i>	MP117

PETECA

MP117	
<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP117
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP118
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP118
<i>Registrando</i>	MP118
<i>Avaliação</i>	MP118

SALTANDO O FEIJÃO.....MP118

<i>Conhecendo a prática corporal</i>	MP118
<i>Vivenciando a prática corporal</i>	MP118
<i>Dialogando sobre a prática</i>	MP119
<i>Registrando</i>	MP119
<i>Avaliação</i>	MP119

UNIDADE 12 - ESPORTES, MP120

Conversando sobre esportes, MP121

Praticando esportes, MP121

BEISEBOL	MP121
Conhecendo a prática corporal	MP121
Vivenciando a prática corporal	MP122
Dialogando sobre a prática	MP122
Registrando	MP122
Avaliação	MP122
MINITÊNIS	MP122
Conhecendo a prática corporal	MP122
Vivenciando a prática corporal	MP124
Dialogando sobre a prática	MP124
Registrando	MP125
Avaliação	MP125
FUTEBOL	MP125
Conhecendo a prática corporal	MP125
Vivenciando a prática corporal	MP126
Gol a gol	MP126
Golzinho	MP127
Dialogando sobre a prática	MP127
Registrando	MP127
Avaliação	MP127

UNIDADE 13 - GINÁSTICAS, MP128

Conversando sobre ginásticas, MP129

Praticando ginásticas, MP130

GINÁSTICA GERAL	MP130
Conhecendo a prática corporal	MP130
Vivenciando a prática corporal	MP131
Dialogando sobre a prática	MP131
Registrando	MP131
Avaliação	MP131
APRESENTAÇÃO DE GINÁSTICA PARA TODOS	MP131
Conhecendo a prática corporal	MP131
Vivenciando a prática corporal	MP132
Dialogando sobre a prática	MP135
Registrando	MP135
Avaliação	MP135

UNIDADE 14 - DANÇAS, MP136

Conversando sobre danças, MP137

Praticando danças, MP137

DANÇAS DO BRASIL	MP137
Conhecendo a prática corporal	MP137
Balaio	MP137
Mineiro-pau	MP137
Camaleão	MP137
Vilão	MP137
Coco	MP138
Vivenciando a prática corporal	MP138
Dança do coco.....	MP138

Dialogando sobre a prática	MP138
Registrando	MP139
Avaliação	MP139

DANÇA DO DRAGÃO.....

Conhecendo a prática corporal	MP139
Vivenciando a prática corporal	MP139
Dialogando sobre a prática	MP140
Registrando	MP140
Avaliação	MP140

TORÉ

Conhecendo a prática corporal	MP140
Vivenciando a prática corporal	MP140
Dialogando sobre a prática	MP141
Registrando	MP141
Avaliação	MP141

JONGO

Conhecendo a prática corporal	MP141
Vivenciando a prática corporal	MP141
Dialogando sobre a prática	MP141
Registrando	MP142
Avaliação	MP142

UNIDADE 15 - LUTAS, MP143

Conversando sobre lutas, MP144

Praticando lutas, MP144

JOGOS DE OPOSIÇÃO

Conhecendo a prática corporal	MP144
Vivenciando a prática corporal	MP145
Luta dos pregadores	MP145
Quero ficar e quero sair	MP145
Dialogando sobre a prática	MP145
Registrando	MP145
Avaliação	MP146

HUKA-HUKA.....

Conhecendo a prática corporal	MP146
Vivenciando a prática corporal	MP147
Dialogando sobre a prática	MP147
Registrando	MP148
Avaliação	MP148

NGUNI OU INTONGA

Conhecendo a prática corporal	MP149
Vivenciando a prática corporal	MP149
Gangorra	MP149
Estoure as bolas	MP149
Dialogando sobre a prática	MP150
Registrando	MP150
Avaliação	MP150

REFERÊNCIAS, MP151

ÍNDICE DE CONTEÚDOS E SUGESTÃO DE PLANEJAMENTO SEMANAL - 3º Ano

1º BIMESTRE		
UNIDADE 1 – BRINCADEIRAS E JOGOS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
1ª	PRÁTICA 1: HEINÉ KUPUTISU	MP020
2ª	PRÁTICA 2: TERRA-MAR	MP022
3ª	PRÁTICA 3: CABRA-CEGA	MP023
UNIDADE 2 – ESPORTES		
4ª	PRÁTICA 1: TACOBOL	MP027
5ª	PRÁTICA 2: MINIVOLEIBOL	MP031
6ª		
7ª	PRÁTICA 3: TAG RUGBY	MP033
8ª		
2º BIMESTRE		
UNIDADE 3 – GINÁSTICAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
9ª	PRÁTICA 1: PIRÂMIDES HUMANAS Pirâmide 6 apoios Beliche de 3 andares Pirâmide meia altura Banquinho	MP039
10ª		
11ª		
12ª		
13ª	PRÁTICA 2: O CIRCO CHEGOU! Bolas Claves Barangandão Arcos Lenços	MP043
14ª		
15ª		
16ª		
3º BIMESTRE		
UNIDADE 4 – DANÇAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
17ª	PRÁTICA 1: O BRASIL TODO DANÇA! Carimbó Pau de fita Xiba Catira Bumba meu boi Catira do passarinho	MP049
18ª		
19ª		
20ª	PRÁTICA 2: O MUNDO TODO DANÇA! Salsa Tango Flamenco Alunelul	MP051
21ª		
22ª		
23ª	PRÁTICA 3: BATE-PAU	MP053
24ª	PRÁTICA 4: SAMBA DE RODA	MP055

4º BIMESTRE		
UNIDADE 5 – LUTAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
25ª	PRÁTICA 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO Arranca-rabo Essa bola é minha! Pé com pé	MP058
26ª		
27ª		
28ª	PRÁTICA 2: LUTA MARAJOARA Bread and butter: jogo de luta africana Briga de galo e luta do saci: jogos de luta indígena Luta marajoara	MP061
29ª		
30ª		
31ª		
32ª		

ÍNDICE DE CONTEÚDOS E SUGESTÃO DE PLANEJAMENTO SEMANAL - 4º Ano

1º BIMESTRE		
UNIDADE 6 – BRINCADEIRAS E JOGOS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
1ª	PRÁTICA 1: O'TA / INYU (GAVIÃO E GALINHA)	MP065
2ª	PRÁTICA 2: PEGUE O BASTÃO	MP066
3ª	PRÁTICA 3: CORRIDA JANKENPON	MP067
4ª	PRÁTICA 4: ALERTA	MP069
UNIDADE 7 – ESPORTES		
5ª	PRÁTICA 1: SOFTBOL	MP072
6ª	PRÁTICA 2: BADMINTON	MP075
7ª	PRÁTICA 3: BASQUETE 3 X 3	MP077
8ª		
2º BIMESTRE		
UNIDADE 8 – GINÁSTICAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
9ª	PRÁTICA 1: SÉRIE DE GINÁSTICA DE SOLO Aquecimentos Elementos básicos no chão	MP082
10ª		
11ª		
12ª	PRÁTICA 2: COREOGRAFIA DE GINÁSTICA GERAL COM MATERIAIS Fita Arco Bola Corda Maças Use a criatividade! Agora é a sua vez!	MP086
13ª		
14ª		
15ª		
16ª		

3º BIMESTRE		
UNIDADE 9 – DANÇAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
17ª	PRÁTICA 1: AS EXPRESSÕES DO BRASIL Chula Cana-verde Maçarico Siriri Frevo	MP096
18ª		
19ª		
20ª		
21ª	PRÁTICA 2: MACULELÊ	MP099
22ª	PRÁTICA 3: JACUNDÁ	MP101
23ª	PRÁTICA 4: TROIKA	MP102
24ª		
4º BIMESTRE		
UNIDADE 10 – LUTAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
25ª	PRÁTICA 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO Cabo de guerra Guerra de polegares Queda de braço	MP106
26ª		
27ª		
28ª		
29ª	PRÁTICA 2: LUTA DE MARACÁ OU DERRUBA TOCO Arranca mandioca Luta de maracá ou derruba toco	MP108
30ª	PRÁTICA 3: CAPOEIRA	MP109
31ª		
32ª		

ÍNDICE DE CONTEÚDOS E SUGESTÃO DE PLANEJAMENTO SEMANAL - 5º Ano

1º BIMESTRE		
UNIDADE 11 – BRINCADEIRAS E JOGOS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
1ª	PRÁTICA 1: QUEIMADA OU DODGEBALL	MP115
2ª	PRÁTICA 2: CABO DE GUERRA	MP116
3ª	PRÁTICA 3: PETECA	MP117
4ª	PRÁTICA 4: SALTANDO O FEIJÃO	MP118
UNIDADE 12 – ESPORTES		
5ª	PRÁTICA 1: BEISEBOL	MP121
6ª	PRÁTICA 2: MINITÊNIS	MP122
7ª	PRÁTICA 3: FUTEBOL	MP125
8ª		

2º BIMESTRE		
UNIDADE 13 – GINÁSTICAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
9ª	PRÁTICA 1: GINÁSTICA GERAL	MP130
10ª		
11ª		
12ª		
13ª	PRÁTICA 2: APRESENTAÇÃO DE GINÁSTICA PARA TODOS	MP131
14ª		
15ª		
16ª		
3º BIMESTRE		
UNIDADE 14 – DANÇAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
17ª	PRÁTICA 1: DANÇAS DO BRASIL Balaio Mineiro-pau Camaleão Vilão Coco	MP137
18ª		
19ª		
20ª		
21ª		
22ª	PRÁTICA 2: DANÇA DO DRAGÃO	MP139
23ª	PRÁTICA 3: TORÉ	MP140
24ª	PRÁTICA 4: JONGO	MP141
4º BIMESTRE		
UNIDADE 15 – LUTAS		
SEMANA (equivale a duas aulas)	CONTEÚDO	PÁGINA
25ª	PRÁTICA 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO Luta dos pregadores Quero ficar e quero sair	MP144
26ª		
27ª	PRÁTICA 2: HUKA-HUKA	MP146
28ª		
29ª		
30ª	PRÁTICA 3: NGUNI OU INTONGA Gangorra Estoure as bolas	MP149
31ª		
32ª		

INTRODUÇÃO



“Você já parou para pensar?” Essa pergunta, tão comum em nossa vida, expressa nossa maneira de compreender vários fenômenos complexos subjacentes a ela.

“Pensar parado” representa uma visão cartesiana, pela qual os processos são divididos entre mentais e corporais de maneira hierarquizada. Hoje, sabemos que algumas tarefas precisam que as pessoas estejam sentadas em um lugar tranquilo e concentradas para pensar, enquanto outras acontecem com as pessoas em ação. Há até mesmo muitas pessoas que preferem pensar em movimento. Essas saem para correr especificamente com o intuito de organizar seus pensamentos, pois literalmente elas pensam em movimento.

Mas a questão vai além! Para nos movimentarmos, precisamos de uma série de processos mentais complexos relacionados ao nosso próprio organismo, como a **propriocepção** e a **homeostasia**, e ao ambiente, como a percepção da relação entre espaço, tempo e objetos (estáticos e dinâmicos), para tomar decisões e executar nossas ações. Nesse sentido, a ideia de “pensar em movimento” rompe com a lógica cartesiana ao religar o pensar ao movimento.

homeostasia: processo de regulação pelo qual um organismo mantém constante o seu equilíbrio.

propriocepção: sensibilidade própria aos ossos, músculos, tendões e articulações que fornece informações sobre a estática, o equilíbrio, o deslocamento do corpo no espaço etc.

A expressão “pensar em movimento” relaciona-se também aos aspectos filosóficos da própria Educação Física, já que o

movimento é a essência da expressão dessa área em suas mais diversas formas de concretização das práticas corporais.

Do micro para o macro, do regional para o universal, da parte para o todo, do simples para o complexo, dos aspectos biológicos aos culturais, da maturação ao desenvolvimento, do individual ao coletivo, as práticas corporais abrangem toda a complexidade que o estudo do movimento necessita.

Para dar profundidade aos objetos de conhecimento e compor um programa sequenciado, a construção de narrativas é fundamental, pois elas farão a integração entre os conhecimentos específicos da Educação Física e os de outras áreas.

Desse modo, é imprescindível que as práticas corporais proporcionem a construção da valorização dos saberes historicamente construídos, a reflexão crítica, a valorização da diversidade de saberes, a igualdade de oportunidades, a inclusão, o respeito às diferenças e a apreciação da expressão corporal. É nessa perspectiva que o principal objetivo desta obra é estabelecer a Educação Física como prática de expressão corporal, integrando conhecimentos específicos sobre o movimento em todas as suas dimensões. O movimento não é um fim em si mesmo, mas constitui objeto para a construção integrada do conhecimento sobre ele em suas variadas formas: nas brincadeiras e jogos, no esporte, na dança, nas ginásticas.

É nesse sentido que não se pode esquecer da importância da experimentação e das estratégias para torná-la positiva. Por isso, é essencial cuidar do planejamento e do ambiente da aula, reforçando o espaço como um laboratório de experimentação no qual o erro é aliado da aprendizagem e o acolhimento do professor e dos colegas é fundamental para garantir o direito às aprendizagens a todos os estudantes.

As dimensões do conhecimento da Educação Física

Durante muito tempo, a Educação Física teve como referência o fazer dos estudantes, o que é inerente à área, pois, para eles aprenderem é importante que interajam com o seu objeto, o movimento. Entretanto, devemos também proporcionar momentos nos quais os estudantes reflitam sobre o que fizeram e para que fizeram, ampliando a sua relação com saberes importantes do componente curricular. Para isso, no desenvolvimento das unidades temáticas e orientações ao professor, tomamos como base as oito dimensões do conhecimento elencadas pela *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC:

Experimentação: refere-se à dimensão do conhecimento que se origina pela vivência das práticas corporais, pelo envolvimento corporal na realização das mesmas. São conhecimentos que não podem ser acessados sem passar pela vivência corporal, sem que sejam efetivamente experimentados. Trata-se de uma

possibilidade única de apreender as manifestações culturais tematizadas pela Educação Física, e do estudante se perceber como sujeito “de carne e osso”. Faz parte dessa dimensão, além do imprescindível acesso à experiência, cuidar para que as sensações geradas no momento da realização de uma determinada vivência sejam positivas ou, pelo menos, não sejam desagradáveis a ponto de gerar rejeição à prática em si.

Uso e apropriação: refere-se ao conhecimento que possibilita ao estudante ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal. Trata-se do mesmo tipo de conhecimento gerado pela experimentação (saber fazer), mas dele se diferencia por possibilitar ao estudante a competência necessária para potencializar o seu envolvimento com práticas corporais no lazer ou para a saúde. Diz respeito àquele rol de conhecimentos que viabilizam a prática efetiva das manifestações da cultura corporal de movimento não só durante as aulas, como também para além delas.

Fruição: implica a apreciação estética das experiências sensíveis geradas pelas vivências corporais, bem como das diferentes práticas corporais oriundas das mais diversas épocas, lugares e grupos. Essa dimensão está vinculada à apropriação de um conjunto de conhecimentos que permite ao estudante desfrutar da realização de uma determinada prática corporal e/ou apreciar essa e outras tantas quando realizadas por outros.

Reflexão sobre a ação: refere-se aos conhecimentos originados da observação e da análise das próprias vivências corporais, e daquelas realizadas por outros. Vai além da reflexão espontânea, gerada em toda experiência corporal. Trata-se de um ato intencional, orientado a formular e empregar estratégias de observação e análise para: (a) resolver desafios peculiares à prática realizada; (b) apreender novas modalidades; e (c) adequar as práticas aos interesses e às possibilidades próprios e aos das pessoas com quem compartilha a sua realização.

Construção de valores: vincula-se aos conhecimentos originados em discussões e vivências no contexto da tematização das práticas corporais, que possibilitam a aprendizagem de valores e normas voltadas ao exercício da cidadania em prol de uma sociedade democrática. A produção e partilha de atitudes, normas e valores (positivos e negativos) são inerentes a qualquer processo de socialização. No entanto, essa dimensão está diretamente associada ao ato intencional de ensino e de aprendizagem e, portanto, demanda intervenção pedagógica orientada para tal fim. Por esse motivo, a BNCC se concentra mais especificamente na construção de valores relativos ao respeito às diferenças e ao combate aos preconceitos de qualquer natureza. Ainda assim, não se pretende propor o tratamento apenas desses valores, ou fazê-lo só em determinadas etapas do componente, mas assegurar a superação de estereótipos e preconceitos

expressos nas práticas corporais.

Análise: está associada aos conceitos necessários para entender as características e o funcionamento das práticas corporais (saber sobre). Essa dimensão reúne conhecimentos como a classificação dos esportes, os sistemas táticos de uma modalidade, o efeito de determinado exercício físico no desenvolvimento de uma capacidade física, entre outros.

Compreensão: está também associada ao conhecimento conceitual, mas, diferentemente da dimensão anterior, refere-se ao esclarecimento do processo de inserção das práticas corporais no contexto sociocultural, reunindo saberes que possibilitam compreender o lugar das práticas corporais no mundo. Em linhas gerais, essa dimensão está relacionada a temas que permitem aos estudantes interpretar as manifestações da cultura corporal de movimento em relação às dimensões éticas e estéticas, à época e à sociedade que as gerou e as modificou, às razões da sua produção e transformação e à vinculação local, nacional e global. Por exemplo, pelo estudo das condições que permitem o surgimento de uma determinada prática corporal em uma dada região e época ou os motivos pelos quais os esportes praticados por homens têm uma visibilidade e um tratamento midiático diferente dos esportes praticados por mulheres.

Protagonismo comunitário: refere-se às atitudes/ações e conhecimentos necessários para os estudantes participarem de forma confiante e autoral em decisões e ações orientadas a democratizar o acesso das pessoas às práticas corporais, tomando como referência valores favoráveis à convivência social. Contempla a reflexão sobre as possibilidades que eles e a comunidade têm (ou não) de acessar uma determinada prática no lugar em que moram, os recursos disponíveis (públicos e privados) para tal, os agentes envolvidos nessa configuração, entre outros, bem como as iniciativas que se dirigem para ambientes além da sala de aula, orientadas a interferir no contexto em busca da materialização dos direitos sociais vinculados a esse universo (BRASIL, 2018, p. 220 e 221)¹.

Progressão

A progressão constitui um importante tema a considerar na Educação Física. A evidência das aprendizagens e o seu aprofundamento ano a ano são necessários para que se dê um sentido de sistematização do conhecimento. A BNCC propõe a divisão dos anos em biênios (1º e 2º) e triênios (3º a 5º), com a proposta de “aumentar a flexibilidade na delimitação dos currículos e propostas curriculares, tendo em vista a adequação às realidades locais” (BRASIL, 2018,

¹ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 5 fev. 2021.

p. 224). Mesmo assim, estabelece alguns critérios de progressão “sinalizando tendência de organização de conhecimentos” (BRASIL, 2018, p. 219):

Brincadeiras e jogos, danças e lutas: são organizados em objetos de conhecimento conforme a ocorrência social dessas práticas corporais, das esferas sociais mais familiares (localidade e região) às menos familiares (esferas nacional e mundial).

Ginásticas: a organização se dá com base na diversidade dessas práticas e nas suas características.

Esportes: a organização recai sobre a sua tipologia (modelo de classificação).

Avaliação

No modelo por competências, a avaliação deve investigar um modo de agir no mundo por parte dos estudantes, ou seja, o modo como eles utilizam os seus recursos internos, o seu conhecimento e o seu saber fazer, para resolver determinada situação que se apresenta em sua vida. Por meio da experimentação, o resultado das ações deve levá-los a refletir se os recursos internos foram mobilizados para o sucesso da tarefa, bem como de que maneira puderam ter acesso ao conhecimento ou construí-lo.

O papel do professor é auxiliar o processo de reflexão sobre a prática, ou seja, incentivar os estudantes a expressarem as suas dificuldades e o seu gosto pessoal, analisarem os seus recursos internos, buscarem soluções diferentes, observarem outros modos de resolução, entre outras ações.

Importante considerar que no modelo por competências não devemos pensar em avaliação como “certo” ou “errado” ou “tudo” ou “nada”, ou seja, entre ser competente e ser incompetente, há muitas nuances que influenciam no processo.

Como avaliar?

O processo de avaliação pode conter avaliações somativas, feitas, em geral, ao final de um processo para verificar o sucesso dos estudantes. Se temos, porém, o objetivo de monitorar um processo enquanto ele ainda ocorre, observando como os estudantes interagem com o conhecimento, devemos considerar outras maneiras de avaliar.

Na Educação Física, grande parte das aprendizagens ocorre durante as atividades, pois o fazer, para nós, é um conhecimento, um processo formativo, que ocorre durante as práticas, e consiste em um importante recurso de investigação das aprendizagens dos estudantes.

A avaliação formativa pode ocorrer de modo informal, no qual o professor lida com os eventos inesperados, comuns durante as aulas, nos quais o professor intermedeia a relação do estudante com o conhecimento, realiza ajustes às tarefas, a fim de promover as aprendizagens. Se fazem parte do processo de aprendizagem, servem de parâmetros para

avaliação. Para ser considerada como tal, podem-se registrar as ocorrências, as orientações do professor e as respostas dos estudantes.

Algumas formas de avaliação formativa têm se mostrado efetivas na aprendizagem dos estudantes (BLACK *et al.*, 2004)²:

Questionamento efetivo: visa coletar informações sobre o nível atual de compreensão dos estudantes com perguntas que não pressupõem respostas diretas e demandam maior tempo de formulação de respostas, por meio das quais o professor tem uma visão ampla da compreensão deles e possibilita que eles comparem as respostas entre si.

Feedback para os estudantes: os *feedbacks* formais são mais efetivos em melhorar as aprendizagens dos estudantes. Podem ser feitos por meio de comentários escritos, em vez de notas. Quando os estudantes recebem notas e comentários, em geral não leem os comentários, aceitam a nota e seguem em frente. Em contrapartida, quando recebem apenas comentários, costumam ler e têm mais disposição para melhorar o seu desempenho.

Autoavaliação e avaliação dos pares: como os professores nem sempre têm tempo de fazer pergunta a todos os estudantes, a autoavaliação e a avaliação por pares possibilitam aos estudantes revisar as suas ideias e aprender novas propostas quando examinam a produção dos colegas. Os estudantes devem aprender a perguntar ao colega por que decidiu fazer de determinada maneira, pedir-lhe exemplos ou evidências e indicar-lhe pontos que não compreendeu, evitando fazer julgamentos de certo e errado.

Outra maneira de avaliar é solicitar aos estudantes que entreguem um “produto” do seu aprendizado. De acordo com a faixa etária, a produção pode ser mais ou menos elaborada. O importante é que o produto evidencie a aprendizagem deles em relação aos objetivos das aulas. A produção pode ser de um desenho, uma entrevista, uma pesquisa, um trabalho em cartolina, um panfleto, um vídeo, uma poesia, um *podcast*, entre outras.

Quanto mais informações houver sobre o processo de aprendizagem dos estudantes, mais completa será a avaliação. Por isso, compilar as avaliações em um portfólio possibilita analisar o avanço e as necessidades dos estudantes.

As unidades temáticas

Para o desenvolvimento das unidades temáticas, o principal referencial foi a BNCC, tendo como parâmetro as competências gerais e as específicas de Educação Física, bem como as habilidades e dimensões do conhecimento a

² BLACK, Paul J. *et al.* Working inside the black box: assessment for learning in the classroom. *Phi Delta Kappan*, v. 86, n. 1, p. 9-21, 2004. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/44835745_Working_Inside_the_Black_Box_Assessment_for_Learning_in_the_Classroom>. Acesso em: 23 abr. 2021.

se trabalhar para alcançar tais competências, possibilitando aos estudantes apropriar-se e aplicar tais aprendizagens além da escola.

Competências gerais

1. Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social, cultural e digital para entender e explicar a realidade, continuar aprendendo e colaborar para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.
2. Exercitar a curiosidade intelectual e recorrer à abordagem própria das ciências, incluindo a investigação, a reflexão, a análise crítica, a imaginação e a criatividade, para investigar causas, elaborar e testar hipóteses, formular e resolver problemas e criar soluções (inclusive tecnológicas) com base nos conhecimentos das diferentes áreas.
3. Valorizar e fruir as diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, e também participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural.
4. Utilizar diferentes linguagens – verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e digital –, bem como conhecimentos das linguagens artística, matemática e científica, para se expressar e partilhar informações, experiências, ideias e sentimentos em diferentes contextos e produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo.
5. Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de informação e comunicação de forma crítica, significativa, reflexiva e ética nas diversas práticas sociais (incluindo as escolares) para se comunicar, acessar e disseminar informações, produzir conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva.
6. Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade.
7. Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis, para formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns que respeitem e promovam os direitos humanos, a consciência socioambiental e o consumo responsável em âmbito local, regional e global, com posicionamento ético em relação ao cuidado de si mesmo, dos outros e do planeta.
8. Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas.
9. Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade de indivíduos e de grupos sociais, seus saberes, identidades, culturas e potencialidades, sem preconceitos de qualquer natureza.
10. Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação, tomando decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários.

Fonte: BRASIL, 2018, p. 9 e 10.

Competências específicas de Educação Física

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.
2. Planejar e empregar estratégias para resolver desafios e aumentar as possibilidades de aprendizagem das práticas corporais, além de se envolver no processo de ampliação do acervo cultural nesse campo.
3. Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.
4. Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal, analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.
5. Identificar as formas de produção dos preconceitos, compreender seus efeitos e combater posicionamentos discriminatórios em relação às práticas corporais e aos seus participantes.
6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.
7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.
8. Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.
9. Reconhecer o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.
10. Experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

Fonte: BRASIL, 2018, p. 223.

A obra tem como base, ainda, a *Política Nacional de Alfabetização – PNA* (BRASIL, 2019)⁴ –, que prevê o apoio dos componentes curriculares para a alfabetização nos Anos Iniciais, por meio de atividades que possam reforçar os aprendizados das crianças. Durante as orientações ao professor, são propostas estratégias que contribuam com o desenvolvimento de quatro elementos previstos na PNA: a produção de escrita, a compreensão de texto, a fluência oral e a ampliação do vocabulário.

Esta obra concentra as práticas corporais voltadas aos 3º a 5º anos do Ensino Fundamental, e traz propostas para as unidades temáticas de brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças e lutas, conforme apresentado a seguir nos quadros de planejamento anual.

⁴ BRASIL. Ministério da Educação. Decreto n. 9.765, de 11 de abril de 2019. Institui a Política Nacional de Alfabetização. *Diário Oficial da União*, 11 abr. 2019. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/Decreto/D9765.htm>. Acesso em: 5 mar. 2021.

3º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	<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 estudantes 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>	<p>Conhecer e experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, e os de matriz indígena e africana.</p> <p>Valorizar as diferentes culturas advindas das brincadeiras e dos jogos.</p> <p>Reconhecer a influência da cultura indígena e africana na formação da cultura brasileira.</p> <p>Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.</p>
Esportes	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão	<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 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>	<p>Conhecer os elementos comuns dos esportes de campo e taco.</p> <p>Conhecer os elementos comuns dos esportes de rede e parede.</p> <p>Conhecer os elementos comuns dos esportes de invasão.</p> <p>Elaborar ações estratégicas individuais e coletivas nas modalidades esportivas de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p> <p>Comparar os elementos comuns dos esportes de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p> <p>Conscientizar-se da importância do trabalho coletivo e do protagonismo nas práticas corporais.</p>
Ginásticas	Ginástica geral	<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>	<p>Experimentar e fruir diversos movimentos combinados das ginásticas.</p> <p>Criar coreografias, planejando e utilizando estratégias para as composições e as execuções.</p> <p>Praticar os movimentos das ginásticas, conhecendo e respeitando as regras de segurança.</p> <p>Desenvolver o senso de coletividade.</p> <p>Apreciar e valorizar diferentes práticas de ginásticas em grupo.</p>
Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	<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>	<p>Experimentar e comparar os elementos constitutivos das danças do Brasil, do mundo e de matrizes africanas e indígenas.</p> <p>Perceber as diferenças e as semelhanças entre as danças brasileiras, do mundo e as indígenas e africanas.</p> <p>Utilizar estratégias para a experimentação da dança, de modo a superar preconceitos em relação à sua prática.</p> <p>Elaborar estratégias em conjunto para resolver os desafios impostos pelas danças.</p>

3º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana	<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>	<p>Experimentar movimentos das lutas regionais e comunitárias.</p> <p>Experimentar, fruir e valorizar os movimentos das lutas de origem indígena e africana, valorizando essas culturas.</p> <p>Utilizar estratégias básicas das lutas, diferenciando o lutar e o brigar nas práticas vivenciadas.</p> <p>Reconhecer a luta como um patrimônio cultural humano que teve sua origem na Antiguidade e continua presente nos dias de hoje.</p>

4º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	<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 estudantes 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>	<p>Experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, os de matrizes indígena e africana.</p> <p>Vivenciar e recriar as brincadeiras e os jogos nas suas recriações regionais e comunitárias, preservando a cultura e a diversidade cultural brasileira.</p> <p>Reconhecer a diversidade cultural brasileira, valorizando e respeitando o patrimônio cultural.</p> <p>Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.</p>
Esportes	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão	<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 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>	<p>Compreender os elementos comuns que distinguem as modalidades esportivas de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p> <p>Experimentar e fruir os esportes das modalidades de taco e campo, de rede/parede e de invasão, diferenciando o esporte profissional das práticas tipificadas por meio da recriação dos esportes para a apropriação comunitária e para o lazer.</p> <p>Ampliar o acervo motor e cognitivo por meio das tipificações das modalidades esportivas de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p> <p>Incentivar o trabalho coletivo e o protagonismo nas práticas das tipificações esportivas.</p> <p>Elaborar estratégias individuais e coletivas nas modalidades esportivas de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p>

4º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Ginásticas	Ginástica geral	<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>	<p>Elaborar pequenas coreografias com elementos ginásticos, em grupos, com e sem materiais.</p> <p>Participar de práticas corporais da ginástica, respeitando as regras de segurança.</p> <p>Perceber as potencialidades e as limitações corporais.</p> <p>Apreciar e valorizar as coreografias apresentadas pelos colegas.</p> <p>Identificar diferentes manifestações da cultura corporal presentes no cotidiano, escolhendo elementos básicos para as composições coreográficas.</p> <p>Registrar as produções de maneira escrita, oral e corporal.</p> <p>Contribuir ativamente com o processo de experimentação das práticas ginásticas propostas.</p>
Danças	<p>Danças do Brasil e do mundo</p> <p>Danças de matriz indígena e africana</p>	<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>	<p>Experimentar e conhecer os movimentos, sentidos e significados das danças do Brasil, do mundo e de matrizes africanas e indígenas.</p> <p>Reconhecer as diferenças e as semelhanças entre os elementos constitutivos das danças brasileiras, do mundo e de matriz indígena e africana.</p> <p>Valorizar as diferentes culturas manifestas nas danças, desmistificando preconceitos em relação à sua prática.</p> <p>Elaborar estratégias para superar os desafios advindos dos diferentes movimentos, gestos e ritmos executados no espaço.</p>
Lutas	<p>Lutas do contexto comunitário e regional</p> <p>Lutas de matriz indígena e africana</p>	<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>	<p>Experimentar jogos comunitários e regionais de lutas ou de oposição que envolvam agarrar, puxar, derrubar e imobilizar o adversário.</p> <p>Experimentar, fruir e valorizar as lutas de matrizes indígena e africana.</p> <p>Perceber as diferenças entre brigar e lutar.</p> <p>Desenvolver habilidades estratégicas envolvidas no lutar.</p> <p>Identificar os movimentos corporais presentes nas lutas e sua diferenciação em relação às demais práticas.</p> <p>Compreender a importância das práticas corporais para o desenvolvimento de um ambiente comunitário, no qual o respeito ao oponente e às regras de segurança são importantes.</p>

5º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	<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 estudantes 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>	<p>Vivenciar brincadeiras e jogos populares do Brasil, do mundo e os de matrizes indígena e africana.</p> <p>Vivenciar e recriar as brincadeiras e os jogos nas suas recriações regionais e comunitárias, valorizando a diversidade cultural.</p> <p>Reconhecer a diversidade cultural brasileira, valorizando e respeitando o patrimônio cultural.</p> <p>Valorizar as práticas visando ao desenvolvimento físico e social dos estudantes.</p> <p>Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.</p>
Esportes	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão	<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 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>	<p>Experimentar e fruir tipificações dos esportes das modalidades de campo e taco, de rede/parede e de invasão, compreendendo os elementos que distinguem essas modalidades esportivas.</p> <p>Elaborar estratégias e ações táticas individuais e coletivas nas modalidades esportivas, privilegiando o trabalho coletivo e o protagonismo.</p> <p>Diferenciar o conceito de jogo e de esporte, identificando suas manifestações.</p> <p>Refletir sobre os contextos sócio-histórico-culturais das modalidades esportivas de campo e taco, de rede/parede e de invasão.</p>
Ginásticas	Ginástica geral	<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>	<p>Elaborar pequenas coreografias com elementos da ginástica geral, utilizando estratégias para transpor os desafios decorridos da prática corporal.</p> <p>Participar de uma coreografia de ginástica geral, envolvendo-se ativamente no processo de planejamento e de construção coletiva.</p> <p>Experimentar e fruir as práticas corporais da ginástica geral, produzindo registros escritos, orais e corporais.</p> <p>Respeitar as potencialidades e os limites do próprio corpo e dos colegas.</p> <p>Cooperar com o cumprimento das regras de segurança.</p>
Danças	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana	<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>	<p>Experimentar e fruir as danças do Brasil, do mundo e de matrizes africana e indígena.</p> <p>Perceber semelhanças e diferenças entre os elementos constitutivos das danças.</p> <p>Combater as formas de preconceito em relação às danças e seus praticantes.</p> <p>Valorizar a diversidade cultural.</p> <p>Criar estratégias para transpor os desafios exigidos pelas danças.</p>

5º Ano

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Habilidades	Objetivos
Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana	<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>	<p>Diferenciar o lutar e o brigar em situações de lutas comunitárias e regionais.</p> <p>Perceber, ao vivenciar movimentos típicos de lutas como agarrar, puxar, derrubar, que é fundamental respeitar o oponente e as regras de segurança estabelecidas, a fim de criar um ambiente coletivo seguro.</p> <p>Identificar os movimentos e as estratégias característicos das lutas no âmbito regional e comunitário, percebendo suas semelhanças e suas diferenças em relação às outras práticas corporais.</p> <p>Experimentar, fruir e valorizar as lutas de matrizes indígena e africana, conhecendo e valorizando seu contexto histórico e cultural.</p>

Em relação à organização das **unidades**, elas refletem as demandas dos objetos de conhecimento expressos na BNCC (BRASIL, 2018): brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças e lutas.

Cada **unidade** está organizada em torno destas seções:

- **Conversando sobre** – tem como objetivo abordar a unidade temática como um objeto conceitual da Educação Física e de uma construção histórico-social e cultural.
- **Praticando** – visa a auxiliar o docente no planejamento dos roteiros de aula, sugerindo práticas corporais e orientando sobre como elas podem ser organizadas, contornadas pelas dimensões do conhecimento por meio destes cinco momentos do desenvolvimento da atividade proposta:

Conhecendo a prática corporal: partindo das experiências da criança, e aferindo, portanto, seu conhecimento prévio sobre o tema, este é um momento de ampliação e construção do novo conhecimento com contornos específicos sobre a atividade proposta, como o movimento, o corpo, suas potencialidades, capacidades e habilidades, e o contexto histórico-social e cultural a fim de promover reflexões com base em questões geradoras.

Vivenciando a prática corporal: partindo da contextualização da unidade temática para a micro, ao conhecer a prática corporal proposta, além de experimentar e fruir, a criança terá a consciência ampliada em relação às formas de adaptação das atividades, o que lhe possibilitará criar, inovar e aplicar práticas além do espaço escolar, apropriando-se do conhecimento que lhe permitirá fruir em outros espaços sociais.

Dialogando sobre a prática: apresenta um momento de reflexão sobre as aprendizagens proporcionadas pela prática corporal, procurando consolidá-las, bem como possibilitar aos estudantes o compartilhamento de sensações e impressões sobre a atividade, colaborando

para a construção da consciência corporal, de valores e de lições aprendidas para a vida.

Registrando: os registros fazem parte das avaliações formativas de processo e, para isso, podem ser feitos por meio de desenhos, textos coletivos, vídeos, áudios, *podcasts*, fotografias, e qualquer modo que enriqueça as possibilidades de avaliação qualitativa, que deve priorizar o desenvolvimento individual conquistado pelos estudantes.

Avaliação: as avaliações, pautadas nos registros e na observação do professor em cada uma das etapas de desenvolvimento da prática corporal, desde a contextualização até a prática e a reflexão, possibilitarão ao docente elaborar relatórios individuais que não só subsidiem uma visão de cada estudante e contribuam para o seu avanço, mas também sirvam como fonte norteadora da reorganização da prática docente, favorecendo a percepção de acertos e ajustes pertinentes à condução das atividades didáticas.

- **Não pare por aqui** – boxe que apresenta outras possibilidades de aplicação das práticas corporais na unidade temática desenvolvida e sugere materiais de consulta.

Por fim, espera-se que esta obra possa contribuir com o desenvolvimento da Educação Física como ampliação de possibilidades do espaço da sala de aula e das vivências das práticas corporais.

Bom trabalho!

IMPORTANTE!

As práticas corporais propostas devem ser adaptadas às possibilidades do espaço escolar, considerando a segurança, a disponibilidade de materiais e espaço, recriando as práticas, se necessário.



//////
Crianças posando. Fotografia de 2019.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 7, 8 e 10

Objetivos

- Conhecer e experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo e os de matriz indígena e africana.
- Valorizar as diferentes culturas advindas das brincadeiras e dos jogos.
- Reconhecer a influência da cultura indígena e africana na formação da cultura brasileira.
- Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.

CONVERSANDO SOBRE BRINCADEIRAS E JOGOS

A formação da história do Brasil está ligada diretamente à influência de vários povos e nações. Inicialmente havia os povos indígenas, que já viviam aqui até a chegada dos portugueses, e, posteriormente, vieram os demais povos da Europa. Também foram trazidos povos de diversas partes do continente africano, que chegaram aqui na condição de escravizados. E vieram, ainda, diversos povos asiáticos. Como resultado, o povo brasileiro origina-se de um processo de miscigenação, havendo um grande repertório de manifestações culturais.

A diversidade presente na formação da sociedade brasileira influenciou nossas músicas, danças, culinária e, claro, nossas brincadeiras e jogos. Muitas das brincadeiras que praticamos atualmente têm origens nas matrizes europeias, asiáticas, indígenas ou africanas. Possibilitar a experimentação de diferentes práticas contribui para o processo de aprendizagem do estudante, fazendo também com que valorize e respeite diferentes culturas, em especial no caso brasileiro, ao conviver com muitas delas simultaneamente.

Existe uma grande variedade de etnias indígenas, o que torna essa cultura muito rica e abrangente, com hábitos e costumes diferentes. O mesmo vale para a cultura africana. Quando os povos da África foram trazidos ao Brasil durante o período da colonização na condição de escravizados, apesar de todo o sofrimento, eles persistiram para preservar sua identidade e suas origens. Por isso, é de fundamental importância conhecer, respeitar e valorizar sua cultura, seus hábitos e suas manifestações, pois passaram a ser parte da cultura brasileira.

As culturas indígena e africana, além de possuírem os próprios rituais e tradições, têm também seus jogos e brincadeiras, muitos deles parecidos com os praticados por crianças de todo o país e do mundo, com adaptações e elementos da cultura própria de cada um.

Segundo a pesquisadora Artemis Soares, que realizou uma pesquisa com o povo Tikuna, a etnia indígena com a maior população no Brasil, residente no centro-oeste do Amazonas, próximo ao rio Solimões, foi possível observar com as crianças:

[...] vários tipos de brincadeiras similares às que conhecemos, estando aí, provavelmente, a sua origem. Vimos também outras brincadeiras que são totalmente localizadas, ou seja, próprias da cultura dos Tikuna. As brincadeiras envolvem uma boa variedade de formações como colunas, fileiras, rodas, e ações como corridas, pega-pega e esconde-esconde, utilizando figuras de animais locais como o gavião e a onça, além de figuras mitológicas como o curupira (SOARES, n. p., 2008)¹.

Nesse sentido, é evidente que as brincadeiras e os jogos são ferramentas essenciais e devem ser trabalhados com as crianças ao longo de toda a infância, não só pelo desenvolvimento e pelo aprimoramento das capacidades físicas que proporcionam, mas também pelo valor cultural que guardam.

Em especial, no 3º ano do Ensino Fundamental, essa vivência se dará por meio das brincadeiras e dos jogos populares do Brasil e do mundo, de matrizes indígenas e africanas, e suas adaptações para o contexto regional dos estados brasileiros, que, além de trabalhar elementos relacionados ao próprio corpo, inserem a criança no universo histórico, cultural e social que acompanha a tradição dessas práticas, possibilitando-lhe vivenciá-las ainda sob esse aspecto, contribuindo ainda mais para o seu desenvolvimento pleno como ser social.

PRATICANDO BRINCADEIRAS E JOGOS

Prática 1: HEINÉ KUPUTISU



Conhecendo a prática corporal

Heiné kuputisu, cuja tradução é “correr em um pé só” ou “corrida do equilíbrio”, como é conhecida em alguns lugares, é uma prática do povo Kalapalo, etnia indígena da região do Mato Grosso. A atividade consiste em corrida de equilíbrio e resistência, pois exige que os participantes saltem em um pé só o máximo que conseguirem. Em alguns locais do Brasil, também é conhecida como “corrida do saci”, famoso personagem do folclore brasileiro.

É uma atividade excelente para os estudantes conhecerem a cultura indígena de maneira lúdica, por meio das brincadeiras e dos jogos, e aprimorarem as capacidades físicas e as habilidades motoras. Além disso, é muito comum nos jogos indígenas a atividade ser realizada em um ambiente de descontração e diversão. Por isso, reforce que também são objetivos da aula, em meio à assimilação do conhecimento de novas culturas, aprender novas práticas e ampliar o acervo motor.

Heiné kuputisu é uma atividade bastante simples; é uma corrida de um pé só, na qual vence aquele que chegar primeiro à linha demarcada.

¹ SOARES, A. *Brincadeiras e jogos da criança indígena da Amazônia*: algumas brincadeiras da criança Tikuna. *Motricidade On-line* – Portal dos professores e profissionais de Educação Física e desporto. Disponível em: <<http://www.motricidade.com/index.php/repositorio-aberto/40-docencia/1194-brincadeiras-e-jogos-da-crianca-indigena-da-amazonia-algumas-brincadeiras-da-crianca-tikuna>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

É interessante incluir novos desafios ao longo da prática e incentivar os estudantes a superar suas marcas gradativamente.

Inicie com algumas perguntas para ativar o conhecimento e a curiosidade das crianças:

QUESTÕES GERADORAS



Vocês conhecem alguma brincadeira ou algum jogo indígena?

Quem consegue se equilibrar em um pé só por bastante tempo?

De quais habilidades precisamos para correr em um pé só?

Você pode ainda exibir um vídeo para que os estudantes observem qual é a proposta da brincadeira, como este disponível em: <<https://player.vimeo.com/video/5644015>>. Acesso em: 26 abr. 2021.



Vivenciando a prática corporal

Materiais: giz e fita métrica.

Escolha com os estudantes um espaço adequado para a realização da atividade e faça demarcações com giz dos pontos de largada e de chegada, que servirão como um objetivo ou uma meta a alcançar.

Na sequência, organize como a prática será vivenciada.

Em um primeiro momento, pode-se propor que todos partam em corrida em um pé só rumo à linha de chegada, não sendo permitido trocar os pés no percurso. Cada um deve ir até onde consegue chegar. Quem ultrapassar a meta já é considerado um vencedor, mas, se não a alcançarem, o importante é ir o mais distante possível. No final, vencem os que foram mais longe, os que alcançaram a meta ou quem alcançou a meta primeiro.

Em um segundo momento, você pode propor a prática a cada dois estudantes, para que disputem quem consegue chegar primeiro à meta. Posteriormente, pode formar dois grandes grupos, sugerindo o desafio em duplas, sendo um de cada equipe e somando pontos a cada rodada, de acordo com a disputa entre os jogadores representantes de cada time. Assim, haverá uma equipe vencedora ao final da disputa, como uma forma de estabelecer e superar metas individuais e coletivas.

Também é possível, em um terceiro momento, aumentar o grau de dificuldade para a realização da meta. Por exemplo, ampliando a distância a cada rodada, acrescentando a dificuldade de pular em um pé só com os braços imóveis atrás do corpo ou segurando o pé que está suspenso para trás com uma das mãos ou, ainda, alternando a perna a ser usada em

cada rodada, ora correr saltando com a perna direita, ora com a perna esquerda. Desse modo, ocorre uma progressão de nível de dificuldade para avançar a fases cada vez mais desafiadoras da atividade.

Incentive-os a superar suas marcas a cada rodada, criando objetivos individuais para aqueles que não apresentem resistência para cumprir o percurso completo. Você pode, por exemplo, usar uma fita métrica e ir marcando as distâncias alcançadas por eles a cada rodada, como incentivo à superação.



JOSÉ LUIS JUHAS

Brincadeira *Heiné kuputisu*.



Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, realize uma roda de conversa com os estudantes e retome as perguntas iniciais: Vocês já conheciam alguma brincadeira ou algum jogo indígena? Quem conseguiu se equilibrar por bastante tempo? Quem conseguiu superar as próprias marcas? Quem ficou muito cansado? Quais são as principais habilidades motoras e capacidades físicas presentes na atividade? De que outras formas percebemos a cultura indígena presente em nosso dia a dia?

Permita que expressem as próprias percepções e opiniões, exercitando a oralidade como forma de expressão e argumentação das próprias opiniões sobre o que foi vivenciado. Se julgar necessário, faça registros das respostas dos estudantes para compor a avaliação final.



Registrando

Oriente os estudantes a fazer uma pesquisa sobre a atividade realizada e a descrever o que encontraram so-

bre o *Heiné kuputisu*. Essa pesquisa também vai compor a avaliação. Os estudantes devem descrever qual(is) povo(s) pratica(m) a atividade; se há modos diferentes de prática; como é o local onde praticam; se utilizam algum material (roupa ou implementos); se tanto meninos como meninas participam dela; qual o significado dessa prática para a cultura indígena e se conhecem outra brincadeira ou jogo que utiliza os mesmos movimentos.

Avaliação

Para compor a avaliação, utilize suas observações e anotações realizadas durante a prática e as conversas com os estudantes e considere ainda a pesquisa realizada por eles.

Prática 2: TERRA-MAR

Conhecendo a prática corporal

Terra-mar é uma brincadeira típica originária de Moçambique, país localizado no sudeste da África, trazida para o Brasil pelos negros escravizados. Em algumas regiões pode ser conhecida como "sol-chuva".

A cultura brasileira é formada pela influência de muitos povos, entre eles os africanos. Podemos reconhecer a influência africana na culinária, nas brincadeiras, na dança e em diversos outros aspectos da nossa cultura.

A brincadeira é bastante simples, não demanda quase nenhum material e pode ser praticada por um grande número de estudantes simultaneamente, desenvolvendo o tempo de reação, a atenção e a concentração.

A prática consiste em fazer um risco no chão, denominando um lado como "terra" e o outro como "mar". Ao comando do professor, que diz "terra" ou "mar", todos devem pular para o lado "terra" ou para o lado "mar", de acordo com o comando dado.

Antes de praticarem, converse com os estudantes sobre a brincadeira.

QUESTÕES GERADORAS



Quem já praticou a brincadeira terra-mar?

Quem conhece uma brincadeira parecida, mas com nome diferente?

Alguém conhece outras brincadeiras de origem africana?

Vivenciando a prática corporal

Material: giz ou corda para dividir o espaço.

Divida ao meio o espaço no qual a brincadeira será praticada, utilizando giz ou uma corda para marcar uma linha reta no chão. Caso a brincadeira seja realizada em uma quadra, aproveite as linhas demarcatórias desse espaço.

Organize todos os estudantes em um mesmo lado e determine qual dos lados representará a "terra" e qual representará o "mar".

Ao seu comando de voz pronunciando a palavra "terra", por exemplo, os estudantes devem saltar para o lado em que está a terra. Quando ouvirem "mar", eles devem saltar para o lado que representa o mar. A sequência de comandos é livre e pode ser realizada pelo professor ou mesmo por um estudante. Por exemplo: "terra", "mar", "mar", "mar", "terra", "mar", "terra", "terra", induzindo o estudante ao erro caso não esteja concentrado.

A ideia é que os comandos sejam dados com aumento de velocidade, demandando maior agilidade de reação, atenção e concentração dos estudantes. Os tipos de estímulo também podem ser diversificados, utilizando, por exemplo, comandos visuais, como um lenço azul para representar o "mar" e um vermelho para representar a "terra". Assim, quando o professor mostrar um dos lenços, a criança deve saltar ou permanecer onde está, de acordo com o comando dado. Misturar os estímulos visuais e auditivos, simultaneamente, também é uma possibilidade interessante.

 Brincadeira terra-mar.



Lembre aos estudantes como essa brincadeira é parecida com “morto-vivo”, muito comum em todas as regiões brasileiras, requerendo igual concentração e atenção para atender corretamente aos comandos de “vivo”, em que a criança deve ficar na posição em pé, e “morto”, na qual deve se agachar. A ideia, assim como na brincadeira “terra-mar”, é aumentar a velocidade dos comandos dados, levando ao erro o participante que não conseguir se manter atento, concentrado e com rápida resposta de reação aos comandos. Também torna a brincadeira mais desafiadora incrementar comandos auditivos e visuais. Não deixe de praticar essa divertida brincadeira com os estudantes, promovendo associações entre as semelhanças contidas nessas duas práticas.

JOSE LUIS JUHAS



Brincadeira morto-vivo.



Dialogando sobre a prática

Pergunte aos estudantes sobre as experiências e os saberes deles a respeito dessa brincadeira. Quem já a praticou? Quem conhece uma brincadeira parecida, mas com nome diferente? Sabiam que essa brincadeira é de origem africana? Alguém já ouviu falar de um país chamado Moçambique? Alguém conhece outras brincadeiras de origem africana?

Prossiga com o diálogo, desta vez a respeito do que sentiram. Pergunte-lhes: Como foi manter a concentração na brincadeira? Conseguiram perceber melhora no próprio tempo de reação? Preferiram o estímulo visual ou o auditivo?

Solicite-lhes que ouçam atentamente os colegas, questionando-os quando tiverem dúvidas, e pontuem as próprias impressões, valorizando a oralidade e exercitando a fluência e a compreensão oral.



Registrando

Solicite aos estudantes que façam uma pesquisa que possibilite a interação com outros componentes. Eles devem pesquisar sobre Moçambique, localizando esse país no mapa da África e identificando quais etnias fazem parte dele, além de qual é o idioma predominante. As pesquisas podem aprofundar questões importantes, como os motivos pelos quais o idioma falado é o português e como esse povo chegou ao Brasil,

trazendo consigo as brincadeiras do seu país de origem. Esse procedimento pode levá-los a reflexões sobre a escravidão, a colonização e a influência dos povos africanos em nossa cultura.

Instrua-os para que pesquisem também sobre outras brincadeiras praticadas nesse país ou em outros e comentem se reconhecem as práticas na própria cultura, apresentando-as para a turma conhecê-las e experimentá-las. Pode-se sugerir aos estudantes que façam uma avaliação em pares, pedindo-lhes que pontuem dúvidas sobre as pesquisas e verifiquem se falta algum elemento do que foi solicitado. Esse procedimento exercita a produção de escrita, a compreensão de texto e a oralidade dos estudantes. É importante também que anotem palavras que não conhecem e as procurem no dicionário, ampliando o vocabulário.



Avaliação

Proceda aqui da mesma forma como foi feito na prática anterior, pautando a avaliação dos estudantes nas suas observações e anotações e na pesquisa realizada por eles, a fim de compor a avaliação final desta unidade.

Prática 3: CABRA-CEGA



Conhecendo a prática corporal

Cabra-cega, também conhecida em algumas regiões como “cobra-cega”, é uma brincadeira praticada em grupo na qual uma pessoa tem os olhos vendados e tenta encontrar os outros participantes. Caso consiga tocar em um deles, ela se livra da venda e passa-a para a pessoa que foi pega, trocando os papéis na brincadeira.

Acredita-se que essa brincadeira seja bastante antiga. É possível, inclusive, observá-la sendo praticada por adultos, representada em um dos quadros de Goya, pintor espanhol do século XVIII.



Jogo da cabra-cega, de Francisco de Goya (1746-1828). 1788-1789. Óleo sobre tela, 269 cm × 350 cm.

DEAGOSTINI/GETTY IMAGES - MUSEU DO PRADO, MADRI, ESPANHA

A brincadeira é conhecida em toda a Europa com diferentes nomes: na Itália, *mosca cieca* ("mosca-cega"); na Alemanha, *Blinde Kuh* ("vaca-cega") e, na França, *colin-maillard*, chamada assim em uma espécie de homenagem a um homem chamado Colin que ficou cego em uma luta medieval.

Direcione alguns questionamentos e possibilite que as crianças relatem suas experiências pessoais.

QUESTÕES GERADORAS



Já conheciam a brincadeira e já se divertiram com ela?
De quais habilidades precisamos quando estamos de olhos vendados?

De quais estratégias precisamos para, de olhos vendados, conseguir encontrar os colegas?

O que acontece quando perdemos um dos sentidos?

É relevante que as crianças percebam quanto a brincadeira é antiga e como foi transmitida entre povos e gerações até os dias atuais, possibilitando o exercício das capacidades físicas, o brincar, divertir-se e interagir com os amigos. É importante que elas observem, inclusive, que, pela demanda de pouco espaço, a brincadeira é viável em diversos outros ambientes sociais além da escola, tendo em vista a dificuldade que, atualmente, as crianças têm em brincar na rua.

Vivenciando a prática corporal

Material: lenço ou venda.

Na atividade, um dos participantes deve ser a cabra-cega e ter os olhos vendados com um lenço ou uma venda.

A brincadeira inicia quando a criança vendada der três giros em torno de si mesma e sair em busca dos outros participantes. O objetivo é conseguir tocar em alguém e adivinhar quem é a pessoa encontrada, que, ao ser pega,

deve dizer uma palavra, uma frase ou emitir algum som, para que a "cabra-cega" tente reconhecer quem é pela voz ou pelo tato. Caso acerte, a criança encontrada deverá trocar de lugar com ela, tornando-se a "cabra-cega". Do contrário, a "cabra-cega" continuará tentando pegar alguém.

Enquanto a "cabra-cega" estiver procurando os fugitivos, os participantes podem bater palmas, pronunciar o nome da "cabra" ou outras palavras, fazendo com que a "cabra-cega" se oriente pelo som em busca deles.



Dialogando sobre a prática

Ao final da experimentação, converse com os estudantes sobre aquilo de que mais gostaram na brincadeira e sobre o que foi mais difícil. Em geral, eles sentem-se bastante inseguros durante a prática. Com esse espaço de fala, podem trocar experiências a respeito do que sentiram e propor adaptações na atividade, de acordo com os espaços e materiais disponíveis, observando se as dificuldades foram superadas.

Possibilite que reflitam sobre as adaptações do corpo quando não se tem um dos sentidos, orientando-os a se imaginar nessa situação e a descrever como seria o dia a dia deles se lhes faltasse a visão. Pergunte-lhes de quais adaptações eles precisariam para que continuassem interagindo com as pessoas.

Então, dê-lhes papéis e canetinhas e instrua-os a desenhar situações do cotidiano, do parque, da escola, de casa etc. em que eles precisariam de adaptações no ambiente, como resultado da reflexão feita.

Organize um mural da inclusão com os desenhos deles e possibilite que apreciem as produções uns dos outros, notando situações percebidas pelos colegas, ampliando o repertório de alternativas. Esse processo é uma oportunidade de desenvolver a produção de escrita, a compreensão de texto e a fluência oral dos estudantes.

JOSE LUIS JUHAS



Brincadeira cabra-cega.

Registrando

Assim como na atividade anterior, proceda com a solicitação de uma pesquisa sobre a cabra-cega. Os estudantes devem pesquisar sobre a sua origem, onde fica o país de procedência e qual é a língua predominante dele, como as pessoas desse país chegaram ao Brasil e qual a influência dele em nossa cultura. A seguir, devem pesquisar outras brincadeiras com origem nesse mesmo país e trazerem-nas registradas para que todos as experimentem. É importante considerar que os estudantes talvez encontrem a origem da cabra-cega em países diferentes, uma vez que, por ser muito antiga, a sua criação original pode ter sido perdida. Considere essa uma oportunidade para que percebam como as brincadeiras que praticam estão espalhadas pelo mundo, como chegaram até nós, e conheçam brincadeiras de diferentes países.

Avaliação

Proceda aqui também com uma avaliação por pares sobre as pesquisas realizadas, desta vez mudando as duplas. Solicite aos estudantes que leiam as pesquisas e, como leitores, registrem as próprias dificuldades em compreender algum ponto da pesquisa realizada pelo colega; se a pesquisa contém tudo o que lhes foi solicitado; se as descrições estão compreensíveis; se sugerem algo para que o texto tenha mais clareza. Esse procedimento exercita a produção e a compreensão de texto.

NÃO PARE POR AQUI

Essa unidade trouxe algumas sugestões para a prática de brincadeiras e jogos que valorizam a cultura de diferentes povos.

Você pode incluir outras experimentações, lembrando-se de construir os roteiros de aula com base nas dimensões do conhecimento e competências, tanto as gerais quanto as específicas de Educação Física e suas habilidades.

As brincadeiras e os jogos sugeridos podem ser adaptados, respeitando-se a estrutura física da unidade escolar, a disponibilidade de materiais e, principalmente, a diversidade e as características dos estudantes, possibilitando a vivência para todos.

Outros materiais sobre brincadeiras e jogos podem ser encontrados em:

Apostila de jogos e brincadeiras africanas: <<https://www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2015/11/Apostila-Jogos-infantis-africanos-e-afro-brasileiros.pdf>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

Brincadeiras e jogos africanos: <<https://educa.ibge.gov.br/professores/educa-atividades/20780-jogos-e-brincadeiras-africanos-2.html>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

Brincadeiras indígenas: <<https://www.todamateria.com.br/brincadeiras-indigenas/>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

Brinquedos e brincadeiras indígenas: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22766>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

CORRÊA, Denise Aparecida. *Brincadeiras indígenas kalapalo: a abordagem da diversidade etno-cultural na educação física escolar*, 2009. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd139/brincadeiras-indigenas-kalapalo-na-educacao-fisica.htm>>. Acesso em: 17 mar. 2021.



//////
Crianças jogando futebol. Fotografia de 2015.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(EF35EF06): Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9 e 10

Objetivos

- Conhecer os elementos comuns dos esportes de campo e taco.
- Conhecer os elementos comuns dos esportes de rede e parede.
- Conhecer os elementos comuns dos esportes de invasão.
- Elaborar ações estratégicas individuais e coletivas nas modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão.
- Comparar os elementos comuns dos esportes de campo e taco, rede/parede e invasão.
- Conscientizar-se da importância do trabalho coletivo e do protagonismo nas práticas corporais.

CONVERSANDO SOBRE ESPORTES

A *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC – prevê, para o 3º ano do Ensino Fundamental, a abordagem de um grupo de modalidades esportivas classificadas em: esportes de campo e taco, rede/parede e invasão. De acordo com Brasil (2018)¹:

Campo e taco: são as modalidades que se caracterizam por rebater o mais longe possível a bola lançada pelo adversário, visando a percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre elas, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola, e, assim, somar pontos. São exemplos dessa modalidade o beisebol, o críquete e o softbol.

Rede/parede: são modalidades de rede/parede aquelas cujo objetivo seja arremessar, lançar ou rebater a bola em direção ao espaço do adversário, de modo que o oponente seja incapaz de devolvê-la, ou que o leve a cometer um erro na devolução do objeto do jogo, por exemplo, no caso do tênis, do tênis de mesa, do *badminton* e do voleibol.

Invasão: são consideradas modalidades de invasão as que se caracterizam pelo objetivo de uma equipe em levar um objeto até a meta adversária, enquanto defende a própria meta, ocupando o próprio campo e o campo adversário, simultaneamente, como ocorre no basquetebol, futebol e *rugby*, por exemplo.

Ao abordar o fenômeno esportivo, faz-se necessário estimular experiências que se apoiem em critérios de cooperação, de relação com o oponente, de ação tática e de desempenho motor. Assim, podem-se agrupar as modalidades esportivas de acordo com esses critérios.

É importante propor aos estudantes atividades compatíveis com os níveis de desenvolvimento deles, que, gradativamente, vão se familiarizando com modalidades esportivas mais complexas, não apenas em relação à execução das habilidades motoras, mas também quanto à inserção de novos elementos. Pode-se verificar isso nos esportes coletivos, nos quais a interação com os companheiros de equipe e seus oponentes possibilita novas experiências, diferentes daquelas que o estudante experimentou nas modalidades de marca e precisão, propostas para o 1º e o 2º anos do Ensino Fundamental, que eram vivências esportivas mais centradas na individualidade, sem a ação direta com o oponente ou parceiros de equipe. Nos três esportes abordados nesta unidade, a relação com o adversário é direta, possibilitando a construção de novos significados a partir das experiências das práticas corporais.

A ampla divulgação dos esportes profissionais e de seus campeonatos através dos meios de comunicação, além de sua prática esportiva em diversos contextos por todo o mundo, torna-se objeto de estudo valioso para a criança, não apenas

para conhecimento, mas como objeto de interação, recriação e aprendizagens.

As modalidades esportivas apresentam regras institucionalizadas, ou seja, um órgão como uma federação internacional regulamenta a sua prática, definindo como são determinadas as formas de disputa. Porém, a influência do esporte não se apresenta unicamente no campo formal, pois a prática é reconstruída de acordo com o sentido e o significado para quem a realiza, especialmente quando está inserida em um contexto de lazer ou de educação.

A programação dessa unidade apresenta uma sugestão na qual os estudantes iniciam as práticas e as aprendizagens por meio dos esportes de campo e taco, passando pelos de rede/parede e, por fim, pelos de invasão.

Sugerimos que as práticas sejam organizadas de modo a atender às necessidades da criança, cujo objetivo principal é a apropriação do novo conhecimento e do desenvolvimento motor e cognitivo que elas proporcionam.

Portanto, o intuito desta unidade é apresentar as características formais que definem cada uma dessas modalidades esportivas e vivenciar formas tipificadas, adequando a prática à infraestrutura, às características e às necessidades dos participantes. Assim, eles podem desenvolver-se e desfrutar das práticas corporais.

PRATICANDO ESPORTES

Prática 1: TACOBOL



Conhecendo a prática corporal

Nas modalidades de campo e taco, sugerimos uma contextualização sobre as características desse modelo esportivo, ressaltando sua representatividade e sua importância mundial, embora no Brasil a prática não seja comum.



COOPER NEILL/MLB PHOTOS/
GETTY IMAGES

Beisebol.

Eli White, do Texas Rangers, durante o jogo entre o Toronto Blue Jays e o Texas Rangers no Globe Life Field, Arlington, Texas, 2021.

É possível apresentar imagens de esportes de campo e taco e verificar se os estudantes reconhecem algumas dessas práticas:

¹ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 5 abr. 2021.



Críquete.

Campeonato County Specsavers, jogo entre Essex e Gloucestershire, Inglaterra, 2016.



Softbol.

Campeonato Mundial ISF de Softbol Países Baixos, 2014.

Para essa prática, sugerimos a tipificação do críquete, propondo a experimentação do tacobol, que pode receber outros nomes, como *bets*, *bete* ou *becha*, de acordo com o local de prática.

De acordo com o International Cricket Council (ICC):²

Há um consenso de opinião de especialistas de que o críquete pode ter sido inventado durante os tempos saxões ou normandos por crianças que viviam em Weald, uma área de densas florestas e clareiras no sudeste da Inglaterra. A primeira referência ao críquete como esporte adulto foi em 1611 e, no mesmo ano, um dicionário definiu o críquete como um jogo de meninos. Existe também a ideia de que o críquete pode ter derivado do boliche, pela intervenção de um batedor tentando impedir a bola de atingir seu alvo, rebatendo-a.

O jogo de críquete é disputado por duas equipes de onze jogadores, e sua dinâmica ocorre da seguinte maneira:

² ICC (International Cricket Council). *History of the cricket*. Disponível em: <<https://www.icc-cricket.com/about/cricket/history-of-cricket/early-cricket>>. Acesso em: 24 abr. 2021.

1. A equipe atacante fica com a posse dos tacos, os quais defendem o *wicket*, chamada no tacobol de “casinha”, representada por um objeto de madeira com três varetas.
2. No centro do campo, fica o *pitch*, onde se postam o arremessador e o rebatedor. Em cada extremidade do *pitch* fica um *wicket*.
3. A equipe adversária terá um arremessador que deverá arremessar, ação chamada de *bowl*, e acertar o *wicket* do outro lado do campo, e, caso ele acerte, o rebatedor é eliminado.
4. O rebatedor, por sua vez, tentará rebater o arremesso o mais longe possível, ação chamada de *bat*, e tentará trocar de bases enquanto a bola estiver longe, e, cada vez que corre e troca de lado, marca 1 ponto, chamado de *run*.

Sugerimos exibir este vídeo, que explica as regras do críquete, para facilitar a compreensão dos estudantes: <<https://www.youtube.com/watch?v=SWdeqmwPMOs&t=39s>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

O tacobol é uma tipificação do críquete, por isso conhecer seus elementos ajudará na compreensão da prática pelos estudantes, fazendo com que percebam que podem adaptar modalidades esportivas e fruir em outros espaços e contextos.

Pergunte-lhes se já viram algum jogo semelhante ao críquete, reconhecendo-o como semelhante ao tacobol.

Apresente as semelhanças entre o críquete e o tacobol, como: os arremessadores devem lançar a bola com o objetivo de derrubar a “casinha”, objeto feito de madeira, com três pés, que pode ser substituído por uma latinha ou garrafa PET.



Jogo de tacobol, Rio das Ostras, Rio de Janeiro, 2015.

Proponha algumas questões geradoras para a prática:

QUESTÕES GERADORAS



- Quais materiais são necessários para jogar o tacobol?
- Quais ações são requisitadas no jogo?
- Qual é o espaço necessário?

Vivenciando a prática corporal

Materiais: tacos, giz e bola.

Para facilitar a compreensão, você pode exibir um vídeo de como se joga tacobol, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=qW7nYkwtPzc>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Escolha uma bola que tenha características que permitam que ela seja rebatida no espaço disponível para a prática. Escolha também materiais para o taco e para a casinha a ser derrubada. Se possível, faça minicampos, a fim de que diversos grupos possam praticar o jogo.

Utilize o giz para demarcar a área da casinha, na qual o rebatedor deverá ficar posicionado.

Retome como se desenvolve o jogo, quais são as regras e as pontuações, construindo com os estudantes adaptações, se necessário.

Regras do tacobol:

1. Cada casinha é separada por uma distância de 20 metros.
2. Uma circunferência de 60 cm de diâmetro é desenhada em volta de cada casinha.
3. Cada jogador da dupla que está com o taco se posiciona em uma casinha.
4. O taco deve sempre tocar o chão, dentro da circunferência da casinha, protegendo-a.
5. Quando a bola é rebatida, enquanto a dupla adversária corre atrás da bola, a dupla que rebateu deve trocar de base quantas vezes forem possíveis, sempre batendo os tacos no meio do trajeto e encostando-os na circunferência da casinha, marcando 1 ponto para cada vez que os tacos forem batidos e as circunferências das casinhas forem alcançadas.
6. Se a dupla que recuperou a bola derrubar uma das casinhas ou acertar a bolinha em um dos rebatedores (queimar) antes de voltarem às suas respectivas casinhas, essa dupla ganha a posse dos tacos.
7. É importante ressaltar que o arremessador só pode arremessar para derrubar a casinha que está do outro lado. Caso o rebatedor esteja com o taco fora da base, no entanto, ele pode derrubar a casinha que está no seu lado do campo e ganhar a posse dos tacos.
8. O jogo se encerra quando uma das duplas somar 24 pontos.

Observe algumas jogadas do tacobol.



Arremesso da bola em direção à casinha do adversário.



Rebatida da bola do adversário para longe.



Cruzamento de tacos e troca de bases, enquanto o adversário recupera a bola.

Dialogando sobre a prática

Retome as questões geradoras para que os estudantes reflitam sobre as aprendizagens desencadeadas pela prática corporal.

Possibilite que verbalizem as próprias impressões. Conduza a conversa para que percebam as habilidades motoras solicitadas na prática, como correr, rebater, girar

e lançar; as capacidades físicas de velocidade, potência muscular, agilidade, entre outras; e como foi deslocar-se pelos espaços e combinar as estratégias entre as duplas.

Observe e registre as aprendizagens referidas pelos estudantes, intervindo quando julgar necessário.

Reforce como as tipificações esportivas possibilitam a apropriação dos esportes e sua fruição em outros espaços e contextos para o lazer.

Registrando

Oriente os estudantes a pesquisar sobre o modo como o tacobol costumava ser uma prática vivenciada com frequência nas ruas. Proponha-lhes que façam uma entrevista com as pessoas da comunidade, visando a coletar informações sobre o tacobol. Sugerimos um modelo para a entrevista; faça adaptações de acordo com as características dos estudantes.

PESQUISA SOBRE A PRÁTICA DO TACOBOL/BETS/BETE/BECHA

Entreviste dez pessoas da sua comunidade, fazendo-lhes perguntas sobre a prática do tacobol.

ENTREVISTA

1. Na infância, você costumava brincar de tacobol? (Registre quantas pessoas responderam “sim” e quantas pessoas responderam “não”.)

Respostas: _____

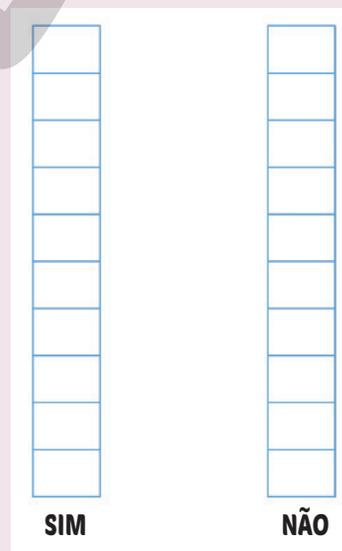
2. Onde você costumava brincar de tacobol? Na escola, no clube, na rua ou em outro lugar? (Registre quantas pessoas responderam “na escola”, “no clube”, “na rua”, “em outro lugar”.)

Respostas: _____

ORGANIZAÇÃO DOS DADOS

Quantas pessoas entrevistadas costumavam brincar de tacobol? Preencha a resposta graficamente, pintando o número de quadradinhos que corresponde à quantidade de respostas “sim” e “não” dadas pelos entrevistados.

Onde as pessoas costumavam brincar de tacobol? Preencha a resposta graficamente, pintando o número de quadradinhos que corresponde à quantidade de respostas “na escola”, “no clube”, “na rua”, “em outro lugar” dadas pelos entrevistados.



SIM **NÃO**



Na escola **No clube** **Na rua** **Em outro lugar**

OBSERVAÇÃO

Observe em quais locais da sua comunidade o tacobol poderia ser praticado atualmente.

Resposta: _____

Avaliação

Sugerimos uma autoavaliação dos estudantes na qual devem relatar tudo o que aprenderam até aqui: as experimentações dos movimentos; a capacidade de adaptar os espaços; os procedimentos com as entrevistas; as interações com o seu parceiro de dupla, propondo estratégias para o jogo. Compile os registros dos estudantes. Proceda da mesma forma em relação às outras experimentações dessa unidade para compor uma avaliação final do 3º ano das aprendizagens sobre os esportes.

Prática 2: MINIVOLEIBOL

Conhecendo a prática corporal

Nas modalidades de rede/parede, o jogador arremessa, lança ou rebate a bola de maneira estratégica, a fim de dificultar ao adversário rebatê-la ou, até mesmo, torná-lo incapaz disso.

Apresente aos estudantes alguns desses esportes para que compreendam sua dinâmica.




Tênis.
Thiago Seyboth Wild, tenista brasileiro, durante o Campeonato de Tênis, Rio de Janeiro, 2020.




Tênis de mesa.
Hugo Hoyama, mesatenista brasileiro, durante os Jogos Pan-Americanos do Rio de Janeiro, 2007.




Voleibol.
Seleção brasileira de vôlei feminino durante a Copa do Mundo do Japão, 2019.

Para essa vivência, sugerimos a prática de minivoleibol, uma tipificação do voleibol. O voleibol é uma modalidade amplamente praticada em nosso país, inclusive com a conquista de várias medalhas olímpicas, além de termos uma forte liga nacional com jogadores profissionais.

De acordo com o *site* da Federação Internacional de Voleibol (FIVB),³ o voleibol, como modalidade esportiva, surgiu nos Estados Unidos, quando, no final do século XIX, as principais modalidades praticadas pelos jovens eram o basquete e o futebol americano.

Na intenção de criar uma modalidade de menos contato físico, o professor de Educação Física Willian Morgan inventou o voleibol, que inicialmente era mais praticado por idosos. No Brasil, o voleibol chegou no início do século XX e, com o passar dos anos, a modalidade foi se desenvolvendo, até chegar a várias conquistas olímpicas, tanto no masculino quanto no feminino, o que fez com que o país se tornasse um grande expoente dela.

Comente com os estudantes que, além do voleibol de quadra, existe a prática do vôlei de praia, muito difundida não apenas em contexto profissional, mas também como forma de lazer, já que o Brasil possui, além de muitas praias, muitas quadras de areia em espaços de lazer dentro de áreas públicas.

Explique aos estudantes a dinâmica do voleibol:

1. O esporte é praticado por duas equipes, as quais devem defender um campo, não permitindo que a bola caia no chão e tentando fazer com que ela atinja o campo adversário.

³ FIVB (Federação Internacional de Voleibol). *The origins*. Disponível em: <https://www.fivb.com/en/volleyball/thegame_glossary/history>. Acesso em: 25 abr. 2021.

2. A partida é iniciada com o saque de bola de um lado do campo em direção à área da outra equipe.
3. A equipe que recebe a bola tem direito a três toques para devolvê-la à área do adversário, e um mesmo jogador não pode realizar dois toques seguidos.
4. O ponto é marcado se o adversário deixar a bola cair no chão, não conseguir rebater a bola ou cometer uma falta.
5. Se a equipe que fez o saque marcar o ponto, mantém-se o mesmo sacador. Caso contrário, a equipe adversária realiza o próximo saque, fazendo com que a equipe execute uma movimentação de rodízio no sentido horário.

Você pode exibir um vídeo que demonstra como é a prática do voleibol, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=qc1wkTMmXY4>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Ressalte aos estudantes que eles experimentarão uma prática tipificada do voleibol, o minivoleibol, que consiste em adaptar o esporte ao número de jogadores e a altura da rede à estatura das crianças, além de disponibilizar bola com peso adequado aos participantes e ajustar as regras de pontuação de acordo com uma definição prévia.

QUESTÕES GERADORAS



De quais habilidades precisamos para passar a bola aos companheiros de equipe e para o outro lado da quadra?

Como devem ajustar os próprios movimentos de acordo com a distância do companheiro e da rede?

Em quais outros jogos necessitamos das capacidades e habilidades utilizadas nessa prática, e em quais situações do cotidiano elas estão presentes?

AFRICA STUDIO/SHUTTERSTOCK



////// Crianças adaptando um jogo de voleibol com uma rede de tênis. Fotografia de 2012.

MP032



Vivenciando a prática corporal

Materiais: rede ou corda, bola e fita crepe ou giz, para a demarcação da quadra.

Mostre aos estudantes os principais movimentos do voleibol e proponha a eles a prática desses movimentos em duplas, para posteriormente experimentá-los em uma partida de minivoleibol.



////// Posição de manchete para rebater ou levantar a bola.



////// Levantamento de bola.



////// Tipos de saque de bola.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS



Posição de ataque e bloqueio.

Após a experimentação dos movimentos específicos, organize algumas partidas, definindo a formação de acordo com materiais e espaços disponíveis.

Com base na habilidade e nas características dos estudantes, reconstrua as regras, estabelecendo, por exemplo, se a bola poderá quicar no chão entre os passes ou não.

A experimentação do minivoleibol é uma oportunidade para dialogar com os estudantes acerca da inclusão nos esportes, fazendo com que reflitam sobre as possibilidades de participação das pessoas com necessidades especiais nas modalidades esportivas. Você pode perguntar a eles: Uma pessoa sem o movimento das pernas poderia jogar minivoleibol? Para isso, o que poderíamos fazer?

Então, proponha que vivenciem a situação de jogar sentados a fim de que percebam que, por meio da própria ação no ambiente, é possível propor práticas que incluam pessoas com necessidades especiais ou, até mesmo, interferir nos locais em que convivem e os quais frequentam, adaptando-os para a realização da prática corporal.



Dialogando sobre a prática

Ao final da prática, proceda com uma reflexão do mesmo modo que foi sugerido na atividade anterior. Os estudantes devem perceber as habilidades motoras solicitadas na prática, como correr, saltar, sacar, bater, rebater, girar; as capacidades físicas exigidas pelos movimentos, como a força e a potência muscular, a agilidade, a flexibilidade, o equilíbrio, o tempo de reação; a relação com o ambiente físico no qual praticaram; e como foi organizar a equipe para conseguir defender e enviar a bola para o outro lado.

Observe e registre as aprendizagens referidas pelos estudantes, intervindo nas suas colocações quando julgar necessário. Proceda da mesma forma em relação à atividade adaptada. É importante que valorizem a inclusão, utilizando as aprendizagens para adaptar as práticas a fim de que todos participem, independentemente das limitações, incentivando além da inclusão, o combate ao preconceito com relação aos padrões estéticos.

As adaptações também são importantes para as práticas das modalidades em outros ambientes fora da escola.



Registrando

Oriente-os a realizar uma pesquisa completa sobre a modalidade com relatos pessoais. A pesquisa sobre a modalidade deve conter: os principais movimentos do voleibol; a sua origem; como chegou ao Brasil; as diferenças entre o voleibol de quadra e o voleibol de areia.

Sugerimos que inclua algumas perguntas cujas respostas sejam pessoais, como: Que alterações nas regras e nos materiais podem ser feitas para deixar a atividade mais prazerosa e justa? Em relação ao trabalho em equipe, respeito ao adversário e respeito às regras, vocês acham que fizeram um bom trabalho? O que acharam de praticar a atividade sentados? Vocês acreditam que, além de jogar minivoleibol, uma pessoa com necessidade especial pode praticar outros esportes e participar de outras atividades da vida cotidiana? Os esportes podem ser acessíveis e praticados por todos?



Avaliação

Proponha aos estudantes que formem duplas. Peça-lhes que compartilhem as pesquisas entre si e façam uma avaliação da pesquisa do colega, observando se as perguntas foram respondidas de modo compreensível. Eles devem observar também se as pesquisas dos colegas trouxeram algo diferente em relação à deles e anotar, verificando com o professor e a turma o motivo dessa distinção. Devem dialogar com os colegas sempre de modo a entender o que foi pesquisado, perguntando a eles sobre pontos que não compreenderam ou que julgaram incompletos. Podem também dialogar sobre as respostas pessoais e verificar as diferenças de opiniões. Nesse procedimento, é importante que não façam julgamentos dos outros, mas que percebam as diferenças de opiniões pessoais, respeitando-as. Os estudantes devem entregar um relatório de avaliação sobre o trabalho dos colegas com as próprias produções. Compile novamente os registros dos estudantes para compor uma avaliação final das aprendizagens do 3º ano sobre os esportes.

Prática 3: TAG RUGBY



Conhecendo a prática corporal

Nos esportes de invasão, as equipes tentam invadir a área defendida pelos adversários para marcar pontos, gols e cestas, como no caso do futebol e do futsal, dois esportes entre os mais conhecidos em nosso país.

Apresente aos estudantes modalidades que fazem parte dessa dinâmica de jogo, como o basquetebol, o futebol e o Rugby.



Basquetebol.

Seleção brasileira de basquete feminino durante o Torneio de Qualificação Olímpica Feminina da Fiba, França, 2020.



Futebol.

Seleção brasileira durante a Copa do Mundo na Rússia, 2018.



Rugby.

Seleção brasileira de rugby feminino durante os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, 2016.

Para a vivência dessa modalidade sugerimos uma atividade que utiliza as mãos, o *tag rugby*, uma tipificação do *rugby*.

O *rugby* apresenta conceitos táticos básicos, pois trata-se de um jogo com uma bola oval cujo objetivo é cruzá-la na linha final da defesa adversária e impedir que o adversário faça o mesmo.

É uma modalidade muito praticada na Europa, na Oceania, na Argentina e na África do Sul, e vem crescendo no Brasil.

Conheça algumas regras básicas do esporte, baseadas no site da Confederação Brasileira de Rugby:⁴

1. O esporte é praticado por onze jogadores em cada equipe, os quais tentarão levar uma bola até a área do adversário para tentar o *try*, que tem o mesmo significado do *touchdown* no futebol americano.
2. A equipe pode realizar o *tackle*, que é a derrubada do adversário para interromper um ataque, obter a posse de bola e contra-atacar.
3. Os passes só podem ser feitos para o lado e para trás.
4. Outra forma de pontuar é o chute a gol, em uma trave em forma de "H".

Para facilitar a compreensão, você pode exibir um vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=GZz2yj1r3M0>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Como diferenciação desse grupo de modalidades, a ação tática está inclusa nessas experiências durante toda a partida, incentivando os estudantes para a resolução de problemas que aparecem nas mais diversas situações.



Tag rugby.

Aviva Premiership Rugby, Inglaterra, 2012.

Proponha aos estudantes algumas questões para que reflitam durante a prática e respondam a elas ao final:

QUESTÕES GERADORAS



Como pode ser feita a organização da equipe para atacar e defender?

Quais movimentos podem ser realizados durante o jogo?

Quais são as principais capacidades físicas solicitadas? Como se devem tratar os companheiros e adversários em situação de jogo?

Por que é importante seguir as regras do jogo?

Quais são as diferenças entre os movimentos do esporte de invasão e os outros esportes que experimentaram?

⁴ BRASIL RUGBY (Confederação Brasileira de Rugby). *Conheça o esporte*. Disponível em: <<https://brasilrugby.com.br/>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

Como dica, solicite aos estudantes que escrevam as palavras que não conhecem para compor a pesquisa do momento de registro e avaliação, como meio de ampliar o vocabulário.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: bola oval (ou outro objeto), fitas coloridas e fita crepe ou giz, para demarcações da quadra.

Organize equipes de mais ou menos cinco atletas, ajustando-as de acordo com o número de estudantes e a disponibilidade de espaço.

Para diferenciar as equipes, prenda fitas de cores distintas nas laterais da cintura dos jogadores. As fitas precisam ser grandes e penduradas tanto do lado direito quanto do lado esquerdo, pois no *tag rugby*, em vez de derrubar o adversário, a ideia é que, ao se retirar a fita de um oponente, a ação seja equivalente a bloquear a jogada.

Para iniciar a experimentação, pontue com os estudantes algumas regras básicas, principais jogadas e objetivos do *tag rugby*.

Regras básicas do *tag rugby*

Duração do jogo: 10 minutos (5' × 5' com 1' de intervalo).

Pontuação: cada *try*/ensaio vale 1 ponto.

Jogadores: cinco a sete jogadores por equipe.

Veja algumas jogadas do *tag rugby*:



ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS


Pontapé para o início do jogo.




Passe de bola.




Tag – retirada da fita para interromper a progressão do ataque adversário.




Try ou ensaio – objetivo do jogo de chegar à área do adversário.

Caso haja disponibilidade de espaço para apenas duas equipes jogarem por vez, amplie o revezamento entre elas, diminuindo o tempo do jogo, ou propondo aos estudantes que analisem os movimentos dos colegas para responder às perguntas geradoras.

Neste *site* você encontra um manual do professor para a prática do *tag rugby*, elaborado pela Confederação Brasileira de Rugby: <http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/arquivos/File/sugestao_leitura/tag_rugby.pdf>. Acesso em: 5 abr. 2021.



Dialogando sobre a prática

Retome as perguntas realizadas antes da atividade, possibilitando aos estudantes que verbalizem as próprias impressões. Produza um relatório de observação de acordo com o que verificou durante as práticas e as falas deles. É importante que os estudantes percebam as diferenças entre os elementos comuns dos esportes, possam relatar as próprias preferências e o que precisam fazer para contribuir para o desenvolvimento do jogo, como o respeito às regras, ao adversário e à equipe.

Prossiga com indagações sobre as diferenças entre as exigências físicas dos esportes, a complexidade de regras e de movimentações, as adaptações aos espaços e materiais que podem ser aplicadas.



Registrando

Como registro, oriente os estudantes a compor uma produção escrita sobre as impressões que tiveram em relação

ao esporte de invasão praticado e a comparação dele com os outros modelos de esporte.



Avaliação

A avaliação para essa unidade pode ser composta de um portfólio que reúna: as suas anotações e as observações dos estudantes durante as práticas; a entrega das pesquisas e da entrevista; os relatórios de avaliação por pares e o relato de comparações entre os modelos de esporte. É possível, inclusive, propor a eles um modelo de avaliação formal, conforme sugerido a seguir.

Depois de os estudantes vivenciarem os esportes de taco e campo, rede e invasão, destaque as diferenças quanto aos esportes de marca e precisão, vivenciados no 1º e 2º anos, em que as tarefas geralmente tinham características fechadas, ou seja, apenas um padrão de resposta. Para os três grupos de modalidades abordadas, grande parte das tarefas é aberta, ou seja, eles têm de fazer escolhas em situações com mais de um padrão de resposta.

ESPORTES DE CAMPO E TACO/REDE/INVASÃO

1. Identifique as características de cada modalidade esportiva vivenciada nas aulas de Educação Física. Informe, na coluna do lado direito, a que modalidade as características apresentadas se referem.

- (A) Campo e taco () Arremessar a bola na área do adversário, impossibilitando que ele a rebata.
 (B) Rede () Invadir a área do adversário, levando a bola até o gol para marcar pontos.
 (C) Invasão () Rebater a bola lançada o mais longe possível e percorrer o maior número de vezes as bases até o adversário recuperar o controle da bola.

2. Identifique o que os três esportes (tacobol, minivoleibol e *tag rugby*) têm em comum. Marque (V) para verdadeiro ou (F) para falso.

- () Não são jogados em equipes ou duplas. () Exigem estratégias de como vencer o adversário.
 () Utilizam uma bola como objeto do jogo.

3. Em quais situações as capacidades físicas são importantes? Cite um exemplo em um esporte que praticou e um exemplo do seu dia a dia.

Velocidade

Esporte: _____

Dia a dia: _____

Força muscular

Esporte: _____

Dia a dia: _____

Agilidade

Esporte: _____

Dia a dia: _____

Equilíbrio

Esporte: _____

Dia a dia: _____

4. Proceda da mesma maneira em relação aos conceitos abaixo. Cite um exemplo de um esporte que praticou e um exemplo do seu dia a dia.

Respeito às regras

Esporte: _____

Dia a dia: _____

Respeitar o(s) colega(s)

Esporte: _____

Dia a dia: _____

Trabalho coletivo

Esporte: _____

Dia a dia: _____

NÃO PARE POR AQUI

As atividades apresentadas são algumas possibilidades para a prática das modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão, mas várias outras podem ser utilizadas, lembrando-se sempre de elaborá-las com base nas dimensões do conhecimento da Educação Física e observando o desenvolvimento das competências tanto as gerais quanto as específicas de Educação Física e suas habilidades.

As atividades sugeridas podem ser adaptadas de acordo com a estrutura física escolar, a disponibilidade de materiais e a diversidade dos estudantes, garantindo a oportunidade de vivência para todos.

Pode-se pesquisar e encontrar informações em:

Associação Brasileira de Críquete: <<https://www.cricketbrasil.org/>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Confederação Brasileira de Rugby: <<https://brasilrugby.com.br/>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Confederação Brasileira de Voleibol (CBV): <<https://www.cbv.com.br/>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Esporte de campo e taco: <<https://www.youtube.com/watch?v=g0Gq14OdxYI>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Esporte de invasão: <<https://www.youtube.com/watch?v=lpQNIOfacy0>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Esporte de rede e parede: <https://www.youtube.com/watch?v=fGso_S3UTVE>. Acesso em: 5 abr. 2021.

GALLAHUE, David L. *et al. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. Porto Alegre: AMGH, 2013.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte Editora, 2020.

SADI, Renato Sampaio *et al. Pedagogia do esporte*. Brasília: Ed. da UnB/MEC, 2004.



FUSE/CORBIS/GETTY IMAGES

//////
Pirâmide humana composta de crianças. Fotografia de 2006.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar e fruir diversos movimentos combinados das ginásticas.
- Criar coreografias, planejando e utilizando estratégias para as composições e as execuções.
- Praticar os movimentos das ginásticas, conhecendo e respeitando as regras de segurança.
- Desenvolver o senso de coletividade.
- Apreciar e valorizar diferentes práticas de ginásticas em grupo.

CONVERSANDO SOBRE GINÁSTICAS

As ginásticas se desenvolveram de modo mais contundente na Grécia antiga. Ao longo da história, a ginástica ganhou diversos significados de acordo com as necessidades para as quais era direcionada, como a preparação ou a recuperação do corpo, o condicionamento físico, o relaxamento, o lazer, a saúde, tornando-se, inclusive, uma modalidade competitiva.

As práticas pedagógicas da ginástica nas escolas devem propor uma abordagem não competitiva, normalmente distribuindo colchonetes às crianças e ensinando-lhes movimentos como equilíbrios, saltos, giros e acrobacias, pois estudantes dos anos iniciais possuem menos repertório motor.

No entanto, à medida que crescem, as crianças ultrapassam a fase prioritariamente egocêntrica e heterônoma, direcionando-se à ampliação do olhar sobre o mundo, de sua independência e do progressivo senso de alteridade. Sob esse prisma, as ginásticas enfatizam as formações coletivas e suas inúmeras possibilidades de combinações dos elementos básicos característicos da ginástica.

No 3º ano do Ensino Fundamental, a unidade de ginástica engloba a ginástica geral, também chamada de ginástica para todos, realizada de maneira, prioritariamente, coletiva. Assim, as produções dos estudantes são em grupos, passando do conhecer e experimentar acrobacias ao criar variações e apresentar-se para os colegas.

Dessa maneira, as práticas corporais coletivas como as pirâmides humanas e o malabarismo circense são possibilidades para experimentar tais aprendizagens nas aulas.

No malabarismo, os indivíduos tentam manusear com destreza diferentes objetos como claves, bolas, facas, chapéus, argolas, que são arremessados e recuperados sem cair no chão. O impacto visual causado por tais proezas fascina os espectadores.

O mesmo acontece nas formações de figuras acrobáticas, popularmente conhecidas como pirâmides humanas, acrobacias coletivas que envolvem o equilibrar-se sobre o outro e o unir forças para suportar o peso sobre si. A pessoa que fica embaixo é a base da pirâmide, e os que sobem são os intermediários e os volantes. A interação e a cooperação são fundamentais para a boa sustentação dessa formação.

É importante considerar que, apesar de a Educação Física nessa faixa etária ser, prioritariamente, focada no âmbito do saber fazer os movimentos, os processos de contextualização sobre a prática da ginástica são necessários.

Existe um potencial expressivo presente na prática ginástica, visando ao poder transformador nas relações corporais e colaborativas.

A próxima seção trará algumas práticas de ginástica geral em grupo. Dentro de cada prática, há sugestões de elementos para a construção de roteiros de aula que podem ser adaptados e contextualizados de acordo com cada realidade educacional.

PRATICANDO GINÁSTICAS

Prática 1: PIRÂMIDES HUMANAS



Conhecendo a prática corporal

A pirâmide do psiquiatra estadunidense William Glasser¹ (1925-2013) mostra como nosso cérebro guarda as informações, enfatizando que metodologias passivas, como apenas ler e escutar, trazem baixa porcentagem de assimilação e retenção de conteúdo. Por outro lado, nas metodologias ativas, esse número aumenta significativamente, indicando que no discutir, fazer e ensinar há um impacto extremamente positivo na aprendizagem.

Nessa perspectiva, participar da prática corporal das pirâmides humanas proporciona uma possibilidade grande de aprendizagens sólidas além do ouvir, ler ou fazer, alcançando o interagir, criar e ensinar o outro.

Nessa prática, os estudantes do 3º ano experimentarão elementos acrobáticos circenses realizados coletivamente, tendo a oportunidade de ser a base, o intermediário e o volante das pirâmides propostas, criando novas possibilidades de formações corporais com mais de um participante.

O poder lúdico dessas atividades é tão grande quanto a imprescindível necessidade de estabelecer regras de segurança.

Incentivar os estudantes a ultrapassar barreiras e a vencer medos, mesmo que lhes falte experiência, é parte da tarefa do professor. Além disso, é importante adequar o grau de dificuldade das práticas ginásticas sugeridas a fim de criar um ambiente de aprendizagem motivador e estimulante para todos, não esquecendo o aspecto colaborativo entre os estudantes, fortalecendo vínculos e propiciando práticas significativas.

Antes de começar, propomos que se façam perguntas disparadoras para avaliar os conhecimentos prévios dos estudantes sobre as pirâmides humanas.

Com essa reflexão, verifique se os estudantes começam a identificar as acrobacias coletivas presentes em alguma atividade que já viram, assim como a imaginar como seria atuar como integrante dessas experiências corporais.

¹ William Glasser pôs em prática a teoria da escolha para a educação, propondo que o estudante aprenda por meio da prática, não tentando memorizar, porque a maioria dos estudantes esquece o que tentou decorar.

QUESTÕES GERADORAS



Vocês já tentaram subir nas costas de alguém ou carregaram um colega de “cavalinho”?

Em quais lugares vocês já viram pirâmides humanas?

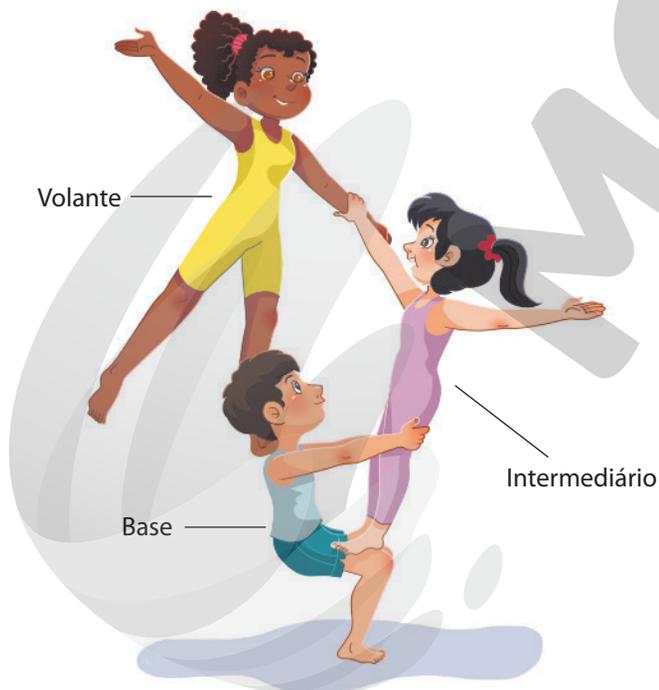
Como vocês se sentem ao pensar em demonstrar formações de figuras ginásticas realizadas em grupo para outros colegas da turma ou da escola?

O processo de escolha de equipes de trabalho é muito importante. Um pouco de liberdade nas escolhas é sempre interessante, mas é preciso fazer mediações a fim de evitar acidentes, como no caso de uma criança com peso corporal mais elevado apoiar-se na coluna vertebral de outra mais leve. Atente à formação dos trios e grupos e interfira, se necessário.

Nesse tópico, os aspectos sobre as dimensões corporais e o respeito às individualidades vêm à tona e devem ser discutidos amplamente, em um esforço para uma reflexão contra preconceitos. O professor tem papel essencial de antecipar e intervir.

Após formarem trios ou grupos e compartilharem as experiências prévias, sugerimos apresentar imagens e/ou vídeos previamente escolhidos com formações de pirâmides.

Mostre aos estudantes a figura a seguir e apresente as funções dos participantes em uma pirâmide, permitindo que percebam qual função seria ideal para cada um.



Funções dos participantes na pirâmide humana.

Apresente aos estudantes, então, imagens como as seguintes, com várias possibilidades de acrobacias coletivas, e oriente-os a identificar em cada uma delas as funções de volante, intermediário e base para que os papéis fiquem evidentes.



Acrobacias em trio, quarteto e quinteto.

Então, pergunte aos estudantes:

QUESTÕES GERADORAS



Quais habilidades são requeridas em cada função?
Qual vocês acham que seria mais apropriada para vocês? Por quê?

Vocês acham que ter a função de base é mais difícil do que estar no topo?

O que acontecerá com quem estiver em cima, se a base se desfizer?

Que medidas/attitudes temos de adotar para que a pirâmide funcione com sucesso?

Observando as figuras, vocês sabem dizer quem é a base? E o intermediário? E o volante?

Por razões biomecânicas, para estabilizar as pirâmides, o indivíduo da base é o mais pesado e forte, o intermediário tem agilidade e versatilidade, enquanto o volante é mais leve e tem relativa coragem para ficar no topo. Mas essas características não limitam a participação de todos na escola, pois o professor deve selecionar as figuras mais simples e com maiores possibilidades de alterar papéis para que todos possam experimentar todas as funções.

Você pode exibir para a turma alguns vídeos para ilustrar, expandir conhecimentos e fruir:

Ginástica acrobática: <https://www.youtube.com/watch?v=ydNnJ_D_ARK>. Acesso em: 23 mar. 2021.

Cirque du Soleil: <<https://www.youtube.com/watch?v=x-1-gLv3aWs>>. Acesso em: 23 mar. 2021.

A animação disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=NNoAdZA6S7w>> (acesso em: 23 mar. 2021) é uma maneira divertida de envolver as crianças na cultura de coo-

peração para fortalecer o grupo quanto ao cuidado consigo e com os outros.



Vivenciando a prática corporal

Pirâmides em trios, quartetos e quintetos

Material: forrar o chão com colchonetes ou tatames é opcional para trazer mais conforto, porém qualquer piso liso ou gramado pode ser utilizado.

Em um espaço adequado para iniciar a prática, proponha aos estudantes um aquecimento articular, especialmente focado no pescoço, nos punhos, nos ombros, nos quadris e nos joelhos.

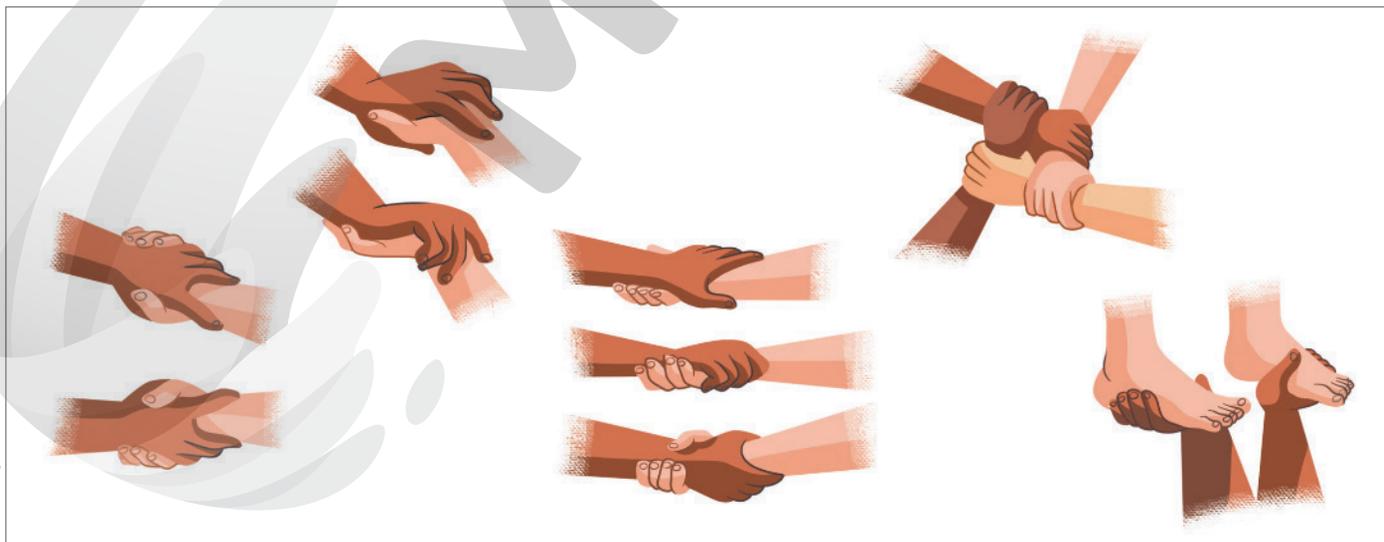
Inicie pela formação em trios com integrantes de estruturas físicas semelhantes para equilibrar os pesos e as forças.

Agora sugira-lhes um desafio: um dos integrantes do trio não poderá tocar mais o chão. Deixe que explorem todas as possibilidades de pirâmides. Recomende que alterem as funções dos participantes: base, intermediário e volante.

A montagem das pirâmides humanas tem duas fases: o monte e o desmonte. O subir chama-se monte, com o contato inicial com os colegas, e o desmonte é a descida, quando o volante perde esse contato.

Para garantir a segurança nessa prática corporal, procure:

- Ficar perto dos estudantes nas primeiras tentativas, assegurando que poderão realizar a prática com autonomia.
- Estimular que executem todos os movimentos lentamente, ganhando confiança e competência a cada tentativa.
- Ensinar as pegadas adequadas para cada figura montada.
- Discutir os locais corretos para se apoiar nos colegas, evitando machucá-los, conforme indicação da figura a seguir.



ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS



Pegadas de acrobacias: pegas simples, de punho, entrelaçadas, pé/mão.

Usualmente, quanto maior o número de partes em contato com o chão a base tiver, mais fácil é realizá-la. Procure as que mais se adequem à realidade da escola. A seguir há algumas sugestões das pirâmides mais apropriadas para crianças de 3º ano pela simplicidade e pelas facilidades biomecânicas.

Pirâmide em seis apoios: as bases executam a posição de seis apoios (mãos, joelhos e pés) e o volante faz o monte por trás, posicionando-se também em seis apoios ou em pé. Deve-se realizar tudo lentamente e apoiar-se na região sacral (parte baixa da coluna vertebral), ou na escapular (próximo aos ombros). A base deve evitar fazer a hiperextensão da coluna lombar, e todos devem deixar o corpo bem firme pela contração muscular e o olhar fixo em um ponto à frente.



//////
Pirâmide em seis apoios.

Beliche de três andares: a base deita-se com os pés apoiados no chão e os braços elevados apoiando as mãos nas escápulas do intermediário. O intermediário deita-se sobre a base e senta-se sobre os seus joelhos. No nível inicial, o volante sobe em pé sobre as coxas do intermediário. Deve-se executar tudo lentamente, atentando-se aos apoios e à postura firme e concentrada.



//////
Beliche de três andares.

Pirâmide meia altura: as bases ficam em pé, com os joelhos levemente flexionados, e o volante fica entre as bases. Na fase do monte, o volante apoia um dos pés na coxa de uma das bases, dá um impulso e estende quadris e joelhos, permanecendo em uma postura esticada sobre as bases, enquanto elas fazem um suporte entrelaçando os punhos atrás do volante para lhe dar equilíbrio.



//////
Pirâmide meia altura.

Banquinho: dois estudantes como base fazem a pegada nos punhos, entrelaçando-os, e o volante senta sobre esse apoio.



//////
Banquinho.

Apresente aos estudantes variações de pirâmides em trios, quartetos e quintetos, respeitando os limites de cada criança e enfatizando suas potencialidades para a inclusão de espacates, paradas de mãos e pontes.

Mostre-lhes algumas imagens para que tentem reproduzi-las.



//////
Pirâmides em trios.



//////
Pirâmides em quintetos.

Dialogando sobre a prática

Ao final das experiências, reúna os estudantes em roda e converse sobre as práticas das pirâmides humanas.

Pergunte-lhes: Quais foram suas atividades preferidas? O que vocês sentiram ao ser o volante nas acrobacias coletivas? Qual função vocês preferem nas pirâmides: base, intermediário ou volante? Quais capacidades físicas vocês utilizaram na

função que assumiram? Como foi o trabalho em grupo? Vocês notaram que cada pessoa tem uma importância de acordo com suas características? Qual é a importância da segurança e do cuidado consigo mesmo e com o outro durante a prática? Reflita com os estudantes como cada um é importante e necessário, de acordo com suas características, reforçando a autoaceitação e a apreciação dos colegas.

Deixe-os verbalizar as próprias impressões, ressaltando o respeito às diferenças e ao gosto pessoal. O diálogo exercita a comunicação, a argumentação e a fluência oral.

Registrando

Como registro, proponha aos estudantes que elaborem, criem e apresentem uma coreografia coletiva.

Organize a turma em grupos de quatro a seis integrantes e proponha a elaboração de uma pequena coreografia composta de duas a três pirâmides humanas realizadas em série.

Os grupos devem planejar quais acrobacias coletivas pretendem fazer. Os registros devem ser compostos de escrita e desenho das pirâmides, com o papel de cada um na formação. Os registros e as experimentações das pirâmides devem ocorrer sob o acompanhamento do professor, que precisa verificar a segurança das propostas.

Valorize o processo de criação e recriação das coreografias coletivas, incentivando a criatividade, pois isso leva os estudantes a construir o próprio conhecimento, ampliar o repertório, testar possibilidades e adquirir autonomia dentro de um grupo.

Ao final, sugira um dia de apresentações dos grupos proporcionando um momento de apreciação das produções dos colegas.

Além dos registros de planejamento, procure tirar fotografias do processo de criação e das apresentações, construindo um portfólio contendo o objetivo da prática, a fase inicial, o desenvolvimento e o resultado alcançado por grupo.

Avaliação

Em posse do portfólio, faça as observações necessárias, retornando de maneira escrita as suas percepções em relação aos estudantes. Possibilite que, se tiverem dúvidas, façam questionamentos acerca do que escreveu para que compreendam os componentes da avaliação.

Prática 2: O CIRCO CHEGOU!

Conhecendo a prática corporal

Nesta atividade, vamos propor práticas de malabarismo. Inicie questionando os estudantes sobre o que entendem por malabarismo, se já viram pessoas manipularem objetos fazendo malabarismos, se já experimentaram a

prática, se consideram os movimentos fáceis ou difíceis. Com base nessas constatações, aprofunde algumas reflexões sobre o malabarismo e a possibilidade de praticá-lo na escola.

A modalidade de manusear diferentes objetos no ar, utilizando partes variadas do corpo, não está somente vinculada ao circo, mas também a artistas de rua, ginastas, dançarinos e atores.

Os malabaristas demonstram muita habilidade porque, para manter os objetos no ar, necessitam praticar por muitas horas diárias e por muitos anos. Não existe um segredo ou talento para ser um bom malabarista, pois a habilidade é adquirida pela prática constante.

Apresente essa tradição cultural aos estudantes, enfatizando o aspecto artístico admirável do malabarismo, a estética, o ritmo sincronizado dos movimentos que quase parecem uma dança e a possibilidade de diversão ao assistir a apresentações ou praticar nos momentos de lazer.

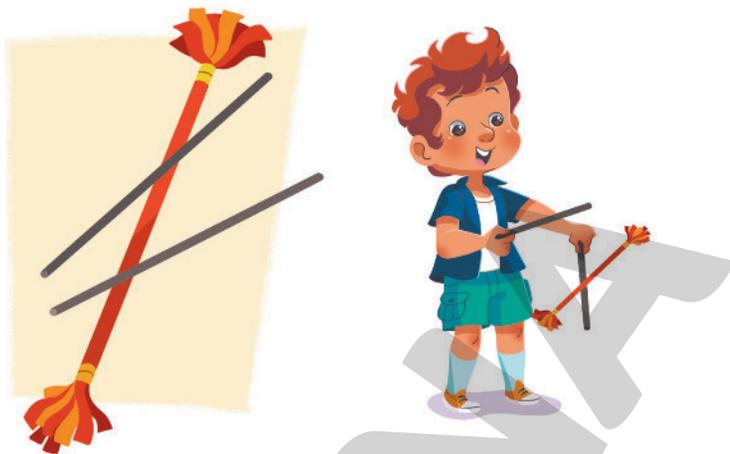
Mostre-lhes a variedade de tipos de malabarismo: com bolinhas, argolas ou arcos, claves, diabolôs, bastões, lenços, chapéus, pratos, barangandões, entre outros instrumentos.



Claves.



Argolas.



Bastões.



Diabolôs.



Lenços.



Pratos.



//////
Bolinhas.



//////
Swing poi ou barangandões.

Para enriquecer ainda mais o conhecimento, exiba para os estudantes um vídeo para que possam fruir espetáculos de malabarismo, como este disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=rJ2_XQEYjtc>. Acesso em: 23 mar. 2021.

Sugerimos a divisão dessa prática em duas aulas: uma para a produção dos malabares e outra para experimentação.

QUESTÕES GERADORAS



Alguém já viu alguma apresentação de malabarismo? Onde?

Vocês acham fácil manipular e equilibrar vários objetos ao mesmo tempo? De quais habilidades precisamos para isso?

É possível reutilizar sucatas e objetos em desuso para construir malabares? Que tipos de material poderiam ser empregados?

Vivenciando a prática corporal

Para a construção de malabares com material reciclável, não se esqueça de preparar os materiais ou solicitá-los aos estudantes com antecedência, de acordo com a quantidade necessária.

Vejamos o passo a passo para algumas confecções.

Bolas

Materiais: bexiga, saco plástico, tesoura de pontas arredondadas e sementes.

Passo a passo:

1. Encha um saquinho com sementes; pode ser de pipoca, em uma proporção em que o saquinho caiba na palma da mão da criança.
2. Corte a ponta de duas bexigas.
3. Encape o saquinho de sementes com uma bexiga.
4. Encape mais uma vez com outra bexiga, pelo lado oposto do primeiro encape.



//////
Bolinhas feitas de material reutilizável.

Claves

Materiais: garrafa PET do tamanho de uma garrafa de água de 500 mL, cano de PVC de aproximadamente 30 cm de comprimento, com largura suficiente para que entre pela boca da garrafa, e fita-crepe.

Passo a passo:

1. Insira o tubo de PVC na garrafa e fixe o bocal com fita-crepe.
2. Encaixe a tampinha da garrafa na extremidade do tubo que ficou para fora da garrafa e fixe com fita-crepe.
3. É opcional revestir com fita adesiva colorida.



Claves feitas de material reutilizável.

Barangandão

Materiais: papel crepom, tesoura de pontas arredondadas, grampeador, folhas de revista e barbante.

Passo a passo:

1. Corte fitas de crepom de 70 cm de comprimento e 4 cm de largura.
2. Coloque as pontas das tiras uma por cima da outra e grampeie-as.
3. Dobre uma folha de revista em formato de uma sanfona e grampeie uma das extremidades às fitas de crepom, unindo-a à extremidade em que as fitas estejam fixas e grampeadas.
4. Enrole a sanfona, formando um rolinho, e grampeie para que ele não se desfaça.
5. Corte um pedaço de barbante de 70 cm a 80 cm de comprimento, passe-o pelo rolinho e amarre, deixando sobrar fio para servir de pega.
6. Faça uma argolinha no barbante e dê um nó, de modo que caiba o encaixe no dedo indicador.



Barangandão feito de material reutilizável.

Arcos

Material: papelão, tesoura de pontas arredondadas e fita adesiva.

Passo a passo:

1. Desenhe no papelão um círculo com 28 cm de diâmetro.
2. Desenhe dentro dele um círculo com 25 cm.
3. Recorte o aro.
4. Encape com fita adesiva ou durex colorido para dar firmeza e decorar.



Arcos feitos de material reutilizável.

Lenços

Materiais: tesoura de pontas arredondadas e tule.



Lenços feitos de material reutilizável.

Passo a passo:

1. Recorte o tecido (tule) na forma de um quadrado de 50 cm × 50 cm.
2. Pegue-o exatamente pelo ponto central.

Distribua os objetos e atente para que comecem a manipulá-los apenas com uma mão, jogando-os para cima e recuperando-os, aumentando a destreza. Depois, devem experimentar com a outra mão. Treinem jogando de uma mão para a outra e, por fim, pratiquem com três objetos.

Antes de propor desafios aos estudantes, deixe-os explorar livremente tudo o que podem criar com os materiais.

Utilize movimentos variados, como arremessos unilaterais, alternados, cruzamento à frente do corpo de uma mão para outra, passada por baixo da perna, giros nos dedos, lançamentos em duplas ou quartetos formando um "X" no ar, entre outros.

É importante manter a postura do corpo ereta e os olhos em contato direto com os objetos, ajustando o ritmo, a força e a velocidade de lançamento.

Dialogando sobre a prática

Ao fim das experiências, retome as questões geradoras e pergunte-lhes: Com qual das mãos foi mais fácil manusear o objeto, a direita ou a esquerda? Qual dos objetos foi mais fácil de manusear? Quais habilidades foram requeridas para obter sucesso na prática?

Pergunte ainda sobre a experiência de confeccionar os malabares: Como foi criar os próprios malabares? Vocês acreditam que muitas vezes compramos objetos prontos que poderíamos construir em casa com material que já temos? O que vocês pensam sobre consumismo? Como podemos analisar se precisamos comprar algo ou não? O consumismo prejudica o meio ambiente? O que podemos fazer para colaborar para a preservação do planeta?

Peça aos estudantes que, após a discussão, anotem as próprias respostas no caderno. Esse procedimento exercita a fluência oral e a produção de texto.

Registrando

Proponha aos estudantes que ponham em prática o que aprenderam produzindo um *show* de circo, no qual cada estudante ou grupo de estudantes apresentará uma atração composta de uma sequência de movimentos com os malabares construídos.

A produção deve incluir também outras tarefas, como tirar fotografias ou fazer vídeos; criar um roteiro de apresentação; escolher as músicas e as falas do apresentador; distribuir os materiais durante a execução da sequência coreográfica, entre outras.

Crie um ambiente colaborativo, enfatizando a importância de que cada um tenha uma função e, ao mesmo tempo, respeitando os limites e as potencialidades de cada indivíduo. Depois, organize uma exposição com fotografias e com os objetos produzidos.

Sugira aos estudantes que se autoavaliem durante o processo, registrando como foi o próprio empenho de acordo com as tarefas propostas, qual foi a contribuição de cada um para a produção do *show*, se pediram ajuda aos colegas e se ofereceram ajuda quando necessitaram.

Avaliação

Componha a avaliação utilizando: os registros produzidos pelos estudantes após os diálogos, as observações que fez das produções dos estudantes e o relatório de autoavaliação deles. É importante que eles tenham um retorno após a sua avaliação, seja por escrito, seja em um diálogo aberto, no qual todos possam ouvir as suas considerações.

NÃO PARE POR AQUI

De acordo com os recursos disponíveis na estrutura escolar, é possível ampliar ou adaptar as atividades sugeridas, a fim de assegurar oportunidades adequadas de aprendizagem para todos os estudantes, pensando nos processos de inclusão e cooperação. É importante considerar as dimensões do conhecimento da Educação Física, as competências do componente e as gerais.

A seguir há outros materiais de consulta:

Ginástica acrobática: <<https://www.youtube.com/watch?v=mfROXhpcXnU>>. Acesso em: 19 mar. 2021.

Confeção de malabares:

Argolas: <<https://www.youtube.com/watch?v=q6mNtrS-qTM>>. Acesso em: 19 mar. 2021.

Barangandão: <https://www.youtube.com/watch?v=j0M3x_ltgI>. Acesso em: 19 mar. 2021.

Bolas: <https://www.youtube.com/watch?v=gA3rlQmO_FY>. Acesso em: 19 mar. 2021.

Claves: <<https://www.youtube.com/watch?v=XfwAyGyf4y0>>. Acesso em: 19 mar. 2021.

Publicações e *download* gratuito de livros sobre o circo na escola: <<https://www.fef.unicamp.br/fef/posgraduacao/gruposdepesquisa/circus/publicacoes>>. Acesso em: 19 mar. 2021.

AYOUB, Eliana. *Ginástica geral e a Educação Física escolar*. 3. ed. Campinas: Editora da Unicamp, 2018.

BORTOLETO, Marco; PINHEIRO, Pedro. *Jogando com o circo*. Várzea Paulista: Fontoura, 2010.

BORTOLETO, Marco; PAOLIELLI, Elisabeth. *Ginástica para todos: um encontro com a coletividade*. Campinas: Editora da Unicamp, 2018.

NUNOMURA, Myrian. *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.



KLAUS VEDFELT/DIGITALVISION/GETTY IMAGES

//////
Crianças dançando. Fotografia de 2018.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar e comparar os elementos constitutivos das danças do Brasil, do mundo, de matrizes africanas e indígenas.
- Perceber as diferenças e as semelhanças entre as danças brasileiras, do mundo, indígenas e africanas.
- Utilizar estratégias para a experimentação da dança, de modo a superar preconceitos em relação à sua prática.
- Elaborar estratégias em conjunto para resolver os desafios impostos pelas danças.

CONVERSANDO SOBRE DANÇAS

Parece uma mágica: quando uma música começa a tocar, naturalmente o corpo se movimenta sozinho ao ritmo do som. Pequenas marcações corporais involuntárias começam a se esboçar, surge um clima de espontaneidade no ar e, pronto, o ritmo deixa o ambiente descontraído e cheio de energia.

Não importa a nomenclatura: dançar, bailar ou mover o corpo de acordo com o ritmo, as danças são um patrimônio histórico-cultural da humanidade que atravessa os tempos e envolve as pessoas de maneira única.

Pensar no processo de construção das danças, ou seja, onde surgiram, quais influências e modificações sofreram ao longo do tempo e onde continuam a ser uma tradição, e valorizar suas contribuições para os dias atuais são reflexões essenciais para os estudantes fazerem no ambiente escolar.

Estudar, experimentar, refletir e valorizar as danças do Brasil e do mundo e as de matrizes africana e indígena constituem o eixo dessa unidade, que apresenta aos estudantes os ritmos peculiares de cada cultura. Não se trata de copiar movimentos prontos coreografados; pelo contrário, a ideia é conhecer e fruir diferentes ritmos, compreendendo o movimento como forma de expressão e comunicação.

Ao conhecer culturas e ritmos diferentes, expressos por meio das danças que representam cada povo, os estudantes têm a oportunidade de se conectar com o conhecimento e expressá-lo por meio dos gestos e movimentos corporais.

Quando um estudante é desafiado a perceber os movimentos de uma dança, é preciso que compreenda uma série de processos: em que momento e como eles acontecem, em que ordem aparecem, em quais velocidades, quais são as sequências que se repetem e, principalmente, como os praticantes se movem revela o que a dança expressa acerca de determinada cultura, por meio de seus gestos.

Não se pode perder de vista que experimentar os diversos movimentos de danças deve fazer parte da aprendizagem, como um elemento fundamental de vivência do dançar com significado, com reflexões e com respeito às diferentes culturas.

PRATICANDO DANÇAS

Prática 1: O BRASIL TODO DANÇA!



Conhecendo a prática corporal

No Brasil todo, todo mundo dança! Cada região possui a sua cultura e a sua história representadas nas danças típicas que as retratam.

Algumas regiões possuem uma variedade de danças de acordo com as comunidades específicas que nelas habitam, bem como há danças que se manifestam em diferentes lugares. Porém, de maneira geral, podemos destacar uma dança típica de cada região brasileira.

Carimbó: dança típica do Norte. É um tipo de quadrilha marcada por movimentos giratórios e uso de saia rodada pelas mulheres.



CESAR DINIZ/PULSAR IMAGENS



Carimbó.

Apresentação de carimbó pela Cia. Trupé de Artes durante o evento Arraial Arte na Rua, Pirapora do Bom Jesus, SP, 2019.

Pau de fita: dança típica do Sul, tem formação em roda, utilizando fitas presas no topo de um mastro, seguradas pelas pontas pelos participantes, que as trançam ao som da música gaúcha.



GERSON GERLOFF/PULSAR IMAGENS



Pau de fita.

Apresentação da dança Pau de Fitas durante a JuvEnart, Concurso Estadual de Danças Tradicionais categoria juvenil, Santa Maria, RS, 2017.

Xiba: dança típica do Sudeste, dançada ao som de violas, com formação circular, batidas de mãos e pés e elementos semelhantes à quadrilha.



Xiba.

Catira: dança típica do Centro-Oeste, caracterizada por batidas ritmadas de mãos e pés.



Catira.
Festa do Divino Espírito Santo, São Luiz do Paraitinga, SP, 2014.

Bumba meu boi: dança típica do Nordeste, que combina elementos teatrais sobre a história de um boi que sabia dançar roubado por um funcionário de uma fazenda para satisfazer o desejo de sua esposa grávida. O fazendeiro descobre seu animal morto e, com a ajuda de um pajé, o animal volta a viver. Na dança, os participantes realizam movimentos típicos dos ritmos nordestinos, tendo “o boi” como dançarino.



Bumba meu boi.
Celebração de solstício de junho no centro histórico de São Luís, MA, 2016.

Há alguns vídeos que podem ser exibidos aos estudantes para que conheçam cada uma dessas danças típicas.

Carimbó: <<https://www.youtube.com/watch?v=QM6B3CxcGQ>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Pau de fita: <<https://www.youtube.com/watch?v=UJIFB8ZuFE4>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Xiba: <<https://www.youtube.com/watch?v=U7-NdWu8ssw>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Bumba meu boi: <<https://www.youtube.com/watch?v=iJKva2Uo2vl>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Catira: <<https://www.youtube.com/watch?v=2DUD5io9ayM>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Para integrar as crianças ainda mais ao tema da aula, você pode perguntar a elas:

QUESTÕES GERADORAS



Quem gosta de dançar?

Será que todo mundo pode dançar? Crianças? Adultos? Meninos? Meninas?

Vocês conheciam alguma dessas danças? Já dançaram alguma delas?

Quais outras vocês conhecem além dessas?

Sabem quais são as danças típicas da nossa região?

Que movimentos com o corpo fazemos ao dançar?

Vocês perceberam que as danças têm ritmos diferentes?

Perceberam que elas têm coreografia?

Quem consegue se lembrar de como é a catira? E a xiba? E o bumba meu boi? E o carimbó? E o pau de fita?

Vocês observaram que cada dança recebe influência das características da comunidade e da história que representam?

Notaram que algumas danças são praticadas aos pares, outras, em grupo e outras, ainda, com uma pessoa sozinha?

Peça às crianças que relatem características de cada uma das danças regionais apresentadas, e, se quiserem, podem demonstrá-las. Elas podem, ainda, reproduzir outras danças típicas que conhecem, além das apresentadas.



Vivenciando a prática corporal

Catira do passarinho

Material: equipamento audiovisual.

Nessa prática, as crianças vão experimentar os movimentos da catira, coordenando os ritmos com o movimento do corpo, batendo as mãos e os pés, conforme sugere a melodia da canção “Catira do passarinho”.

Apresente o vídeo para as crianças e a pratiquem. Posicione-se de frente para elas a fim de executarem os movimentos de maneira espelhada até que as crianças adquiram autonomia na percepção de tempo, ritmo e movimentos.

CATIRA DO PASSARINHO

Celso Pan e Jacqueline Baumgratz

Rodas e brincadeiras cantadas. Cia. Cultural Bola de Meia.

<<https://www.youtube.com/watch?v=DmnjhRPdEAU>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

No pé da laranjeira
Tem um ninho de barro
Pode ser do João
João-de-barro
Sabiá-laranjeira
Tem o peito dourado
Voa, canta canção
Pros namorados
(Batidas de mãos e pés)
Queria ser passarinho
Pra poder olhar pra baixo
Ver tudo pequenininho
Casa, cavalo e riacho
(Batidas de mãos e pés)



VALERKA STEPANKOV/SHUTTERSTOCK

//////
Crianças batendo palmas. Fotografia de 2015.



Dialogando sobre a prática

Ao fim da aula, explore as sensações dos estudantes ao praticar as danças. Pergunte a eles se foi difícil, fácil, se gostaram; quais foram as habilidades motoras envolvidas, como bater palmas e pés; quais são as capacidades físicas, como o ritmo e a coordenação motora; e como devem adaptar os espaços para que o som das pisadas seja ouvido. Converse, ainda, sobre a diversidade cultural brasileira, comentando que existem muitas danças que são praticadas de acordo com a região e a localidade.



Registrando

Como registro, peça aos estudantes que façam a atividade de reconhecimento das danças regionais aprendidas.

Organize-os em grupos e solicite a cada um deles que pesquise uma das danças demonstradas. Os estudantes devem pesquisar o histórico da dança, onde é praticada, quais são os principais movimentos dela e o seu significado.

As pesquisas devem ser compiladas em um cartaz.



Avaliação

Cada grupo deve apresentar os resultados da pesquisa e propor uma experimentação para o restante da turma.

Os estudantes farão perguntas aos integrantes do grupo, visando a elucidar dúvidas sobre as danças e avaliar a qualidade do trabalho apresentado. É importante que o professor especifique o que é avaliado, se as informações estão compreensíveis e se pesquisaram o que foi solicitado. Observe as apresentações e os questionamentos dos estudantes. Registre os pontos que julgar relevantes, construindo um relatório de observação. Esse procedimento desenvolve as competências de comunicação e argumentação dos estudantes, além de exercitar a fluência, a compreensão oral e a produção de escrita.

Prática 2: O MUNDO TODO DANÇA!



Conhecendo a prática corporal

Como bem sabemos, a dança e o conhecimento sobre ela não se restringem à cultura brasileira. O mundo todo dança! É importante que as crianças compreendam que os ritmos, os sons e as danças estão presentes em outras culturas, de acordo com a história e os hábitos delas, compreendendo diferentes contextos, similaridades e diferenças no fruir das experiências culturais e motoras.

Com o intuito de exemplificar quais são os diferentes ritmos e as formas de dançar em todo o mundo, apresente aos estudantes algumas danças bastante conhecidas.

A **salsa**, por exemplo, é uma dança típica cubana, um ritmo que mistura chá-chá-chá, mambo, rumba e *reggae*, como se pode observar no vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=R7E9cNydevg>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

OLGA_BELOVA/SHUTTERSTOCK



//////
Salsa.

O **tango**, uma dança típica dos nossos vizinhos argentinos, praticada em par ao som de violão, flauta, violino, piano e acordeão, possui ritmo próprio e pode ser vista no vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ekQ3aGczb4>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

SUNSHINEVECTOR/SHUTTERSTOCK



//////
Tango.

A **tarantela** é uma dança típica italiana, dançada aos pares, de maneira animada e festiva, ao som do bandolim e do pandeiro. Veja no vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=00zxlIdA0Z6c>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

DARIA_USTUGOVA/SHUTTERSTOCK



//////
Tarantela.

O **flamenco** é símbolo da dança e da cultura espanholas, em alguns lugares dançada com sapa-teado, em outros com castanholas ou ainda com os dois. Veja os movimentos e ritmos dessa dança em: <<https://www.youtube.com/watch?v=OTe8CSZowuY>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

PODESSTO/SHUTTERSTOCK



//////
Flamenco.

Questione os estudantes quanto às percepções em relação às danças:

QUESTÕES GERADORAS



Que similaridades e diferenças há entre essas danças?
Em relação às danças brasileiras, quais similaridades e diferenças podemos notar?

Convide os estudantes a experimentar uma dança de outro país, para vivenciar e comparar gestos, ritmo e espaço.

Vivenciando a prática corporal

Alunelul

Materiais: equipamento com recurso de áudio. O uso de paus é opcional, de acordo com a versão adotada.

Para a experimentação, foi selecionada uma dança romena, o *alunelul*, característica da região da Oltenia e transmitida por gerações no continente europeu, com diferentes formas de dançar. Apresente-as aos estudantes.

Em roda: <<https://www.youtube.com/watch?v=GjqaD8CVpt8>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Com batida de paus: <<https://www.youtube.com/watch?v=gim1CiqEwYs>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Com braços entrelaçados: <<https://www.youtube.com/watch?v=heiLud08yAM>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



//////
Alunelul com batida de paus.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUÍS JUHAS



Alunelul com braços entrelaçados.



Alunelul em roda.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS

Ao som do *alunelul*, disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=aW9LM_zGqKM> (acesso em: 5 abr. 2021), oriente os estudantes a acompanhar o ritmo da música com deslocamentos, andares, saltitos, corridinhas, batidas de mãos, batidas de pés, batidas nas mãos uns dos outros ou qualquer outra forma que queiram. Lembre-se de que o movimento da dança é simétrico e sequencial, assim como nossa forma de deslocamento.

Observe essa prática, percebendo os pontos de similaridade dos passos executados pelos estudantes com os passos tradicionais da dança, e anote suas percepções.

Quando você notar que os estudantes estão se deslocando no ritmo da música, converse com eles para que experimentem os passos do *alunelul*.

Para dançar, é necessário incorporar a relação ritmo e movimento. A palavra "incorporar", muitas vezes esquecida, é aplicável a situações de todo o processo de aprendizagem motora, pois, literalmente, para aprender um movimento ou uma sequência de elementos, é preciso que o processo seja colocado, sentido, explorado, vivenciado pelo corpo, em uma busca pela experimentação completa.

Volte-se para o fazer dos estudantes e perceba a ação de cada um; observe aqueles que têm mais facilidade e aqueles que têm mais dificuldade na execução do passo de maneira individual. Organize pares de trabalho dirigido, de modo que aqueles que tenham mais facilidade na execução possam ajudar aqueles com mais dificuldade.

Dê tempo para o fazer; esse momento é fundamental, pois o processo é altamente cognitivo. As crianças estão pensando em como organizar a sequência, estão se perguntando mentalmente: Quantos passos devo dar para o lado? Em que momento devo bater o pé para voltar? Agora é o momento

em que o número de passos diminui? É impressão ou a música está acelerando?

Quando os estudantes avançarem no processo e já estiverem em uma fase menos cognitiva e mais automatizada de execução, forme quartetos.

Nessa etapa do trabalho, é fundamental dialogar com os estudantes para perceber as dificuldades e as conquistas, abordando a possibilidade da junção de todos os integrantes da turma para formar uma coreografia única.

Agora, que tal construir uma coreografia coletiva? Combinem os passos, as formações e sintam o prazer de dançar!



Dialogando sobre a prática

Após a experimentação, procure explorar todos os elementos das danças e as aprendizagens advindas das experimentações: Conheçam essas danças? Conhecem os países de origem, onde ficam? Quais são as principais habilidades motoras presentes nas danças? Quais são as capacidades físicas apresentadas durante a prática? Quais são os espaços necessários para a prática? Como é a interação com o outro? Existem semelhanças entre essas danças e as danças brasileiras que experimentaram? De quais gostaram mais?

Observe principalmente como os estudantes se comportam durante os diálogos: Respeitam a vez de fala? Respeitam as diferenças de gosto pessoal? Valorizam a aquisição de movimentos? Procuram defender o próprio ponto de vista com argumentos plausíveis? Comunicam-se adequadamente? Ouvem o outro com atenção?

Faça um registro dessas observações, intervindo quando julgar necessário.



Registrando

Peça aos estudantes que registrem as respostas das perguntas da seção anterior. Elas podem compor um relatório a ser entregue constituindo também a avaliação, uma vez que expressarão as aprendizagens advindas da experimentação.



Avaliação

Como subsídios para a avaliação, considere as suas observações e as suas anotações feitas nos momentos em que houve diálogo entre vocês e entre os estudantes e nos momentos em que eles interagiram entre si durante a atividade prática proposta.

Considere, ainda, o relatório feito pelos estudantes, conforme a proposição de atividade de registro.

Prática 3: BATE-PAU



Conhecendo a prática corporal

Bate-pau é uma dança indígena típica da aldeia Terena, localizada no Mato Grosso e no Mato Grosso do Sul.

Para os indígenas, a dança é a tipificação de um ritual, podendo ser utilizada para homenagear os mortos, agradecer ou pedir algo à natureza, dramatizar lutas e conflitos que marcaram seu povo, como forma de preservação da história, entre outros motivos.

Na dança bate-pau, os participantes organizam-se em dois grupos, que, utilizando bastões, simulam uma espécie de batalha, batendo os bastões de maneira cruzada, batendo-os também no chão, marcando o compasso, e fazendo uma sonoridade própria, parecida com o som de batidas de pés.



Dança bate-pau.

Mostre aos estudantes a dança em vídeo, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=DIU6grccYVA>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Provoque reflexões iniciais sobre a dança, perguntando-lhes:

QUESTÕES GERADORAS



Vocês perceberam alguma semelhança entre a dança do bate-pau com as batidas de alguma dança típica brasileira?

Em relação ao ritmo, o que vocês perceberam?

O que notaram sobre a forma de dançar, em comparação a outras danças conhecidas por vocês até o momento?



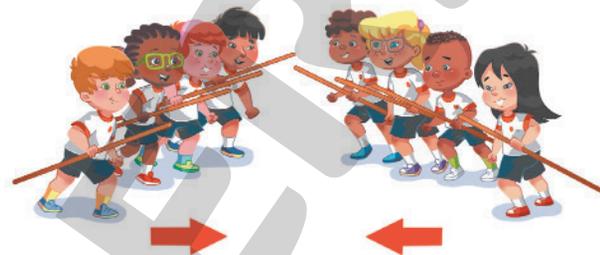
Vivenciando a prática corporal

Materiais: bastões.

Para iniciar a prática, organize dois grupos. No ambiente, os dois grupos estarão em fila, posicionados um ao lado do outro.



As crianças dão três passos laterais para fora, movimentando o bastão para fora, e três passos para dentro da formação, movimentando o bastão para dentro, quase encostando-o no bastão da criança do outro grupo, “seu adversário de batalha”.



Depois dão três passos para fora, batem o bastão no chão, dão três passos para dentro e batem o bastão no chão.



Novamente, dão três passos para fora, batem o bastão no chão, dão três passos para dentro, batem o bastão no chão, batem o bastão cruzado no bastão do “adversário” (uma batida de dois tempos) e batem em cruzamento com o “adversário” três vezes (essas três batidas são mais rápidas, de um tempo cada uma).



Essa sequência de eventos pode ser repetida três vezes.

Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, converse com os estudantes sobre a experimentação da dança indígena. Pergunte o que acham de uma dança como representação de uma batalha para que percebam as diferentes manifestações das danças, desta vez como um ritual.

Explore as percepções corporais, perguntando-lhes sobre os movimentos realizados; as capacidades físicas e quais regiões corporais foram envolvidas nas danças; quais foram as próprias estratégias para acompanhar o ritmo da dança e combiná-la com uma sequência de eventos; a coordenação dos passos e da manipulação do bastão, incentivando-os a ativar a reflexão sobre o corpo, ampliando a consciência corporal.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que façam uma comparação entre os movimentos das danças experimentadas até aqui, que será concluída após a atividade prática final.

Avaliação

Para a avaliação desta unidade, sugerimos que peça aos estudantes que realizem uma pesquisa sobre as diversas formas de utilização das danças pela cultura indígena. Devem pesquisar uma dança, a respectiva tribo, a localização dela, o nome da dança, como é dançada e o ritual que ela representa. Devem também trazer um *link* com um vídeo da dança para que todos observem e analisem a sua manifestação ritualística. É importante que o professor intervenha, em especial, pontuando a importância de respeitar e valorizar as diferentes manifestações culturais.

Ao final, podem compor um mural com as danças pesquisadas, escrevendo abaixo de cada uma delas a sua função ritual.

Prática 4: SAMBA DE RODA

Conhecendo a prática corporal

O samba de roda é uma dança de matriz africana que surgiu por volta dos anos 1860, na Bahia, nas festas de terreiro, como forma de os negros manterem viva a sua cultura e honrar o legado do povo negro escravizado.

O samba de roda representa a cultura africana por meio dos seus gestos, pela formação em roda, pelos instrumentos de percussão e pelos movimentos que misturam a dança e a religião africana.

Os movimentos livres, não coreografados, permitem uma experiência natural do corpo e seu ajuste ao ritmo, embora o professor possa ensinar alguns passos para que sejam executados ao som do samba de roda a fim de exemplificar as expressões corporais típicas da cultura negra.

O samba de roda é dançado com os pés descalços, em uma conexão direta entre o corpo e o solo, originalmente de chão batido.

Mostre aos estudantes um vídeo do samba de roda, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=hRUV2HB80wQ>> (acesso em: 5 abr. 2021), e pergunte-lhes:

QUESTÕES GERADORAS

Fazendo uma comparação de ritmo com as danças experimentadas, *catira*, *alunelul* e *bate-pau*, como vocês perceberam o ritmo do samba de roda?

É parecido ou diferente? É mais lento ou mais acelerado?

E a forma de dançar, tem alguma semelhança?

Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento com recurso de áudio.

Você pode utilizar como música para fundo esta disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=w9ucBmUrbol>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Oriente os estudantes a ficar descalços e a experimentar o ritmo livremente, e depois proponha a prática de alguns passos em duplas.

Organize, então, uma roda de samba, mas antes explique os rituais da dança:

1. Duas pessoas entram na roda, enquanto os colegas ficam no círculo batendo palmas no ritmo da música para incentivar os dançarinos.
2. Quando alguém que estiver na roda quiser entrar para dançar, deve executar os passos na direção de quem quer tirar do centro dela, ficando na frente do colega. Outra forma de revezar quem está dentro da roda é quem está no interior ir saindo dela dançando, e outros dois integrantes vão entrando, ao perceber que a roda está ficando vaga.
3. A roda deve ficar com apenas duas pessoas em seu interior.

OSÉ LUIS JUHAS



//////
Samba de roda.

Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, converse com os estudantes sobre como foi a experimentação do ritmo e a melhora de coordenação conforme o avanço do tempo da prática. Peça-lhes que relatem também as habilidades motoras requisitadas na prática e as comparem com as habilidades das danças anteriores. Converse a respeito da timidez para dançar e possíveis preconceitos com a prática corporal, reconhecendo e valorizando as tentativas e a disponibilidade de participação dos estudantes. Comente sobre a cultura negra e sua influência na dança e em outros aspectos da cultura brasileira.

Questione-os, ainda, quanto às percepções corporais em relação ao ritmo experimentado e às demais vivências já experimentadas na unidade de danças, objetivando discutir

semelhanças, diferenças e estratégias de memorização de sequência, deslocamento no espaço e coordenação rítmica.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que pesquem a influência africana na dança brasileira e em folha avulsa identifiquem as seguintes informações: título da dança, desenho ou colagem de figura/fotografia e breve descrição de como ela é praticada. Ao final, proponha a eles a elaboração de um mural com a documentação produzida durante as aprendizagens do 3º ano a respeito das danças.

Avaliação

Considere as aprendizagens propostas para essa prática percebidas nas suas observações, nos diálogos dos estudantes, nas suas anotações e nos registros deles, para compor a avaliação final da unidade de danças do 3º ano.

NÃO PARE POR AQUI //////////////

As práticas aqui sugeridas são possibilidades de conhecer e experimentar as danças do Brasil, do mundo, e as de matrizes indígena e africana.

Você pode, de acordo com a unidade escolar e a região, selecionar outras práticas para ampliar os significados da prática corporal.

A seguir há outros materiais de consulta:

Acervo de danças do mundo: <<https://www.youtube.com/channel/UCnTyfMo7mjS4ltdS9dzNWPg>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Danças regionais brasileiras: <<https://www.youtube.com/watch?v=zUT0aETu7iQ>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Influências culturais presentes nas danças brasileiras: <<https://www.youtube.com/watch?v=iANbmuhn-Jo>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

SOUZA, Nilza *et al.* *A dança na escola: um sério problema a ser resolvido. Motriz*, Rio Claro, v. 16, n. 2 p. 496-505, abr./jun. 2010. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/8356/WOS000284782500024.pdf?sequence=3>>. Acesso em: 17 mar. 2021

TATIT, Ana; LOUREIRO, Maristela. *Festas e danças brasileiras*. São Paulo: Melhoramentos, 2016.

VERDERI, Erica. *Dança na escola: uma proposta pedagógica*. Várzea Paulista: Phorte, 2009.



DIEGO_CERVO/ISTOCK PHOTO/GETTY IMAGES

Jogo de oposição cabo de guerra. Fotografia de 2012.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 8 e 9

Competências de Educação Física: 1, 2, 5, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar os movimentos das lutas regionais e comunitárias.
- Experimentar, fruir e valorizar os movimentos das lutas de origem indígena e africana, valorizando essas culturas.
- Utilizar estratégias básicas das lutas, diferenciando o lutar e o brigar nas práticas vivenciadas.
- Reconhecer a luta como um patrimônio cultural humano que teve sua origem na Antiguidade e continua presente nos dias de hoje.

CONVERSANDO SOBRE LUTAS

Lutar é uma ação humana cuja origem está diretamente ligada à sobrevivência, como caçar animais para conseguir alimento ou defender-se de possíveis ataques de predadores. Nos primórdios da humanidade, o uso de ferramentas de madeira, como varas e tacapes, ou pedra lascada, era um recurso para ajudar na luta pela vida.

Com a revolução agrícola e a formação de povoados, houve a necessidade de proteção da terra e da produção. Essa função era realizada por sociedades militares, que utilizavam técnicas bélicas de atacar e defender. No entanto, além desse aspecto instrumental e funcional das lutas, essa prática corporal segue ocupando nas sociedades contemporâneas um papel de autossatisfação, ou seja, as pessoas lutam porque sentem prazer na ação. É justamente com esse modelo de práticas de artes marciais, que se diversifica ao longo do tempo e do espaço histórico-cultural, que se compõe uma vasta cultura de lutas.

De acordo com Rufino e Darido (2015)¹, existe uma resistência de alguns professores de Educação Física para trabalhar com essa temática, com os argumentos de que pode ser violenta, não há espaço, faltam materiais ou que eles não se sentem preparados. Obviamente, há uma lacuna de alguns tópicos relacionados às lutas na formação docente; no entanto, não é necessário dominar a fundo todos os conhecimentos teóricos e práticos. Com conhecimentos básicos, é possível abordar essa prática corporal presente na cultura, assim como levar os estudantes a essa rica experiência.

No entanto, a luta não pode entrar no ambiente escolar sem que antes seja muito bem caracterizada e entendida. Na escola não se pretende ensinar a lutar, mas sim experimentar as lutas, ou seja, vivenciar os gestos corporais, conhecer o contexto histórico-cultural das lutas de algumas modalidades selecionadas nos âmbitos comunitário e regional, e de matriz indígena e africana, transferindo esses conhecimentos para a vida cotidiana e ampliando as relações da criança com o mundo.

Alguns jogos de disputas atravessam gerações e são opções pertencentes às lutas comunitárias para praticar o enfrentamento de oponentes, a percepção de potencialidades e limitações, a abordagem da frustração do perder e do saber comemorar a vitória. Nessas práticas, quando uma criança tenta tirar um objeto do adversário ou desequilibrá-lo, busca recursos diversos e consegue discernir que a luta não se trata de uma briga, mas de uma prática corporal, com regras combinadas e sem violência.

¹ RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física*. Porto Alegre: Penso, 2015.

Neste material escolhemos cuidadosamente tipificar lutas que possam contribuir para a capacidade humana de movimentar-se, reconhecer as lutas de matrizes indígena e africana e as lutas comunitárias, ao mesmo tempo em que aprofunda o olhar sobre a história e a cultura humana. Nesse primeiro contato com o tema lutas, no 3º ano, é fundamental estabelecer que lutar não é brigar e que todos devem colaborar para a criação de um espaço seguro de aprendizagem.

PRATICANDO LUTAS

Prática 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO



Conhecendo a prática corporal

As lutas regionais e comunitárias pertencem a determinada população e são transmitidas por gerações. São pequenas disputas realizadas em duplas ou grupos de pessoas para testar quem é o mais forte ou quem é o mais rápido.

Para iniciar o trabalho com a luta, é fundamental definir o seu alcance de ação realizando uma avaliação diagnóstica sobre o que os estudantes têm como conhecimento prévio da temática.

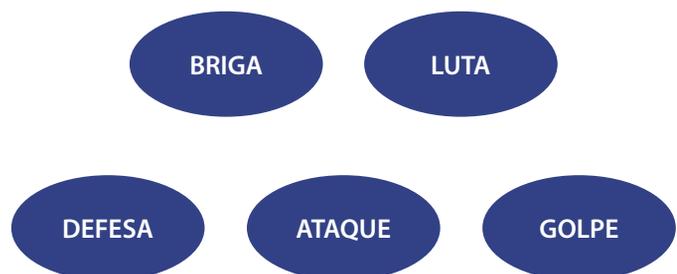
QUESTÕES GERADORAS



- O que vocês acham que são lutas?
- Como vocês imaginam que seja uma aula com esse tema em Educação Física?
- Quais lutas vocês já observaram em sua comunidade?

Anote na lousa, cartaz ou painel todas as ideias dos estudantes. Tente elaborar uma definição com base nos relatos deles. Esse momento é fundamental para o desenvolvimento do trabalho, pois todo o viés ligado a narrativas vinculadas à violência, à briga de rua, à confusão, ao medo de participar das aulas pode aparecer. Lembre-se de discutir todos esses assuntos antes das experiências corporais com os estudantes.

A seguir, há uma lista de assuntos importantes a serem abordados, de modo a formar um conceito básico sobre a temática:



Assuntos para discussão na contextualização de lutas.

Após o levantamento de hipóteses sobre lutas na escola e a nomeação dos termos comuns a essa prática corporal, é o momento de conhecer algumas lutas de contexto regional e comunitário.

Apresente-lhes imagens como esta a seguir e pergunte a eles: O que os personagens estão fazendo? Deixe que os estudantes falem suas ideias. Com base nas sugestões que aparecerem, faça a contextualização do tema da unidade.



Disputa por bola.

Mas, afinal, eles estão brigando ou lutando? Vocês já participaram desse tipo de jogo de luta? Por que é necessário combinar as regras dos jogos? Como devemos agir para evitar que o colega se machuque nos jogos de oposição? Vocês conhecem outros jogos de disputa possíveis de realizar na escola para testar força e agilidade?

As questões sociais aparecem fortemente nas práticas de jogos de lutas. Por isso, converse com os estudantes sobre a necessidade de respeito aos colegas durante as experiências. Explique-lhes que haverá confrontos entre dois ou mais estudantes, porém o foco é o processo de aprendizagem ao atacar e ao se defender com a mediação do professor, e não quem vai ganhar ou perder.

O atacar e defender acontecem de maneira simultânea, o que pode gerar um confronto entre estudantes, mas o objetivo da atividade deve ser evidenciado, informando-os também de que qualquer ação fora dos objetivos deixa de ser luta e passa a ser briga. Traçar essa linha tênue no início do trabalho é fundamental para o desenvolvimento harmonioso da sequência do processo de aprendizagem.

Apresente aos estudantes, então, o conceito de jogos de oposição e como eles podem ser compreendidos como lutas conforme os princípios que os regem, como: impor-se fisicamente ao oponente; ter o objetivo de vencer o adversário; manter o respeito às regras e ao adversário, visando à segurança.

DICAS

É bastante comum os estudantes sentirem-se em um ringue de lutas durante algumas práticas. No entanto, mostre-lhes que a aula é um laboratório para experimentação e aprendizagem. Não permita torcidas a favor de um estudante em detrimento de outro, evite o clima competitivo e eleja a participação como o elemento principal.

Uma forma de reforçar o respeito envolvido na prática de lutas é apresentar a importância e o significado das saudações de início e fim delas, que demonstram respeito às regras e aos oponentes.

Sugira aos estudantes que criem uma saudação para um pacto de respeito e cordialidade.



Vivenciando a prática corporal

Arranca-rabo

Materiais: pedaços de fitas, panos ou sacolas plásticas para pendurar na cintura e giz para traçar o espaço da luta.

Dê a cada estudante um objeto para pendurar na cintura, como um pedaço de fita, tecido ou saco plástico, de modo que, ao ser pendurado, o objeto fique na parte de trás do corpo, com comprimento próximo à altura do joelho, assemelhando-se à cauda de um animal. É possível colocar dois objetos, se a intenção for aumentar o grau de dificuldade.



Cauda para a prática arranca-rabo.

O objetivo é proteger o próprio objeto sem segurá-lo com as mãos, fazendo deslocamentos, giros, gingados e dribles para fugir do colega que tenta arrancar-lhe o "rabo". E, ao mesmo tempo, tentar arrancar o do oponente.

Forme duplas e desenhe ou marque o piso onde a prática vai acontecer, delimitando um espaço mínimo de 2 m × 2 m. Você pode desenhar vários espaços para que, simultaneamente, várias duplas possam praticar a atividade.



Formação do espaço de luta.

Estabeleça um tempo para a duração da ação e, na sequência, faça alguns rodízios de duplas para que os estudantes possam experimentar a prática com outros colegas.

Essa vivência aproxima a brincadeira de uma situação de luta. Nessa tipificação, o objetivo é conseguir se defender, não perder o objeto colocado na cintura e, simultaneamente, atacar para tentar tirar da cintura do outro o seu objeto.

Essa bola é minha!

Materiais: bolas médias ou outro objeto que estiver disponível.

Mantenha a estrutura de ação da experiência anterior: uma dupla por espaço delimitado, uma bola ou outro material de disputa que mantenha a segurança dos participantes.

Os oponentes devem sentar sobre as pernas, com os corpos encaixados, e disputar a posse de um objeto.

Os estudantes vão agarrar o objeto para protegê-lo, e o oponente vai tentar puxá-lo para obtê-lo para si. Ao conseguir trazer o objeto para si, o outro colega deve tentar recuperá-lo da mesma forma, agarrando e puxando.

Dê um tempo para que a experiência ocorra entre as duplas e, na sequência, faça um rodízio entre elas.

Como variação, dificulte o jogo pedindo a ambos que fiquem de cócoras ou também sentados no chão.



Disputa de bola.

Pé com pé

Material: não é necessário nenhum material específico.

Ainda em duplas, sentados no chão, os estudantes vão encostar um no outro apenas pelos pés e deixar as mãos fora do solo, com o apoio apenas dos glúteos. A um sinal, devem empurrar-se pela extensão dos joelhos e equilibrar-se a fim de não encostar outras partes do corpo no chão. Trata-se de uma disputa que exige força, equilíbrio e concentração. Alterne as duplas para que experimentem as habilidades com outros oponentes.



Jogo de oposição pé com pé.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS

Dialogando sobre a prática

Inicialmente, peça aos estudantes que exponham as próprias sensações corporais. Quais foram as principais regiões corporais solicitadas? Quais capacidades físicas estavam presentes nas experimentações? Quais habilidades motoras foram requisitadas? Como deve ser o local de prática? Deve haver alguma segurança? Possibilite aos estudantes que verbalizem as suas sensações. As lutas envolvem uma série de interações com os outros que nem sempre são agradáveis aos estudantes. Parta de reflexões sobre as sensações corporais, mas aprofunde os diálogos pedindo-lhes que comentem as próprias impressões. Registre as falas dos estudantes que julgar importantes para compor a sua avaliação.

Retome outras reflexões importantes sobre a prática: Quais são as diferenças entre lutar e brigar? Por que é necessário combinar as regras dos jogos? Como se deve agir para evitar que o colega se machuque nos jogos de oposição? As práticas vivenciadas mudaram a sua visão sobre lutas?

Registrando

Nas experiências motoras, é muito comum não computar à aprendizagem o saber fazer. No contexto escolar, à medida que praticam, existe uma aprendizagem em diferentes níveis de habilidades. No entanto, a avaliação dos aspectos corporais é acompanhada por meio da observação processual em relação ao esforço, à determinação e às adaptações elaboradas pela criança.

Explique aos estudantes que nem toda aprendizagem pode ser quantificada a todo o momento, pois muitas mudanças acontecem simultaneamente, e nosso autoconhecimento é importante para percebê-las. Reforce, também, que mudanças são fundamentais para gerar novas habilidades, capacidades, formas de relacionar-se com o ambiente físico e social a fim de nos tornarmos mais habilidosos em diversos aspectos.

Por isso, com fins de registro, dê aos estudantes uma folha avulsa e oriente-os a fazer individualmente uma autorreflexão e produzir uma frase sobre o que mais aprendeu com a prática de lutas. A frase pode ser acompanhada de uma ilustração de livre escolha do estudante de como produzir o registro.

Faça um varal no pátio da escola para a exposição das produções.

Avaliação

Para compor a avaliação dos estudantes, utilize suas anotações e observações quanto à assimilação da proposta de aprendizagens nas atividades desenvolvidas, considerando também a atividade de registro.

Prática 2: LUTA MARAJOARA

Conhecendo a prática corporal

A luta marajoara, também conhecida como agarrada marajoara, é uma luta de combate corpo a corpo muito praticada no Norte do Brasil, mais especificamente na ilha de Marajó.

De acordo com Freitas *et al.* (2020)², a luta marajoara é uma criação com elementos socioculturais dos negros e indígenas, como resultado do entrelaçamento cultural ocorrido em solos marajoaras, difundida através de gerações até os tempos atuais.

Salles (2004)³ pontua que, além de a luta marajoara trazer elementos socioculturais dos negros e indígenas que viviam nessa região, também há indícios de que ela tenha surgido inspirada na briga entre búfalos da região.

O objetivo do combate corpo a corpo é projetar o oponente com as costas no chão e imobilizá-lo, recorrendo a gestos como agarrar e, ao mesmo tempo, ser agarrado.

Outros nomes populares dessa prática remetem à ludicidade e à mistura de teses que refletem sobre o seu surgimento: lambuzada, derrubada, cabeçada e agarrada. Trata-se de uma luta genuinamente brasileira com raízes indígenas e africanas.

² FREITAS, Rogério Gonçalves *et al.* *Luta marajoara: lugar ou não lugar no currículo de uma IES pública do estado do Pará*. Florianópolis: *Revista Motrivivência*, Universidade Federal de Santa Catarina, v. 32, n. 61, p. 1-24, jan./mar. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e65668>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

³ SALLES, Vicente. *O negro na formação da sociedade paraense: textos reunidos*. Belém: Paka-Tatu, 2004.

Um ritual bem peculiar compõe essa luta tão cheia de significados na ilha de Marajó. No verão, as chuvas são muito aguardadas nessa região; por isso, as lutas passavam do profano ao religioso, como forma de lambuzarem-se na lama formada pela água sobre a terra, em uma forma de agradecimento pela bênção divina: a chuva!

A luta marajoara ganhou nome oficial, regras e foi reconhecida pelo estado do Pará na década de 1990, e também alcançou destaque internacional com os irmãos marajoaras luri Alcântara e Ildemar Marajó, que utilizaram as derrubadas, típicas dessa luta, nos combates de UFC.

Trata-se de uma luta considerada leve, com golpes suaves, para todas as idades e sem violência. Só é permitido agarrar o adversário, tentar desequilibrá-lo e lançá-lo de costas no chão. Socos, joelhadas, cotoveladas, chutes e estrangulamentos são proibidos.



Luta marajoara.
Cachoeira do Arari, PA, 2019.

QUESTÕES GERADORAS

Por que a luta marajoara é feita sem camiseta, assim como outras lutas com raízes indígenas e africanas?

Como projetar o oponente com as costas no chão sem machucá-lo?

Quais são os maiores desafios nessa luta?

As mulheres podem participar também?

Enfatize que o ritual de prática corporal, assim como tantas outras, é relacionado à tradição e aos costumes locais. É uma especificidade de cada tribo; não há como senti-los. No entanto, o respeito e a apreciação fazem parte dessa experimentação.

Antes de experimentar a luta marajoara, faça alguns aquecimentos com jogos de luta de matriz indígena e africana.



Vivenciando a prática corporal

Bread and butter: jogo de luta africana

Material: não é necessário nenhum material específico.

Antes de praticar a luta marajoara, uma vez que ela traz elementos tanto da matriz indígena quanto da africana, sugere-se fazer alguns aquecimentos corporais em forma de jogos de luta e oposição como o da figura a seguir, que demonstra um jogo de oposição nigeriano parecido com o cabo de guerra.



Jogo de oposição nigeriano *bread and butter*.

O jogo remete ao cabo de guerra, porém sem a corda, no qual duas equipes ficam frente a frente, alinhadas e agarradas, formando uma corrente com um elo central entre dois participantes, cada um de uma equipe, que se seguram pelas mãos. Um é o pão e o outro a manteiga, tradução de *bread and butter*.

Eles cantam uma cantiga, enquanto os dois participantes que constituem o elo central colocam as mãos para cima e batem palmas de maneira ritmada. No final da canção, puxam-se em direções opostas até que as mãos dos participantes do centro escorreguem e se soltem. A equipe que cair é vencida pela equipe oponente.

Veja um vídeo sobre esse jogo de oposição em: <<https://www.youtube.com/watch?v=tiG9-l0e6iY&t=94s>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Fique atento ao número de participantes e às quedas descontroladas no chão. Oriente os estudantes a ser cuidadosos a fim de não machucar os colegas.

Briga de galo e luta do saci: jogos de luta indígena

Material: não é necessário nenhum material específico.

Esses dois jogos de luta com raízes indígenas são interessantes para o preparo do trabalho em duplas. São disputas cujo objetivo é aquecer o corpo e desequilibrar o oponente, estratégia presente na luta marajoara.

Briga de galo: mãos unidas e posição de cócoras, o oponente deve empurrar o colega e, simultaneamente, equilibrar-se. Perde quem cair no chão primeiro ou encostar glúteos, joelhos, mãos ou cotovelos no chão. Apesar de o nome popular carregar o termo "briga", é um jogo de oposição com regras simples e seguras.

Altere as duplas sempre que possível para uma variação de estímulos e relações sociais.



Jogo de oposição briga de galo.

Luta do saci: esse jogo é inspirado na tradicional brincadeira da corrida do saci. Nesse embate em duplas, os oponentes devem, com uma mão, segurar um dos pés para trás e, com a outra, segurar a mão do adversário. A ideia é, com apoio unipodal, manter o equilíbrio, empurrar e puxar o adversário, para desequilibrá-lo. Quem apoiar o pé suspenso no chão ou cair perde o jogo.



Jogo de oposição luta do saci.

Luta marajoara

Material: giz ou fita-crepe para demarcar a área da disputa.

Apresente aos estudantes as regras da luta e reconstituam-nas para o ambiente escolar. Conversem sobre quais adaptações serão necessárias, por exemplo: Como resolver a questão da camiseta, dá para fazer com ela? Teremos duplas mistas nas disputas? Como demarcaremos o espaço da luta?

Antes de começar, reforce as regras combinadas, assim como a importância dos combinados de segurança da atividade.

Marque o espaço (riscar o chão com giz ou delimitar o espaço no tatame) com um círculo. Dependendo do número de estudantes, pode haver dois espaços separados para uma experimentação maior em número de disputas. Os espectadores ficam ao redor da roda e uma dupla inicia a disputa.

Faça o ritual completo:

1. Forma-se a roda, uma dupla de oponentes fica no centro e os outros, ao redor.
2. Escolhe-se uma postura para iniciar – há quatro variações.
 - A. Oponentes em pé com as mãos espalmadas encostadas.
 - B. Oponentes agachados frente a frente.
 - C. Oponentes agachados e com os joelhos opostos unidos ("joelho casado").
 - D. Idem ao anterior, acrescentando "braços casados".
3. Ao início da luta, o objetivo é agarrar o adversário e projetá-lo de costas no chão, além de imobilizá-lo.

O tempo oficial de uma rodada é de 5 minutos. Ganha-se quando um lutador desiste, quando o tempo termina e na contagem do melhor de três partidas.

Na escola, sugere-se que o tempo seja por volta de 2 minutos. Observe quanto os estudantes suportam e se mantêm motivados. Troque as duplas, deixando-os desafiar-se livremente e com a sua mediação.



Dialogando sobre a prática

Agora reúna os estudantes em uma roda e converse sobre as experiências. Peça-lhes que descrevam os movimentos e as sensações corporais durante as práticas, verbalizando as habilidades motoras, como agarrar, empurrar, rolar, agachar e equilibrar-se, e as capacidades físicas, como força muscular, agilidade, resistência e equilíbrio. Questione-os sobre as estratégias, os movimentos de ataque e defesa, os cuidados com o adversário e as dificuldades encontradas. Comente que as lutas são importantes para conhecermos a nós mesmos, pois nos permitem perceber os movimentos do nosso corpo, as sensações provocadas pelo toque do adversário na tentativa de se defender ou de atacar, além do autocontrole para não machucar o oponente e a si mesmo.

Converse, ainda, sobre a participação feminina nas lutas, indagando como meninas e meninos se sentiram em relação a isso, buscando quebrar paradigmas e conceitos preestabelecidos que levem à discriminação dos participantes das práticas corporais.



Registrando

Como registro, proponha à turma a elaboração de uma obra coletiva.

Abra no chão um papel *kraft* ou emende cartolinas no sentido horizontal em uma metragem em que todos os estudantes possam sentar-se no chão para se expressarem sobre os próprios aprendizados quanto à luta marajoara, tanto em relação aos princípios guardados por ela quanto aos aprendizados sobre o próprio corpo, expressando as percepções por meio de palavras, frases ou desenhos.

Se o recurso fotográfico estiver disponível, coloque algumas imagens dos estudantes nessa experimentação. A ideia é deixar esse cartaz gigante e coletivo exposto no ambiente escolar, em um lugar de passagem, para a divulgação dessa luta brasileira pouco conhecida, que guarda em sua essência os elementos culturais das matrizes indígena e africana.



Avaliação

Peça aos estudantes que façam uma autoavaliação, desta vez de modo individual, sobre as aprendizagens das lutas. Eles devem descrever o que as lutas possibilitam desenvolver em aspectos físicos, como a força muscular, o equilíbrio, a flexibilidade e a resistência, entre outras capacidades que identificaram; mas também outros aspectos como o autoconhecimento, a empatia, a importância do respeito às regras, o autocontrole, a valorização de diferentes culturas e a percepção dos preconceitos em relação às práticas corporais. Esse procedimento exercita a produção de escrita dos estudantes.

Leia atentamente a autoavaliação deles e dê uma devolutiva a cada um por meio da escrita. Parabenize atitudes positivas, observe se conseguem perceber as possibilidades de aprendizagens com a prática das lutas, comente e dê aos estudantes sugestões de como podem avançar em suas aprendizagens.

NÃO PARE POR AQUI

Lembre-se de que é possível selecionar outras práticas que façam mais sentido à sua unidade escolar e à sua localidade, organizando as atividades de acordo com as orientações das dimensões do conhecimento, e ainda das competências gerais e as específicas da Educação Física.

A seguir estão alguns materiais de consulta que podem ampliar as opções de aprendizagens segundo as possibilidades da unidade escolar.

Diferenças entre lutas e brigas: <<https://www.youtube.com/watch?v=W1xkDrYwOGE>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Luta marajoara: <<https://www.youtube.com/watch?v=6lCsO08CBfQ>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física*. Porto Alegre: Penso, 2015.

SANTOS, Sergio Luiz Carlos dos. *Jogos de oposição: ensino de lutas na escola*. São Paulo: Phorte, 2012.



GRADYRESE/GETTY IMAGES

//////
Crianças brincando de *janckenpon*. Fotografia de 2017.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(EF35EF02) Planejar e utilizar estratégias para possibilitar a participação segura de todos os estudantes em brincadeiras e jogos populares do Brasil e de matriz indígena e africana.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, e os de matriz indígena e africana.
- Vivenciar e recriar as brincadeiras e os jogos nas suas recriações regionais e comunitárias, preservando a cultura e a diversidade cultural brasileira.
- Reconhecer a diversidade cultural brasileira, valorizando e respeitando o patrimônio cultural.
- Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.

CONVERSANDO SOBRE BRINCADEIRAS E JOGOS

As brincadeiras e os jogos estão presentes no cotidiano dos seres humanos desde os tempos antigos, contribuindo para a formação do indivíduo, tanto nos aspectos físicos quanto sociais. Por meio deles podemos nos expressar, nos relacionar, conhecer o outro, os seus costumes e a sua cultura.

Por falar em cultura, é notório que a brasileira foi formada pela influência de vários povos e nações, fazendo da diversidade um importante componente em nossa sociedade. A própria *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC – ressalta a importância de observar e valorizar a formação multicultural do nosso país, pois o multiculturalismo influencia diretamente os processos de ensino e de aprendizagem. Nesse sentido, é necessário proporcionar aos estudantes diferentes experiências e oportunidades para que eles possam, além de conhecer novas culturas, valorizar o rico e diverso patrimônio cultural brasileiro.

Para compreendermos a importância das brincadeiras e sua relação com a cultura, segundo Fernando Augusto Ramos Pontes e Celina Maria Colino Magalhães:

[...] Qualquer transmissão de um elemento cultural só pode ocorrer dentro de um contexto social. A cultura da brincadeira é um fenômeno de grupo. É só em um conjunto de sujeitos que mutuamente se regulam, com uma identificação própria e com um modo de organização típico, que uma brincadeira tradicional se mantém e é repassada. Nesse sentido, parte-se do pressuposto de que entender a organização social de um determinado grupo é um fator essencial para se estudar a transmissão da cultura (PONTES; MAGALHÃES, 2003, p. 120)¹.

Já Huizinga (2007) nos traz o entendimento da proposta contida nos jogos, afirmando que jogo:

é uma atividade ou ocupação voluntária, exercida dentro de certos e determinados limites de tempo e espaço, segundo regras livremente consentidas, mas absolutamente obrigatórias, dotado de um fim em si mesmo, acompanhado de um sentimento de tensão e alegria e de uma consciência de ser diferente da vida cotidiana (HUIZINGA, 2007, p. 33)².

Diante do exposto, podemos afirmar que as brincadeiras e os jogos são excelentes estratégias para disseminar novas

culturas e aprofundar processos de aprendizagens. Por isso, é fundamental que o professor incentive os estudantes a conhecer, respeitar e valorizar sua cultura, seus hábitos e suas manifestações.

Em especial, no 4º ano do Ensino Fundamental, essa vivência se dará por meio das brincadeiras e dos jogos do Brasil e do mundo, e suas adaptações para o contexto regional dos estados brasileiros, assim como as brincadeiras e os jogos de matrizes indígena e africana. Além de trabalhar as capacidades físicas e motoras, essas práticas possibilitam à criança desenvolver o senso crítico, o respeito e a ampliação de sua consciência como agente transformador da sociedade.

PRATICANDO BRINCADEIRAS E JOGOS

Prática 1: O'TA / INYU (GAVIÃO E GALINHA)



Conhecendo a prática corporal

Essa é uma brincadeira comum entre as crianças indígenas. Dentro de seu imaginário, é comum observar brincadeiras que remetam à natureza, aos animais, às feras etc., em que o animal mais forte caça os animais ou seres mais fracos. De acordo com as histórias do povo Tikuna, povoado indígena da Amazônia, certo dia apareceu uma fera, representada pelo gavião, chamada *inyu*. Ela vinha pegar crianças e idosos que não conseguiam se defender. Para manter a história viva, as crianças da tribo brincam de gavião e galinha, revivenciando a história que aprenderam com seus antepassados.

Como essa brincadeira é comum em diversas culturas, ela pode apresentar diferentes nomes.

Gavião e galinha é uma espécie de pega-pega, na qual se tem um pegador (gavião), os que são pegos (pintinhos) e a galinha para protegê-los, evitando que sejam pegos pelo gavião.

Na prática, os pintinhos ficam alinhados, enquanto a galinha se posiciona à frente deles para protegê-los do gavião, que tenta passar por ela e pegá-los.

Para conectar as crianças ainda mais com o tema da aula, proponha-lhes alguns questionamentos, como:

QUESTÕES GERADORAS



De quais habilidades o gavião precisa para conseguir passar pela galinha e chegar até os pintinhos?

De quais habilidades a galinha precisa para proteger os pintinhos?

Essa brincadeira tem semelhança com alguma outra que vocês conhecem?

¹ PONTES, Fernando Augusto Ramos; MAGALHÃES, Celina Maria Colino. A transmissão da cultura da brincadeira: algumas possibilidades de investigação. *Psicologia: reflexão e crítica*, Porto Alegre, v. 16, n. 1, p. 117-124, 2003. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/prc/a/cm9v5LBqjhCbzKjvqmbpGCH/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 3 abr. 2021.

² HUIZINGA, Johan. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. 5. ed. São Paulo: Perspectiva, 2007.



Vivenciando a prática corporal

Material: não é necessário nenhum material específico.

Escolha um estudante para ser o gavião, ave forte que caça os pintinhos. Outro participante será a galinha, que fica de braços estendidos, tendo atrás de si todos os demais colegas, os pintinhos, que são seus filhotes. O gavião corre para tentar pegar um dos filhotes, mas ele só pode pegá-los pelos lados da galinha. Ela se posiciona à frente deles tentando impedir que o gavião se aproxime e alcance um deles. Quem for pego por ele se torna o gavião, que se torna galinha, e ela se torna um dos pintinhos, em uma dinâmica de rodízio entre os participantes.

Reforce as questões de segurança, principalmente entre o estudante que será o gavião e o que será a galinha, para que não machuquem um ao outro.



JOSE LUIS JUHAS



Brincadeira gavião e galinha.



Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, converse sobre a experiência desenvolvida, identificando o que os estudantes mais gostaram na atividade. Pergunte-lhes: Vocês preferiram brincar em qual papel: gavião, galinha ou pintinhos? Como foi a experiência de conhecer uma brincadeira indígena? Quais habilidades motoras estiveram presentes na atividade? Quais foram as capacidades físicas e as regiões corporais envolvidas? Como deve ser o espaço para praticar essa atividade?

Possibilite que verbalizem as próprias impressões.

Refleta com as crianças sobre a cultura do mais forte e do mais fraco, e quais estratégias foram utilizadas pela

galinha e seus pintinhos para se fortalecerem como grupo e superar os desafios para se protegerem do gavião.



Registrando

Como registro, incentive os estudantes a recriar a atividade. Pergunte-lhes se teriam alguma ideia a ser acrescentada na brincadeira, por exemplo, os pintinhos se moverem, ou a galinha dar voltas ao redor dos pintinhos, aumentando as possibilidades de pega do gavião, ou ainda se recriariam outra brincadeira, com outros animais.

Forme grupos de cinco estudantes, dê-lhes papéis e canetinhas, permita que organizem as próprias ideias e façam os registros, atribuindo um nome à brincadeira criada. Permita, ainda, aos grupos que vivenciem as brincadeiras e troquem experiências entre si.



Avaliação

Utilize como avaliação os seus registros de observação e o processo de produção dos estudantes. Peça-lhes que façam uma pesquisa sobre outros jogos e brincadeiras de matriz indígena, identificando: quais povos a praticam, o material necessário e as regras ou modo de prática.

Prática 2: PEGUE O BASTÃO



Conhecendo a prática corporal

Pegue o bastão é um jogo de matriz africana, muito popular no Egito, que também está inserido na cultura brasileira. É fundamental ressaltar, nessa prática, como a cultura africana está presente nos hábitos e nos costumes brasileiros.

Com regras bem simples, pegue o bastão pode ser jogado por vários estudantes. Essa prática é bastante interessante para desenvolver nos estudantes a cooperação, o trabalho em equipe, a agilidade, a noção de distância, a noção espacial e o tempo de reação.

Basicamente, o jogo consiste em equilibrar no chão um bastão e caminhar em sentido horário, deixando o próprio bastão para pegar o do outro antes que ele caia.

Proponha, então, aos estudantes alguns questionamentos sobre o jogo:

QUESTÕES GERADORAS



Alguém conhece esse jogo ou algum parecido com ele?

Vocês conhecem outros jogos de origem africana?

Quais habilidades motoras são mais utilizadas nesse jogo?

Vivenciando a prática corporal

Materiais: bastões ou cabos de vassoura.

Organize os estudantes em uma roda. Com o bastão em mãos, cada criança deve posicioná-lo à frente do corpo, em posição vertical, com uma das extremidades apoiada no chão. Ao sinal do professor, eles devem: deixar os bastões equilibrados, apoiados no chão, deslocar-se em sentido horário e segurar o bastão do colega sem deixá-lo cair, caso contrário, deverá sair da roda. Vence o último que restar.

Outra forma de jogar é contar quantas rodadas os estudantes trocam de posição sem deixar os bastões caírem. Essa variação pode ser jogada com um grande grupo, buscando o máximo de repetições, ou pequenos grupos competindo entre si. Para aumentar o grau de dificuldade, pode-se pedir a eles que se afastem mais, deixando a roda maior, ou que façam as trocas de forma mais rápida.



//////
Jogo pegue o bastão.

Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, pergunte aos estudantes sobre o que acharam da atividade: Já a conheciam? Gostaram de praticá-la? Conhecem outras brincadeiras e jogos parecidos? Quais foram as habilidades motoras requisitadas nessa prática? São habilidades motoras que você utiliza no seu dia a dia? Quais capacidades físicas estiveram envolvidas nessa prática, como agilidade ou velocidade? Quais são as diferenças entre as atividades de matriz indígena e essa?

Solicite aos estudantes que registrem as próprias respostas para compor a avaliação dessa prática. Faça o seu registro também, observando as respostas dos estudantes e intervindo quando julgar oportuno. Esse procedimento exercita a fluência oral, a produção escrita e a compreensão de texto.

Retome as questões culturais envolvidas nas brincadeiras e nos jogos de matrizes africanas e como eles influenciam, ainda hoje, a cultura popular e regional, mesmo que as atividades sofram adaptações de acordo com a região e a cultura local.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que pesquisem outras brincadeiras e jogos de matrizes africanas. Eles podem pesquisar na internet, nos livros ou consultando os familiares. Assim como no registro da atividade anterior, sugira um breve roteiro, por exemplo: o nome do jogo, a origem ou onde é popular e a forma de jogar. Após a pesquisa, organize uma exposição dos trabalhos e permita aos estudantes que vivenciem as atividades pesquisadas.

Avaliação

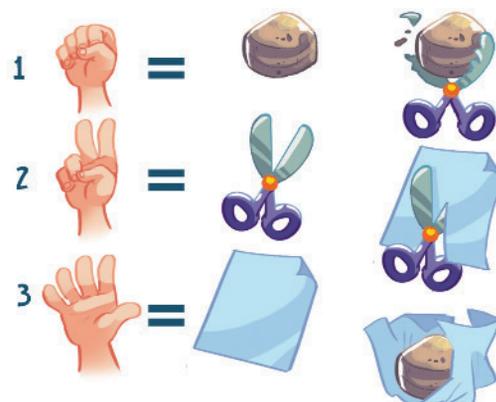
Organize as produções dos estudantes e o seu relatório de observação para compor a avaliação das brincadeiras e dos jogos de matriz africana. Um procedimento de avaliação interessante consiste em trocar as pesquisas entre os estudantes, solicitando-lhes que avaliem a produção dos colegas, fazendo-lhes perguntas quando tiverem dúvidas. Essa ação valoriza a produção e a compreensão de texto, além da comunicação e da argumentação entre os estudantes.

Prática 3: CORRIDA JANKENPON

Conhecendo a prática corporal

O *jankenpon* é um jogo de mãos de origem chinesa, popularizado no Japão, muito difundido no Brasil e no mundo, conhecido aqui como "pedra, papel e tesoura" ou simplesmente "jokenpô". Em alguns registros históricos japoneses, encontram-se referências a ele, como *sansukumi-ken*, em que *ken* significa "jogos de punho", *san* quer dizer "três" e *sukumi*, "impasse". O *sansukumi-ken* apresenta o conceito básico desse jogo: três elementos disputando entre si.

O *jankenpon* como conhecemos hoje seria uma versão mais moderna, criada em meados do século XIX, entre os períodos Edo e Meiji, e a sua popularização para o mundo ocorreu após a abertura do Japão para o Ocidente. Nele os jogadores devem conhecer os três gestos com as mãos:



//////
Gestos do *jankenpon*.

1. Pedra: mão fechada – ganha da tesoura (amassando-a ou quebrando-a).
2. Tesoura: mão fechada e com os dedos indicador e médio estendidos – ganha do papel (cortando-o).
3. Papel: mão totalmente aberta – ganha da pedra (embrulhando-a).

Segundo Celio Amino (2020)³, uma curiosidade não muito popular no restante do mundo, mas comum entre as crianças orientais, é que, caso na primeira rodada ocorra empate, a partir da segunda, em vez de se falar *jankenpon*, deve-se dizer *aiko desh*, que significa “foi empate, né?”. Deve-se, então, repetir a jogada até que um dos jogadores vença a rodada.

A cultura oriental é bastante presente no Brasil por conta dos imigrantes que chegaram ao país no início do século XX. Inicialmente, vieram os imigrantes japoneses no famoso navio Kasato Maru, em 1908. Porém, atualmente, existem imigrantes de vários países asiáticos, como China e Coreia do Sul. Esses povos, com seus hábitos e costumes, ajudaram a enriquecer a cultura brasileira. É importante que os estudantes conheçam e valorizem as diferentes culturas do mundo, combatendo atitudes discriminatórias que desrespeitem as diferenças.

Faça alguns questionamentos aos estudantes, como:

QUESTÕES GERADORAS



O que vocês conhecem da cultura oriental e japonesa?
 Conhecem outros jogos e brincadeiras desse país?
 Há alguma estratégia para vencer o *jankenpon*?

³ AMINO, Celio. *Jankenpon: conheça a história do famoso jogo pedra-papel-tesoura*. Japan House, São Paulo, 2020. Disponível em: <<https://www.japanhousesp.com.br/artigo/jankenpon-conheca-a-historia-do-famosos-jogo/>>. Acesso em: 1º abr. 2021.

Apesar de ser um jogo de mãos, essa prática, em especial, é bastante interessante para desenvolver a cooperação, o trabalho em equipe, a velocidade das mãos, a agilidade e o tempo de reação.

Por ser um jogo que envolve uma competição, os estudantes são incentivados a compreender questões sobre ganhar e perder. Além disso, como muitas vezes eles terão que contar com a sorte, nem sempre os estudantes “mais habilidosos” vencerão a disputa, favorecendo a igualdade de participação.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: cones ou demarcadores do piso.

Organize a turma em duas equipes, posicionadas em colunas em lados opostos da quadra (pontos “A” e “B”). O campo de jogo é delimitado pelo circuito a ser percorrido pelos participantes. Próximo ao local de início de cada uma das equipes, estabeleça a zona de pontuação dos adversários.

Ao sinal de início, o primeiro estudante de cada equipe deve percorrer o circuito em direção à zona de pontuação do adversário até que ambos se encontrem frente a frente. Nesse momento, uma rápida partida de *jankenpon* é, então, disputada. Os estudantes devem gritar *jankenpon* e fazer imediatamente um dos gestos com as mãos: pedra, papel ou tesoura. Para saber quem ganhou, basta comparar os símbolos.

Quem perder retorna para o seu lado, no final da fila. Já o vencedor continua o circuito, em direção à outra equipe, até encontrar o segundo adversário (que também virá correndo em sua direção) para, novamente, disputar uma partida de *jankenpon*. Quando um dos integrantes chegar até a zona de pontuação e ali ganhar uma partida de *jankenpon*, será marcado 1 ponto para a sua equipe. Pode-se variar e enriquecer o percurso da corrida, por exemplo, com obstáculos ou curvas.



OSÉ LUIS JUHAS


 Corrida *jankenpon*.

Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, pergunte aos estudantes sobre o que acharam da atividade: Já a conheciam? Gostaram de praticá-la? Conhecem outras brincadeiras e outros jogos parecidos? Quais são os movimentos requeridos pela prática?

Retome as questões culturais envolvidas nas brincadeiras e nos jogos e a sua influência na cultura local.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que recriem outras formas de disputa envolvendo o *jankenpon*. Organize um momento para que eles vivenciem as atividades propostas.

Sugerimos, ainda, que solicite a eles uma pesquisa sobre jogos e brincadeiras de um dos continentes seguindo o mesmo roteiro proposto na atividade de registro da prática anterior.

Avaliação

Compile as pesquisas e o seu relatório de observação dos estudantes durante as práticas. Faça um painel com todas as pesquisas e peça a eles que leiam as brincadeiras e os jogos pesquisados, registrando aqueles que conhecem. Ao final, peça-lhes que façam uma conta do percentual de brincadeiras que conhecem. Faça uma reflexão coletiva sobre a origem em locais distantes e em diferentes culturas das brincadeiras e dos jogos que praticamos.

Prática 4: ALERTA

Conhecendo a prática corporal

Alerta é um jogo muito popular em todo Brasil, especialmente na região Sudeste. O jogo tem regras bem simples; necessita apenas de uma bola, e pode ser jogado por um grande número de participantes. Na Colômbia, e em alguns países da América Latina, é conhecido como “pare”, com regras similares.

Basicamente, o jogo acontece com uma bola lançada para cima e, enquanto um jogador é convocado para correr em direção a ela para pegá-la, os demais fogem, pois serão alvos daquele que estiver com a posse de bola.

Proponha aos estudantes alguns questionamentos:

QUESTÕES GERADORAS

Quais habilidades são utilizadas no jogo?

O que é mais difícil: arremessar a bola, segurá-la ou desviar dela?

Já conheciam esse jogo ou outro parecido com ele?

É possível que os estudantes conheçam esse jogo com outro nome, assim como em outros países latinos. Comente com os estudantes sobre a vasta diversidade presente em nosso país e como a valorização dessa mistura étnica contribui para que as pessoas convivam em harmonia.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: bolas de borracha ou macias.

Organize os estudantes em uma roda, voltados para o centro, de frente uns para os outros. No centro da roda, um participante deve jogar a bola para o alto e chamar o nome de um dos colegas. Este deve tentar segurá-la o mais rapidamente possível, enquanto os demais correm o mais distante possível. Ao segurar a bola, o jogador deve gritar bem alto “alerta”. Nesse momento, os colegas devem parar imediatamente no local em que estão. O participante com a posse da bola deve, então, tentar acertá-la em alguém. Caso consiga, ele marca 1 ponto, e inicia-se uma nova partida.

Para aumentar o grau de dificuldade, pode-se pedir aos estudantes que deem mais passos para se aproximar dos colegas; pode-se combinar apenas uma região do corpo para acertar (pernas, por exemplo); ou ainda permitir ao jogador que estiver parado tentar desviar da bola sem tirar os pés do chão.



JOSÉ LUIS JUHAS

 Jogo alerta.

Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, faça alguns questionamentos à turma: Como foi realizar os movimentos solicitados? Os movimentos eram fáceis ou difíceis? Quais foram as principais dificuldades encontradas? O que é preciso fazer para superá-las? Quais capacidades físicas vocês acreditam serem as mais importantes nessa prática? Perceberam se algum colega não seguiu as regras, como parar no momento em que gritaram “alerta”? Vocês pararam no momento em que ouviram o grito?

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que anotem as aprendizagens dessa aula, respondendo por escrito aos questionamentos feitos no diálogo sobre a prática.

Avaliação

Recolha os registros dos estudantes e distribua-os aleatoriamente. Os estudantes devem ler e registrar: os pontos de que discordam, como uma capacidade física citada; os pontos que faltam; as dúvidas sobre as descrições das dificuldades e as pontuações sobre o que observaram do colega durante as práticas.

Crie um momento no qual os estudantes responsáveis pelo registro devem explicar os pontos levantados, esclarecendo e argumentando sobre o que escreveram. É importante comparar o que os estudantes descreveram com o que você observou, criando um ambiente no qual os estudantes se sintam amparados e tratados de maneira imparcial.

NÃO PARE POR AQUI

As brincadeiras e os jogos sugeridos nessa unidade podem ser adaptados, lembrando-se de construir o roteiro de aula com base nas dimensões do conhecimento e observando a formação das competências gerais e as específicas de Educação Física e suas habilidades.

Faça suas adaptações respeitando a estrutura física da unidade escolar, a disponibilidade de materiais e, principalmente, a diversidade e as características dos estudantes, possibilitando a oportunidade de vivência para todos. Deixe-os refletir sobre questões históricas, sociais e culturais, valorizando a identidade da comunidade e o contexto regional ao qual pertencem.

Dentro das possibilidades, selecione jogos e brincadeiras que se conectem com as outras áreas de conhecimento, tornando as aprendizagens significativas e possibilitando o reconhecimento, por parte dos estudantes, da integração dos conhecimentos.

Outros materiais sobre brincadeiras e jogos podem ser encontrados em:

Apostila de jogos e brincadeiras africanas: <<https://www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2015/11/Apostila-Jogos-infantis-africanos-e-afro-brasileiros.pdf>>. Acesso em: 18 mar. 2021.

Brincadeiras do Brasil e do mundo: <<https://escoladigital.org.br/planos-de-aula/brincadeiras-do-brasil-e-do-mundo>>. Acesso em: 18 mar. 2021.

Brinquedos e brincadeiras indígenas: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22766>>. Acesso em: 18 mar. 2021.

Origem de seis brincadeiras populares: <<https://super.abril.com.br/blog/superlistas/conheca-a-origem-de-6-brincadeiras-populares/>>. Acesso em: 18 mar. 2021.

PARANÁ. Secretaria de Educação do Estado. *Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE*: produções didático-pedagógicas. 2016. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pde/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_pdp_edfis_ufpr_marlossoaresdasilva.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2021.



BARRINGTON COOMBS/GETTY IMAGES

//////
Crianças praticando críquete, Inglaterra, 2019.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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 protagonismo.

(EF35EF06): Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Competências Gerais: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 4, 5, 6, 8, 9 e 10

Objetivos

- Compreender os elementos comuns que distinguem as modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão.
- Experimentar e fruir os esportes das modalidades de campo e taco, rede/parede e invasão, diferenciando o esporte profissional das práticas tipificadas por meio da recreação dos esportes para a apropriação comunitária e para o lazer.
- Ampliar o acervo motor e cognitivo por meio das tipificações das modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão.
- Incentivar o trabalho coletivo e o protagonismo nas práticas das tipificações esportivas.
- Elaborar estratégias individuais e coletivas nas modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão.

CONVERSANDO SOBRE ESPORTES

Para esse ano escolar daremos continuidade aos estudos dos esportes de campo e taco, rede/parede e invasão.

De acordo com Medeiros *et al.* (2004)¹, a ideia é a de que, por meio das tipificações dos esportes, se amplie a exigência gradativamente, não apenas dificultando as tarefas motoras, mas também as diversificando, além de propiciar um incremento das habilidades motoras, da ampliação cognitiva e socioafetiva.

Vale ressaltar aqui a diferenciação entre o esporte e o jogo, sendo o esporte de natureza institucional, regido pelas regras de diversas instituições como comitês, ligas, federações e confederações, enquanto o jogo é a prática tipificada do esporte, possibilitando a apropriação e uso da prática esportiva pela comunidade para fins de lazer, com regras construídas pelos participantes.

No caso da prática escolar, ou seja, não profissionalizada, o jogo é considerado objeto de diversos aprendizados, como a resolução de problemas de acordo com as adversidades impostas pelo jogo e/ou adversário, o que exige soluções cognitivas pelas quais os estudantes, por meio de experiências das práticas anteriores, criam novas soluções para as situações apresentadas. O aprender das modalidades esportivas não pode, portanto, estar centrado nos fundamentos técnicos, mas na compreensão do esporte a fim de tipificá-lo, e, por meio da sua prática, ampliar as estratégias motoras para lidar com os eventos do jogo (SADI *et al.*, 2010)².

Sobre os aspectos que destacam as características das modalidades previstas para o 4º ano, tem-se o confronto contra os oponentes. As modalidades de campo e taco apresentam uma ação importante, principalmente na rebatida, que deverá ser feita com a maior potência possível. Nas modalidades de rede/parede, as ações são individuais ou em duplas, sendo a ação tática individual muito importante. Por último, nas modalidades de invasão, a ação tática coletiva exigida é bastante complexa, pois é necessário, para isso, preencher os espaços enquanto se conduz a bola.

Observa-se, portanto, que o centro do processo de aprendizagem é o estudante, e todas as ações necessitam ser voltadas para ele. Garganta (1995)³ e Reverdito e Scaglia (2020)⁴ concordam que a abordagem deve promover o desenvolvimento integral da criança, não ape-

¹ MEDEIROS, Mara *et al.* *Dimensões pedagógicas do esporte*. Ministério do Esporte. *Pedagogia do Esporte*. Brasília: UnB/CEAD, Unidade, v. 1, p. 6-53, 2004.

² SADI, Renato Sampaio *et al.* *Pedagogia do esporte: descobrindo novos caminhos*. São Paulo: Ícone, 2010.

³ GARGANTA, Julio. *Para uma teoria dos jogos coletivos: o ensino dos jogos desportivos*. 2. ed. Porto: Universidade do Porto, 1995.

⁴ REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2020.

nas voltando-se para a aquisição de habilidades motoras, mas também para o incremento cognitivo, o lidar com as emoções, a formação de valores morais e as habilidades sociais requeridas nos esportes, fundamentais para o viver em sociedade.

Essa unidade visa, a partir das características formais das modalidades esportivas, a construir práticas tipificadas do esporte por meio de ajustes, conforme as necessidades dos estudantes, promovendo, assim, o seu desenvolvimento integral.

PRATICANDO ESPORTES

Prática 1: SOFTBOL



Conhecendo a prática corporal

Partindo da contextualização do esporte, a principal lógica da modalidade de campo e taco está baseada em:

1. A bola deve ser lançada por um participante (equipe na defesa).
2. Seu adversário (equipe no ataque) deverá rebater a bola o mais distante possível.
3. A equipe que lançou a bola terá de recuperá-la rapidamente, impedindo que a outra equipe faça pontos, conquistando bases.
4. A equipe defensora deverá se esforçar para tomar ou retomar a oportunidade de atacar para que tenha a possibilidade de pontuar.

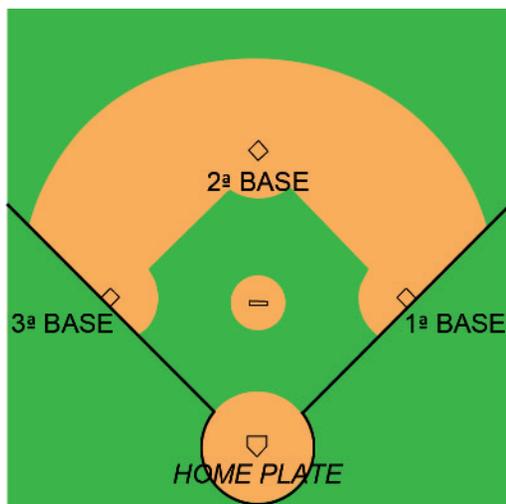
Um exemplo desse esporte é o softbol, criado em Illinois, Chicago, que se espalhou rapidamente pelos Estados Unidos e pelo Canadá.

Os primeiros eventos de softbol entre nações aconteceram em 1965. Em 1976, foi criada a Liga de Softbol Profissional Feminino Internacional. Em 1996, em Atenas, na Grécia, o softbol feminino passou a fazer parte dos Jogos Olímpicos de Verão.

O softbol é praticado da seguinte maneira:

O campo

1. O campo de softbol tem o formato de um triângulo, com um lado arredondado, semelhante ao campo de beisebol, porém menor. Ele se divide em campo externo e interno, possuindo quatro bases. Uma das bases é denominada *home plate* (local em que fica o rebatedor), e as outras três marcam os cantos de uma área conhecida como "diamante".
2. No meio desse "diamante" há um pequeno monte, onde se situa o arremessador, conforme apresenta a figura a seguir.



//////
Campo de softbol.

O jogo

- No jogo há duas equipes, a que arremessa a bola (defesa) e a que rebate a bola (ataque).
- O objetivo da equipe que rebate a bola é rebatê-la o mais longe possível para marcar pontos percorrendo as bases, enquanto a outra equipe recupera a bola rebatida. Cada vez que as quatro bases são percorridas, marca-se 1 ponto.
- O objetivo da equipe que arremessa a bola é fazer com que a equipe que está com o taco perca a oportunidade de marcar pontos ou tenha que entregar o taco à outra equipe, trocando de posição entre a equipe que arremessa e a que rebate.
- A equipe que arremessa a bola pode obter o taco das seguintes maneiras: quando o rebatedor acerta a bola, os jogadores do outro time tentam agarrá-la ou arremessá-la à base antes que ele chegue nela; ou após três arremessos seguidos não rebatidos pelo rebatedor.

Para facilitar a compreensão desse esporte pelos estudantes, você pode exibir para a turma o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=PXINOiZCnMI>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

O softbol é similar ao beisebol, alterando-se as características dos materiais, as dimensões do campo e os tempos de jogo, havendo sete tempos no softbol e nove tempos no beisebol.

Provavelmente, as crianças já viram o beisebol em filmes ou na TV; pergunte, então, a elas se conhecem o beisebol e se percebem as semelhanças entre esses dois esportes. Como os estudantes também experimentaram o tacobol nas práticas de esportes do 3º ano, observe se eles conseguem perceber as semelhanças entre a prática já vivenciada e o novo esporte apresentado.

Aqui há uma oportunidade para que os estudantes reflitam acerca da democratização das práticas esportivas entre os gêneros masculino e feminino e sobre os preconceitos em

relação às práticas esportivas, pois é comum que o beisebol seja reservado à prática masculina, enquanto o softbol, à feminina. Converse com a turma a respeito disso para desmistificar qualquer tipo de preconceito em relação às práticas esportivas ou corporais.



//////
Softbol. Fotografia de 2010.

Discuta com os estudantes algumas questões geradoras para a prática:

QUESTÕES GERADORAS



- Qual é a melhor forma de bater a bola com o taco?
- Qual é a melhor forma de arremessar a bola?
- Quais aspectos da atividade podem ser alterados para possibilitar vivenciá-la no ambiente escolar?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: tacos, bola e giz/fita/cones para demarcação.

Reforce que a prática se constitui de uma tipificação do softbol, vivenciada em uma atividade simplificada da modalidade.

Caso os tacos não sejam recursos disponíveis para a prática, eles podem ser construídos unindo-se dois cabos de vassoura com fita adesiva. É importante que se verifique com antecedência a necessidade de confecção de materiais.

Veja alguns movimentos do softbol:



//////
Arremesso.



Rebatida.



Corrida pelas bases.

Utilizando as observações dos estudantes feitas anteriormente sobre o modo de simplificar o softbol para a prática escolar, construam a forma de jogar.

A seguir há uma sugestão de possíveis adaptações. No entanto, de acordo com a realidade escolar e as características dos estudantes, realize os ajustes da maneira que lhe convier. Podemos chamar o jogo de “minisoftbol”.

1. Organize o campo de jogo, identificando as quatro bases (com giz, fita ou cones). Lembre-se de sinalizar qual delas é a base principal, onde o rebatedor fica posicionado no início do jogo, que pode ser chamada de “casinha”. Cada

vez que as bases forem percorridas e o rebatedor chegar de volta à casinha, marca-se 1 ponto.

2. Organize a turma em dois times, o que arremessa e o que rebate.
3. Na equipe de defesa, posicione um jogador em cada base e um ao centro (arremessador). E na equipe de ataque, posicione um rebatedor na casinha.
4. Os jogadores que estiverem nas bases terão a missão de recuperar a bola rebatida, evitando que o rebatedor faça pontos percorrendo as bases, enquanto a bola é recuperada. Aquele que estiver mais próximo de onde a bola foi lançada deve resgatá-la e atirá-la ao arremessador para o próximo lançamento à base na qual o rebatedor conseguiu chegar.
5. Se o rebatedor falhar em três tentativas de rebatida, ele deve ser substituído por outro jogador do seu time.
6. Se a equipe de defesa recuperar a bola antes de o rebatedor chegar à base seguinte, ou se lançar a bola rumo à base e esta tocá-la antes que ele chegue até ela, ou, ainda, se a bola “queimar” o rebatedor, as equipes trocam de função.
7. A partida termina quando uma das equipes fizer 5 pontos.



Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, retome algumas questões sobre a prática: Quais habilidades motoras foram necessárias para arremessar? E para rebater? Como foi a experimentação das partidas de minisoftbol? Do que vocês mais gostaram? Do que não gostaram? Quais foram as principais capacidades físicas que os movimentos apresentaram? Quais regiões do corpo foram solicitadas? Como foi adaptar os espaços e os materiais para as práticas? Há outros espaços aos quais vocês teriam acesso para praticar o minisoftbol? Há outras práticas em que podemos adaptar materiais utilizando itens reaproveitáveis?



Minisoftbol.

Registrando

Possibilite que os estudantes dialoguem sobre as respostas e as registrem, evidenciando as próprias aprendizagens.

A seguir, organize a turma em seis grupos e entregue-lhes cartolina para uma produção coletiva de cartazes sobre o minisoftbol, organizando os temas da seguinte maneira:

Grupo 1/Cartaz 1: Desenhar o campo de minisoftbol (bases e posição dos jogadores).

Grupo 2/Cartaz 2: Regras básicas do minisoftbol.

Grupo 3/Cartaz 3: Materiais utilizados no jogo.

Grupo 4/Cartaz 4: Funções do arremessador, rebatedor e defensores das bases.

Grupo 5/Cartaz 5: Capacidades físicas praticadas no minisoftbol.

Grupo 6/Cartaz 6: O que aprendemos com o minisoftbol.

Organize uma exposição no espaço escolar para divulgar o minisoftbol.

Avaliação

Compile as produções dos estudantes para compor um material final dos esportes no 4º ano.

Prática 2: **BADMINTON**

Conhecendo a prática corporal

As modalidades de rede/parede possuem como característica o ato de o jogador rebater, lançar ou arremessar um objeto, de modo que o adversário não seja capaz de alcançá-lo ou não consiga devolvê-lo.

É importante que os estudantes percebam que nessa modalidade alguns esportes são praticados com as mãos, como a peteca, o voleibol e o vôlei de praia, enquanto outros necessitam da raquete para golpear um determinado objeto, como o *badminton* e o *squash*.

Apresente aos estudantes alguns atletas brasileiros praticantes desses esportes.




Badminton.

Ygor Coelho durante o Mundial de *Badminton*, China, 2018.



Squash.

Thaís Serafini (à esquerda) durante uma partida de *squash* feminino dos Jogos Pan-Americanos, México, 2011.



Vôlei de praia.

Ricardo (à direita) e Emanuel (à esquerda) durante os Jogos Olímpicos, China, 2008.

Para essa vivência de esporte de rede/parede, sugerimos a prática do *badminton*.

O *badminton* é jogado com raquetes, mas, ao contrário das modalidades que têm a bola como objeto, joga-se com uma peteca.

Esse é um esporte bastante praticado no Sudeste da Ásia, mas ainda pouco praticado no Brasil.

Apesar de originado na Índia com o nome de *poona*, no final do século XIX, uma nova versão da modalidade foi jogada na propriedade Badminton, na Inglaterra, dando nome ao esporte, cuja Federação Internacional de *Badminton* (IBF) foi fundada no mesmo país em 1934.

O objetivo do jogo é não deixar a peteca cair no solo, diferentemente do tênis e do tênis de mesa, nos quais o quicar da bola faz parte das jogadas.

Em linhas gerais, esta é a dinâmica do *badminton*:

1. A modalidade é praticada por meio do confronto individual ou em duplas, no qual cada um defende uma quadra, separada por uma rede.
2. A disputa é iniciada com o saque, realizado na diagonal, com o golpeio da peteca de baixo para cima.

3. Cada jogador deverá rebater a peteca diretamente na quadra adversária.
4. O jogo é composto de melhor de três sets, e vence o set quem conquistar 21 pontos.
5. O jogador que fizer ponto realiza o próximo saque.

Incentive os estudantes a refletir sobre as possibilidades de recriação do jogo de acordo com as tarefas da atividade, indagando-os com questões importantes:

QUESTÕES GERADORAS



Que movimento podemos realizar para passar a peteca para a quadra adversária? Permita-lhes ter a percepção de que o ajuste da angulação é fundamental de acordo com a distância em relação à rede, bem como a noção espacial e a de direção.

Como saber se a peteca ficará mais perto da rede ou do fundo da quadra?

Quais são as possibilidades de rebater a peteca?

Quais atitudes devemos ter nas vitórias e nas derrotas?

Como podemos nos deslocar de forma mais rápida para alcançar a peteca?

ANDRONIKUES/SHUTTERSTOCK



Badminton. Fotografia de 2011.



Vivenciando a prática corporal

Materiais: rede ou corda, peteca e raquetes.

Mostre aos estudantes alguns aspectos sobre a demarcação do espaço no qual o jogo deve acontecer, as regras e os movimentos do *badminton*, não para estabelecer um

padrão, mas como um ponto de partida para recriações ou, até mesmo, para a adoção de movimentos que sejam ideais para lançar e rebater em função de questões fisiológicas.



Posição de saque.



Formas de rebater a peteca.

Realize em duplas a experimentação das jogadas específicas com propósitos educativos; depois estabeleça as partidas, definindo os jogadores na proporção individual ou duplas. Caso haja pouco espaço, forme trios ou quartetos nas mini-quadras, que devem ter o tamanho redimensionado tanto em relação às necessidades das crianças quanto à divisão do ambiente para a prática de todos. Ajuste também a altura da rede ou corda e as pontuações.

Não se prenda às maneiras corretas de sacar e rebater. Permita que as crianças experimentem livremente esses movimentos, elegendo o que lhes parecer mais adequado, pois a essência está nas capacidades, habilidades e potencialidades que a prática proporciona.

Para incrementar a complexidade, os estudantes podem jogar em cadeiras ou mesmo sentados no chão. Essa é uma oportunidade para refletir sobre a inclusão de pessoas com necessidades especiais na prática esportiva, e desmistificar estereótipos e padrões prestabelecidos. Faça-os pensar a respeito por meio de alguns questionamentos: Uma pessoa sem o movimento das pernas pode jogar *badminton*? Para que isso seja possível, o que pode ser feito?

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUÍS JUHAS



Tipificação do badminton.

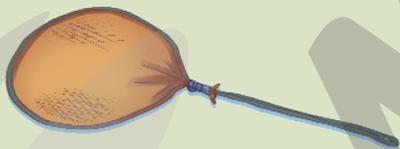
Como confeccionar materiais para a prática de badminton

Caso a escola não disponha de materiais para a prática de badminton, eles podem ser confeccionados de forma fácil e com o emprego de materiais comuns. Veja:

Confeccionando a raquete

Materiais: arame ou cabide de arame, meia-calça, fita adesiva e tesoura de pontas arredondadas.

1. Molde o arame no formato de uma raquete de cerca de 20 cm de diâmetro e um cabo de cerca de 10 cm. Procure deixar o cabo com arame duplo para facilitar a pega.
2. Corte a ponta de um dos pés da meia-calça no tamanho aproximado de 20 cm e vista a circunferência da raquete com ela, de modo a ficar bem esticada para que a peteca ganhe velocidade ao ser golpeada.
3. Prenda a meia com fita adesiva, contornando todo o cabo da raquete com a fita, unificando o arame duplo do cabo.



Raquete feita de material reutilizável.

Confeccionando a peteca

Materiais: tampinha de garrafa PET, jornal e fita adesiva.

1. Coloque a tampinha no centro de um papel do tipo jornal do tamanho de uma folha de papel sulfite.
2. Junte as pontas do papel e, com a fita, prenda a base do papel como se embrulhasse a tampinha, formando uma "cinta".



Peteca feita de material reutilizável.

Dialogando sobre a prática

Ao final das atividades, leve os estudantes a refletir sobre as experiências, retomando as questões geradoras, perguntando-lhes: Quais são as possibilidades de rebater a peteca? Quais atitudes devemos ter nas vitórias e nas derrotas? Como podemos nos deslocar mais rapidamente para alcançar a peteca? Vocês acreditam que uma pessoa com necessidade especial possa praticar badminton como lazer, assim como participar de outras atividades da vida cotidiana? Vocês acreditam que essas pessoas possam disputar campeonatos? Quais habilidades motoras estiveram presentes nas modalidades? Quais capacidades físicas os movimentos exigiram? Quais foram as principais regiões corporais requisitadas? Como foi produzir os materiais para a prática? Como foi adaptar os espaços?

Questione os estudantes sobre as diferenças entre a prática das modalidades de campo e taco e de rede e parede. Permita que verbalizem as próprias impressões.

Registrando

Peça aos estudantes que façam o registro das próprias respostas lembrando que esse procedimento exercita a produção de escrita e a fluência oral. Eles devem anotar as palavras que não conhecem para que as pesquisem, a fim de ampliar o vocabulário.

Além do registro de respostas, solicite aos estudantes que pesquisem na internet sobre outras modalidades de rede/parede e preparem uma apresentação oral sobre as diferenças entre o esporte pesquisado e o badminton. Oriente-os para que falem sobre as circunstâncias que influenciam nas situações de jogo, como piso, objeto (bola e peteca), raquetes, condições ambientais, biotipo, capacidades físicas (força, velocidade, resistência, agilidade) e regras.

Você pode organizar essas informações por grupos, ou até mesmo solicitar-lhes uma produção escrita.

Ao final das apresentações, é interessante que os estudantes experimentem as modalidades pesquisadas.

Avaliação

Organize os materiais de registro produzidos pelos estudantes para compor a avaliação final dessa unidade.

Prática 3: BASQUETE 3 × 3

Conhecendo a prática corporal

Para o grupo que engloba as modalidades esportivas de invasão, o objetivo de uma equipe é invadir a área adversária para marcar cestas, pontos ou gols, tendo como exemplo as modalidades coletivas basquetebol, futsal e handebol.

Apresente aos estudantes modalidades que apresentam essas características e sua sistemática de jogo, como o basquete 3 × 3, o futsal e o handebol.

MICHELE MORRONE/ALAMY/FOTARENA



Basquete 3 × 3.
Jefferson (à esquerda), jogando pela Seleção brasileira de basquete 3 × 3 durante a Copa do Mundo FIBA 3 × 3, Amsterdam, 2019.

LARS BARON - FIFA/GETTY IMAGES



Futsal.
Falcão, jogando pela Seleção brasileira de futsal durante as quartas de final da Copa do Mundo de Futsal, Tailândia, 2012.

SRDJAN STEVANOVIC/GETTY IMAGES



Handebol.
Deborah (à direita), jogando pela Seleção brasileira de handebol feminino, Sérvia, 2013.

A prática de modalidade esportiva de invasão a ser vivenciada nesta unidade é o basquete 3 × 3.

Contextualize que, além do basquete 3 × 3, há o basquetebol, e ambos são modalidades olímpicas. A opção pelo basquete 3 × 3 se ajusta mais à vivência escolar, pois é mais

simples do que o basquetebol, apresenta menos jogadores por time e demanda menor espaço.

O basquete 3 × 3, como diz o nome, é jogado por apenas três jogadores em cada equipe, os quais dividem uma mesma quadra (proporção de meia quadra do basquetebol), com apenas uma cesta. O objetivo é estar em situação de ataque para poder arremessar e ganhar os pontos.

A modalidade também é conhecida como “basquete de rua”, por ser geralmente praticada nesse local, demandando apenas uma cesta para se jogar. O basquete 3 × 3 começou a se tornar profissional em meados dos anos 1980 e foi incluído nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020, pela primeira vez.

Conheça algumas regras básicas do esporte:

1. O jogo é disputado em uma quadra com metade da dimensão do tamanho oficial, mantendo as marcações originais e com apenas uma cesta.
2. As equipes são formadas por apenas três jogadores, podendo ter mais um reserva.
3. As partidas finalizam quando uma das equipes atinge 21 pontos ou quando concluem 10 minutos de jogo, vencendo quem estiver com maior pontuação nesse momento. No caso de prorrogação, vence quem fizer 2 pontos primeiro.
4. Cada time tem 12 segundos de posse de bola, devendo finalizar o ataque na troca de posse.
5. As cestas podem valer 1 ou 2 pontos. No lance livre e dentro da linha demarcada (área do arco), a cesta vale 1 ponto, e fora da área vale 2 pontos.
6. Ao recuperar a bola, a equipe defensora deverá sair do arco na linha de 2 pontos, para que seja considerada atacante.

No intuito de auxiliar no entendimento das regras da modalidade, você pode exibir o vídeo que está disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=0mfZxJm51o>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Com base nas regras, os jogadores devem estabelecer ações táticas para chegar à cesta e também defender a cesta no ataque adversário.



SERGEY NOVIKOV/SHUTTERSTOCK

Basquete 3 × 3. Fotografia de 2015.

Questões geradoras para a prática:

QUESTÕES GERADORAS



Como equipe, de que maneira podemos nos organizar para atacar e defender?

Quais movimentos utilizamos nesse jogo?

Como o biotipo pode interferir no jogo de basquete?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: bolas, giz e arcos, se necessário.

Organize equipes de três estudantes e divida a quadra em duas miniquadras, para que dois jogos aconteçam simultaneamente.

Caso a escola disponha de um espaço maior, você pode organizar mais miniquadras.

O mais importante na demarcação da quadra para a prática tipificada é estabelecer uma divisão de ambiente considerando um espaço dentro da área e fora dela para validar pontuações.

Antes de iniciar a atividade, incentive o protagonismo e combine, com a participação dos estudantes, as regras do jogo. A seguir estão algumas sugestões:

1. Para diferenciar as equipes, combine como pode ser feita a diferenciação, ou seja, ajustar um tipo de colete ou identificação para diferenciar os times.
2. Limite a relação com a bola, estabelecendo regras para o drible (deslocar quicando a bola), como não andar segurando a bola e, se julgar necessário, regras para, em um primeiro momento, diminuir o contato físico.
3. Definir pontuações e duração de jogo com base nas adaptações às regras oficiais.



Arremesso.



Passes.



Ação defensiva.



Início do jogo.



Dialogando sobre a prática

Retome as questões geradoras e aprofunde a discussão sobre a relação do biotipo com a prática esportiva de invasão do basquete, identificando quais são as vantagens e as desvantagens de cada biotipo, e como jogar com base nessas informações.

Em relação às capacidades físicas, discuta com os estudantes quando se deve ser mais rápido; se a velocidade diminui a precisão das ações; se a potência do salto pode ajudar no arremesso para ficar mais alto e superar o adversário como obstáculo.

Discuta também quais são as possibilidades de movimentos com a bola: para arremessar, para passar e para driblar (conduzir quicando a bola), e também as ações sem a bola: deslocar-se para receber a bola, bloquear e ocupar os espaços da quadra.

Enfatize as diversas possibilidades que as situações de jogo apresentam e como requerem várias opções de respostas, reforçando quanto as ações são acompanhadas de reflexão sobre a decisão tática a ser tomada.

Você pode enriquecer essa reflexão com suas anotações feitas durante as partidas, direcionando a discussão sobre como executaram os movimentos e quais foram os resultados, envolvendo a causa e as consequências das decisões tomadas.

Por fim, aborde os aspectos socioafetivos envolvidos no jogo, reforçando valores, atitudes e habilidades sociais requeridos na prática, auxiliando-os a perceber como a vivência contribuiu para as aprendizagens aplicáveis à vida cotidiana.



Registrando

Como registro e atividade avaliativa, sugerimos que proponha uma atividade que possibilite aos estudantes refletir sobre as práticas, conforme o modelo a seguir.

ESPORTES DE CAMPO E TACO, REDE E PAREDE E INVASÃO

1. Identifique o que os três esportes (softbol, *badminton* e basquete 3 × 3) têm em comum. Marque (V) para verdadeiro ou (F) para falso.

() São jogados apenas de forma individual.

() Exigem estratégias para vencer o adversário.

() O biotipo pode influenciar no resultado e na forma de jogar.

2. Em que situações cotidianas seu biotipo influencia na realização das tarefas?

3. Em que situações do dia a dia as coisas não acontecem como desejamos? Como devemos reagir nessas situações?



Avaliação

Componha um portfólio com as produções dos estudantes para avaliação final. Utilize também os seus registros sobre o que observou durante as práticas e as atividades propostas.

Proponha aos estudantes uma autoavaliação à qual eles vão responder sobre as próprias preferências; sobre as moda-

lidades praticadas; o que aprenderam a respeito dos esportes neste ano e como acreditam que poderiam contribuir com os colegas durante as práticas das modalidades e em outras situações nas aulas de Educação Física.

Lembre-se de que as produções escritas, os diálogos e as apresentações dos estudantes desenvolvem elementos importantes propostos pela PNA, como produção de escrita, fluência oral, compreensão de texto e vocabulário.

NÃO PARE POR AQUI

De acordo com a realidade local, faça uso de outras atividades que abordem os esportes estudados, enfatizando práticas que estimulem o envolvimento e o desenvolvimento dos estudantes, tanto em relação aos desafios motores quanto às competências propostas pela *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC.

Pesquise e encontre mais sobre os esportes em:

GARGANTA, Julio. *Para uma teoria dos jogos coletivos: o ensino dos jogos desportivos*. 2. ed. Porto: Universidade do Porto, 1995.

MEDEIROS, Mara *et al.* *Dimensões pedagógicas do esporte*. Ministério do Esporte. *Pedagogia do Esporte*. Brasília: UnB/CEAD, Unidade, v. 1, p. 6-53, 2004.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2020.

SADI, Renato Sampaio *et al.* *Pedagogia do esporte*. Brasília: Ed. da UnB : MEC, 2004.

SADI, Renato Sampaio *et al.* *Pedagogia do esporte: descobrindo novos caminhos*. São Paulo: Ícone, 2010.



TETRA IMAGES - PT IMAGES/BRAND X PICTURES/GETTY IMAGES



Criança "fazendo estrela". Fotografia de 2019.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 e 10

Objetivos

- Elaborar pequenas coreografias com elementos ginásticos, em grupos, com e sem materiais.
- Participar de práticas corporais da ginástica respeitando as regras de segurança.
- Perceber as potencialidades e as limitações corporais.
- Apreciar e valorizar as coreografias apresentadas pelos colegas.
- Identificar diferentes manifestações da cultura corporal presentes no cotidiano, escolhendo elementos básicos para as composições coreográficas.
- Registrar as produções nas formas escrita, oral e corporal.
- Contribuir ativamente com o processo de experimentação das práticas ginásticas propostas.

CONVERSANDO SOBRE GINÁSTICAS

Se você perguntar às crianças: “Qual movimento de ginástica você gostaria de saber fazer?”, a maioria delas provavelmente responderá “estrela”. Conhecida também por “roda”, o movimento popularmente conhecido como “estrelinha” é encantador. Trata-se de um apoio invertido com pernas afastadas em que o ficar de ponta-cabeça é acrescentado a um giro, em uma combinação de ações organizadamente sincronizadas que se iniciam e terminam na posição em pé.

Esse tradicional e popular movimento acrobático de solo também está presente em outras práticas corporais, como a capoeira, na qual a “estrela” é chamada de “aú”.

Quando a criança experiencia esse movimento tão rico da cultura corporal, ela tem a oportunidade de aprender e internalizar esse movimento utilizando-o em outros contextos dentro e fora do ambiente escolar, uma vez que a base de sua execução permanece no indivíduo.

No entanto, essa manifestação corporal estudada aqui vai além da estrela ou roda. Pretende-se revisitar alguns movimentos, experimentar outros elementos básicos de solo da ginástica e combiná-los em sequências autorais. Os estudantes terão a missão de elaborar o conjunto de rolamentos, apoios invertidos, giros, rotações e equilíbrios no solo em uma série protagonizada por eles.

Elegemos elementos da ginástica artística como referência para uma das práticas, por incluir movimentos de solo e em equipamentos variados. É importante notar que não é necessário um ginásio completo ou equipamentos altamente especializados para experimentar a ginástica na escola. Há a possibilidade de construção e adaptação de alguns deles e, principalmente, utilização de recursos acessíveis como o chão forrado com colchonetes ou tatames ou um gramado para amortecer quedas, dar conforto e maior segurança.

Outra modalidade esportiva que embasará a contextualização dessa unidade é a ginástica rítmica, modalidade que também utiliza o solo como apoio, com manuseio de aparelhos específicos como arco, fita, bola, maçãs e corda.

Há grande possibilidade de adaptação e construção de equipamentos desse esporte rítmico bem interessante pela possibilidade de coreografar livremente, estimular a criatividade dos estudantes, além da chance de compor as elaborações individuais e, em grupo, usar esses materiais de forma independente.

Segundo Brasil (2018)¹, os estudantes devem ser incentivados a planejar estratégias para a resolução de desafios corporais, e, ao propor-lhes que elaborem uma sequência de movimentos,

¹ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 5 abr. 2021.

eles vão decifrar vários desafios, como saber fazer alguns movimentos, organizá-los em ordem e memorizar, escolher qual espaço é suficiente para praticar, entre outros que podem surgir durante a prática.

A próxima seção trará algumas atividades de ginástica geral em grupo com subsídios para a prática docente.

Recomenda-se a realização de roteiros de aula adaptando-os à realidade escolar, levando em consideração aspectos como tempo, materiais e espaços disponíveis, assim como o contexto de cada turma.

PRATICANDO GINÁSTICAS

Prática 1: SÉRIE DE GINÁSTICA DE SOLO

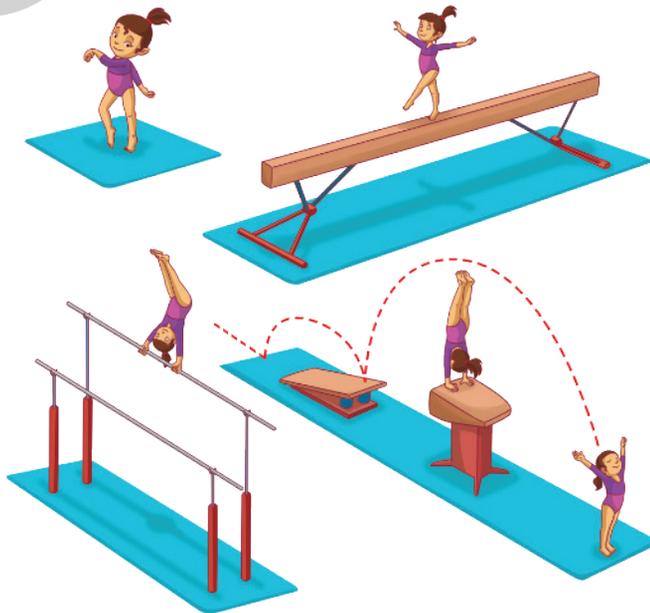


Conhecendo a prática corporal

A ginástica olímpica é muito popular e, desde 1984, chama-se ginástica artística graças à inclusão de outra modalidade ginástica nos Jogos Olímpicos. Independentemente do nome, ao ver uma apresentação os olhos não piscam, tamanha é a admiração ao apreciar as apresentações habilidosas e deslumbrantes desse esporte.

Aletas de diferentes categorias (feminino e masculino) participam em aparelhos diferentes. As ginastas utilizam quatro aparelhos em suas rotinas: solo, salto sobre a mesa, trave de equilíbrio e barras assimétricas, enquanto os ginastas exploram seis aparelhos: solo, salto sobre a mesa, argolas, barras paralelas, barra fixa e cavalo com alças.

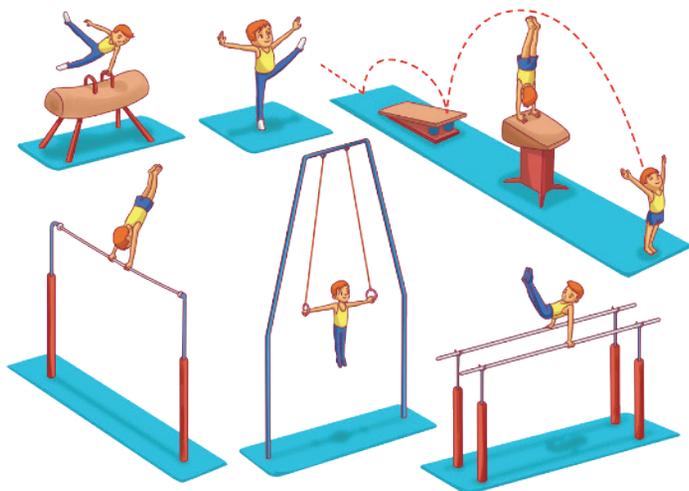
A imagem a seguir mostra o cavalo onde eram realizados os saltos. Desde 2001 foi substituído pela mesa para uma área de contato das mãos com o equipamento e, conseqüente, uma ajuda biomecânica em saltos mais complexos.



ILUSTRAÇÕES: FABIO EIJI SIRASUMA



Ginástica artística feminina.



//////
Ginástica artística masculina.

Devido ao alto investimento para estruturar um local apropriado para essa modalidade esportiva, há poucos ginásios disponíveis para a prática gratuita. Apesar de todos os desafios enfrentados, atletas brasileiros persistentes treinam com muita determinação e esforço durante muitos anos, a fim de competir contra atletas de outros países mais desenvolvidos, que disponibilizam condições de treino melhor estruturadas.

Compartilhe vídeos ou imagens de atletas brasileiros praticando a ginástica artística, especialmente no solo, como este sugerido a seguir: <<https://www.youtube.com/watch?v=0N7hqJlh9Qk>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Então, problematize a temática:

QUESTÕES GERADORAS



Será que meninos e meninas podem praticar a ginástica artística?

Em que local onde vocês vivem é possível praticar a iniciação da ginástica?

Quantas horas por dia os ginastas treinam?

Com quantos anos será que eles começam a treinar?

Quais elementos ginásticos se aprendem primeiro? Por quê?

Será que os atletas frequentam escolas como vocês?

Qual é o vestuário mais utilizado? Eles usam calçados?

O que é uma série de movimentos ginásticos?

Após essas indagações, os estudantes levantarão suas hipóteses, e o professor deve mediar a discussão trazendo elementos importantes para embasar e aprofundar os conhecimentos deles.

Nessa prática, escolheram-se o aparelho solo e os movimentos ginásticos básicos apropriados ao 4º ano: rolamento para a frente e para trás, vela, ponte, rotações, saltos, parada de mãos, parada de cabeça, estrela, rodante, reversões, entre outros.

Vivenciando a prática corporal

Aquecimentos

Material: forrar o chão com colchonetes ou tatames é opcional para trazer mais conforto, mas qualquer piso liso ou gramado funciona bem.

Escolha um espaço adequado e faça preparações corporais antes das práticas. Há muitas opções de aquecimentos, como mobilizações articulares e alongamentos variados das partes do corpo mais utilizadas, como pescoço, punhos, coluna vertebral, tornozelos e joelhos.



//////
Aquecimentos.

Elementos básicos no chão

Material: qualquer piso liso ou gramado. Forrar o chão com colchonetes ou tatames é opcional para trazer mais conforto.

Escolha um espaço adequado e organize os estudantes em trios ou quartetos. Coloque uma música de fundo que induza a explorar movimentos livremente; pode ser instrumental ou alguma sugerida pelo grupo.

Neste endereço eletrônico você encontra uma opção: <https://www.youtube.com/watch?v=IJVMv94tgul>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Retome alguns movimentos acrobáticos de solo utilizando imagens ou vídeos, e relembre os nomes dos movimentos e como executá-los. Faça uma seleção simples de elementos, como rolamento para a frente, vela, ponte, parada de mãos, parada de cabeça, giros, espacates, saltos e estrela, conforme sugestão a seguir.



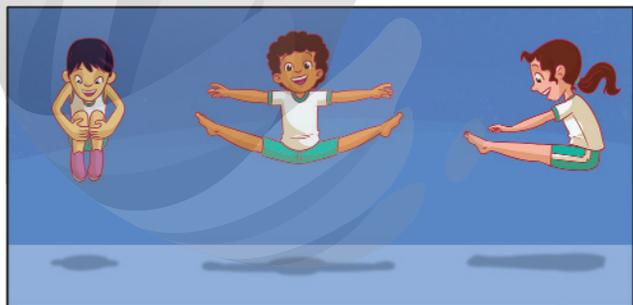
//// ////
Rolamento para a frente.



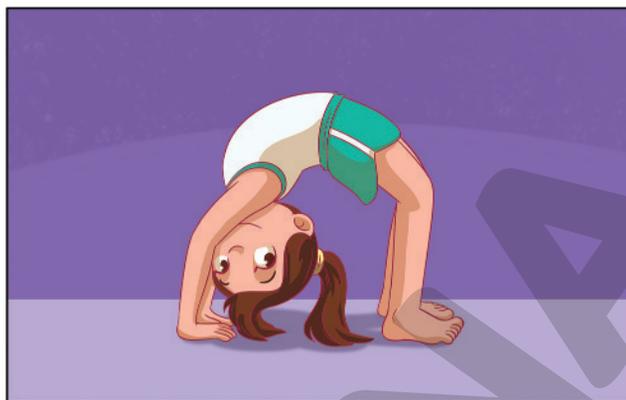
//// ////
Parada de cabeça.



//// ////
Vela.



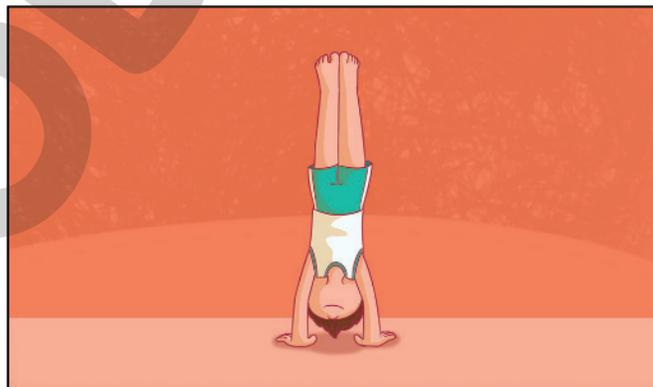
//// ////
Saltos.



//// ////
Ponte.



//// ////
Equilíbrios.



//// ////
Parada de mãos.



//// ////
Espacates.

Peça aos estudantes que façam movimentos individuais de ginástica de acordo com suas habilidades e compartilhem as demonstrações com os colegas, auxiliando-os com dicas verbais e, dependendo do contexto, ajuda física, tomando todas as precauções para que não se machuquem.

Como a estrela é um movimento ainda não realizado pelos estudantes nas propostas práticas anteriores, é recomendado exercitar alguns educativos de preparação antes de executá-la.

Demonstre para os estudantes o movimento completo da estrela para que compreendam o movimento como um todo. Você também pode apresentar-lhes o vídeo: <<https://www.youtube.com/watch?v=wlf8QBMdXYo>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Monte estações para a realização dos educativos, conforme as sugestões a seguir.



//////
Educativo 1.

Fixar uma corda no chão; posicionar uma mão de cada lado da corda; apoiar sobre as duas mãos, sem tirá-las do chão; jogar as duas pernas juntas para o lado esquerdo da corda e depois para o lado direito.



//////
Educativo 2.

Apoiar sobre as duas mãos; colocar os dois pés juntos de um dos lados da corda, sem tirar as mãos do chão; passar uma perna de cada vez para o outro lado.



//////
Educativo 3.

Girar à meia altura, rotacionando primeiro um lado do corpo, depois o outro, com as pernas elevadas à altura do quadril.

Agora, convide as crianças a experimentar o movimento completo.

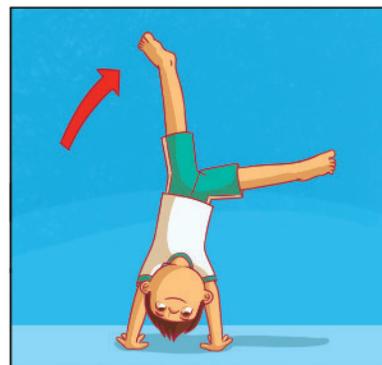
Passo 1



Passo 2



Passo 3



//////
Execução da estrela passo a passo.

Os grupos de estudantes comumente são bem heterogêneos. Você observará crianças que chegam à prática realizando a estrela completa, e outros que nunca experimentaram sustentar o corpo sobre as mãos. É preciso, assim, variar os estímulos propondo aos estudantes dinâmicas adequadas a todos os níveis para motivar os que estão além e os que estão aquém.

É importante dialogar com as crianças sobre as experiências prévias desse elemento ginástico e também sobre o respeito aos diferentes níveis de desempenho dos colegas, afinal, o que conta é o testar-se, persistir com determinação e sentir-se satisfeito pelo esforço, não somente com o resultado.



Dialogando sobre a prática

Ao final das experimentações, faça com que os estudantes reflitam sobre a prática. Pergunte a eles: Como foi retomar movimentos ginásticos que vocês já haviam realizado antes?

Vocês acham que hoje estão mais competentes em relação ao equilíbrio e à força para realizar esses movimentos? Como foi a experiência da estrela? Vocês acham que tanto meninas quanto meninos podem praticar os movimentos da ginástica, como saltar, 'virar estrela', dar piruetas? Quais regiões corporais foram mais solicitadas durante a prática?

Deixe-os responder às suas perguntas exercitando, assim, a fluência oral. Faça anotações que julgar interessantes para compor a avaliação dos estudantes. Registre também o que observou durante as práticas.



Registrando

Como registro, organize duplas para que façam movimentos ginásticos sincronizados.

Entregue às duplas uma ficha de planejamento da sequência de movimentos a serem realizados, como no exemplo a seguir:

Nomes dos integrantes do grupo: _____				
Data: _____ Classe: _____				
SÉRIE DE GINÁSTICA GERAL: elementos de solo				
ENTRADA	ELEMENTO 1	ELEMENTO 2	ELEMENTO 3	SAÍDA
<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>	<div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>

//////
Ficha de planejamento de movimentos ginásticos.

Depois da fase de planejamento vem a execução. Os estudantes vão praticar a sequência elaborada por eles, pela memorização. Tanto o registro quanto o fazer dos movimentos serão em pares.



Avaliação

Faça uma avaliação da produção coreográfica dos estudantes. Ela, porém, não deve objetivar a análise do "fazer" cada elemento, mas uma avaliação processual do planejamento, das estratégias utilizadas e do enfrentamento dos desafios para a conclusão da proposta.

Organize os resultados para compor uma avaliação final ao fim dos estudos das ginásticas propostos para o 4º ano.

Prática 2: COREOGRAFIA DE GINÁSTICA GERAL COM MATERIAIS

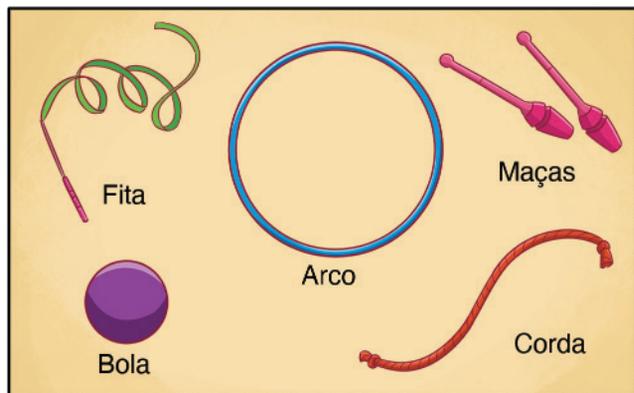


Conhecendo a prática corporal

A ginástica rítmica, antes denominada Ginástica Rítmica Desportiva (GRD), é uma das práticas corporais possíveis para desenvolver as capacidades e habilidades propostas pela *Base Nacional Comum Curricular – BNCC* – para estudantes do 4º ano.

Partindo dessa modalidade ginástica, pode-se propor aos estudantes a elaboração coreográfica coletiva com manejo de materiais simples, seguindo o ritmo musical e utilizando uma combinação de elementos básicos de solo (saltos, equilíbrios e rotações) realizados individualmente ou em grupos.

A manipulação dos aparelhos é leve, suave, sincronizada e precisa. Os cinco aparelhos são: fita, arco, bola, corda e maças.



//////
Aparelhos de ginástica rítmica.

A ginástica rítmica é uma manifestação gímnica praticada, principalmente, por meninas. No entanto, os meninos podem e devem participar com o intuito de desmistificar esse paradigma. Como esse tema aparece frequentemente nessa prática, pergunte aos estudantes: Quem pode praticar ginástica rítmica? Meninas podem jogar futebol e meninos podem fazer *ballet*? Anote as respostas e observe o comportamento dos meninos em relação a qualquer tipo de resistência e preconceito. Faça as intervenções e mediações necessárias para eles refletirem sobre o processo de formação de estereótipos em nossa sociedade.

Partindo das experiências dos estudantes, pode-se, ainda, perguntar-lhes:

QUESTÕES GERADORAS



Vocês já conheciam a ginástica rítmica?

Qual aparelho vocês acham que será o mais desafiador para manipular?

Que tipo de música vocês gostariam de utilizar em uma coreografia?

Vocês sabiam que em alguns países existem grupos de homens praticantes da ginástica rítmica?



//////
Espiral.

A seguir, há uma proposta didática generalista e abrangente que pode ser replicada ou adaptada de acordo com as necessidades de cada contexto. Considere os materiais disponíveis na escola, o desejo dos estudantes e o tempo disponível para desenvolver a prática pedagógica.



Vivenciando a prática corporal

Agora é o momento apropriado para decidir sobre os materiais, sendo necessário identificar com antecedência quais já estão disponíveis na escola e quais os estudantes têm interesse em construir ou adaptar.

A seguir são apresentados os movimentos básicos de cada aparelho de ginástica rítmica, suas possibilidades de manuseio e vídeos tutoriais de como construí-los, quando for o caso.

É possível escolher os cinco aparelhos aqui descritos ou eleger alguns, conforme o tempo, os materiais disponíveis ou a dificuldade em confeccioná-los.

Fita

Materiais: fitas oficiais ou vareta (25 cm a 30 cm) e fita de cetim (5 cm × 5 m) para a confecção.

Veja um tutorial de uma das formas de como confeccionar a fita: <https://www.youtube.com/watch?v=6F69en_Ck9A>. Acesso em: 5 abr. 2021.

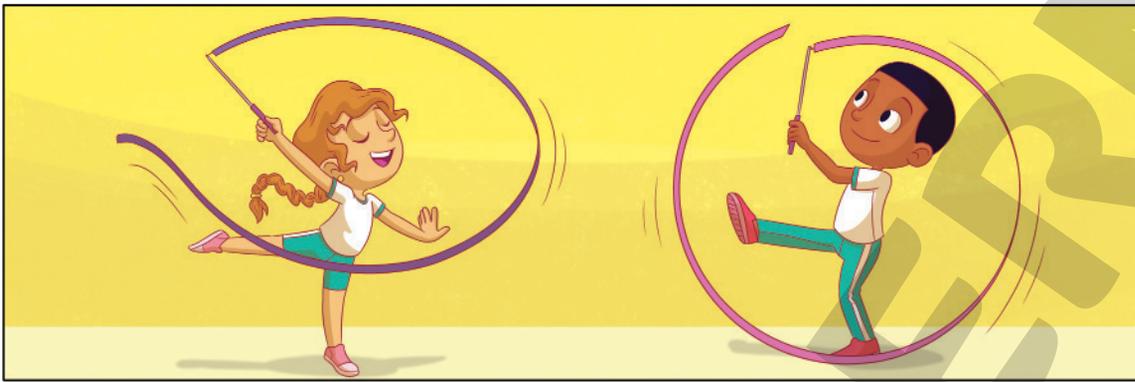
Após a confecção das fitas, se possível coloridas e personalizadas para motivar e envolver os estudantes, toque uma seleção de músicas com variados ritmos e deixe que explorem livremente, fruindo e estimulando a expressão e a consciência corporais. Atente para as orientações de segurança. Mantenha os estudantes a um distanciamento relativo para que a vareta do aparelho não acerte o rosto de algum colega.

Inicie a prática individualmente e, naturalmente, permita que comecem a interagir com colegas de forma livre. Esse processo é importante para que consigam pensar em deslocamentos no espaço e em sobreposições de suas fitas, apreciando a estética dos movimentos produzidos.

A seguir há algumas ideias de movimentos básicos no manejo da fita.



//////
Serpentina.



//////
Circular.

Arco

Materiais: o arco é o famoso bambolê, um material bem comum nas escolas. Caso não estejam disponíveis, é possível utilizar mangueiras com conectores plásticos ou condutas formando arcos de 70 cm – 90 cm de diâmetro.

Deixe que os estudantes se movimentem livremente e explorem todas as possibilidades, sozinhos e em grupos.

Veja algumas ideias de movimentos básicos no manejo do arco.



1- Passo inicial.



2- Início do primeiro círculo.



3- Finalização do primeiro círculo.

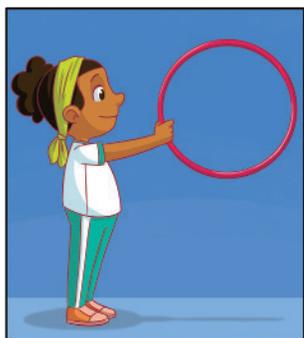


4- Início do segundo círculo.

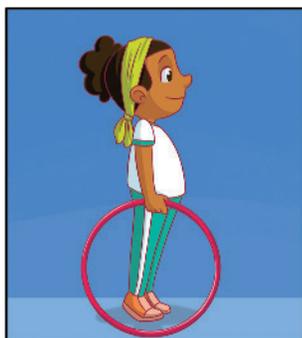


5- Fase final.

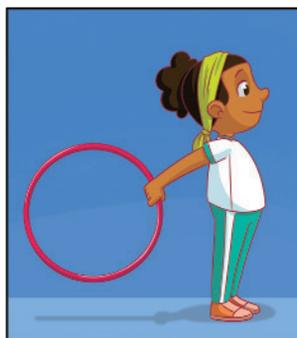
//////
Movimento em oito.



Passo 1



Passo 2



Passo 3

Balancear.



Passo 1

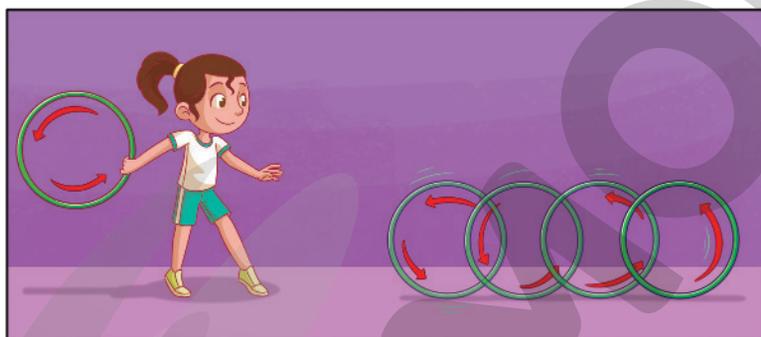


Passo 2



Passo 3

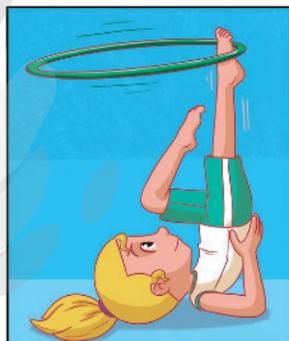
Lançar e recuperar.

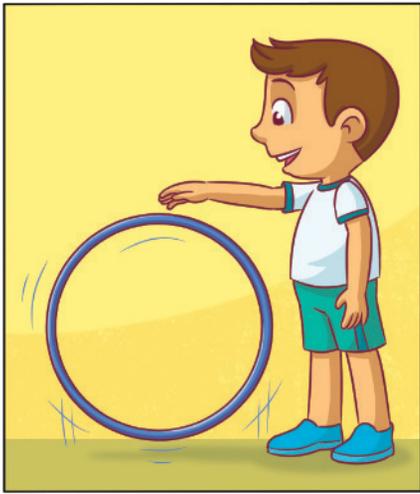


Lançar e recuperar.



Rotação.





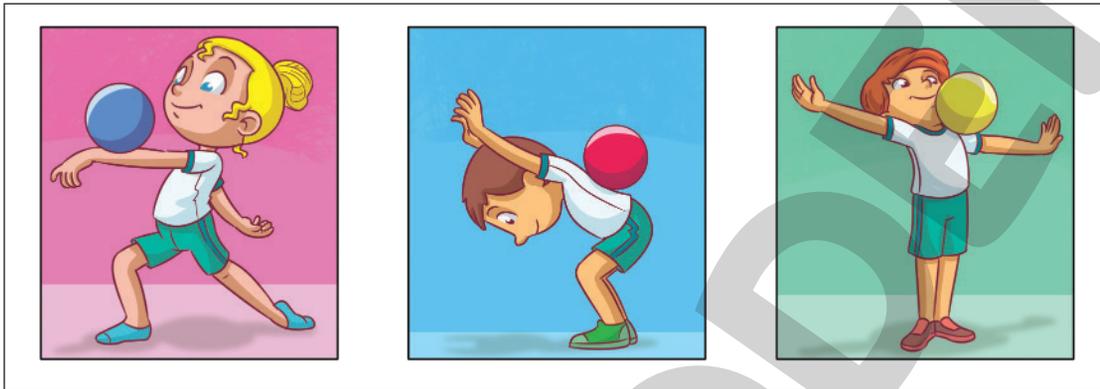
//////
Quicar.

Bola

Materiais: bolas plásticas ou de borracha lisas ou ásperas. É importante que sejam leves e quiquem no chão. Oficialmente, na ginástica rítmica, as bolas medem de 18 cm a 20 cm de diâmetro e pesam entre 300 gramas e 400 gramas.

Nessa subseção da prática de manipulação de aparelhos, é importante deixar que usem a liberdade de possibilidades que trazem como repertório e criem os próprios movimentos espontaneamente no início da proposta.

Em algum momento, introduza movimentos diferentes com a bola, buscando o aprofundamento dessa experimentação. Por exemplo, rolar a bola sobre o corpo, passando de uma mão à outra através do tórax ou jogar para o alto e receber nas costas com as duas mãos. A seguir há algumas imagens sobre as possibilidades de movimentos com a bola.



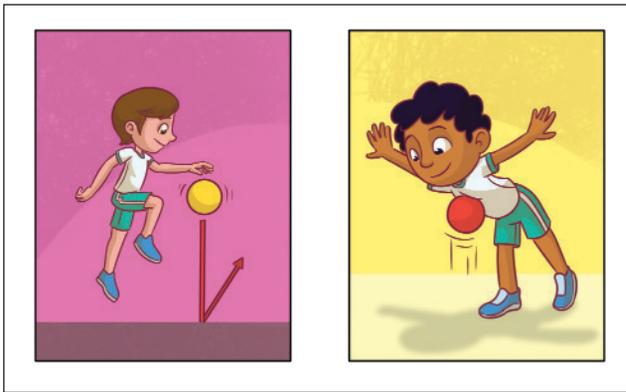
//////
Passagem sobre o corpo.



//////
Equilibrar.



//////
Lançar e recuperar.



Quicar.



Rotação.



Prensar.

Corda

Materiais: cordas individuais de sisal, silicone ou náilon. Para identificar o tamanho ideal, a criança deve pisar no meio da corda, cujas pontas devem ficar à altura das axilas.

No momento de exploração livre do material, faça uma investigação do que os estudantes trazem de conhecimentos, e permita que experimentem as cordas livremente.

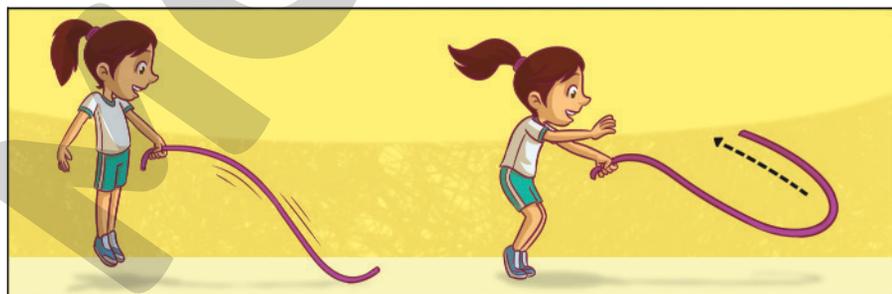
As imagens a seguir mostram algumas possibilidades de movimentos ginásticos com corda.



Envolver o corpo.



Balançar.



Soltura e recuperação.



Rotação.

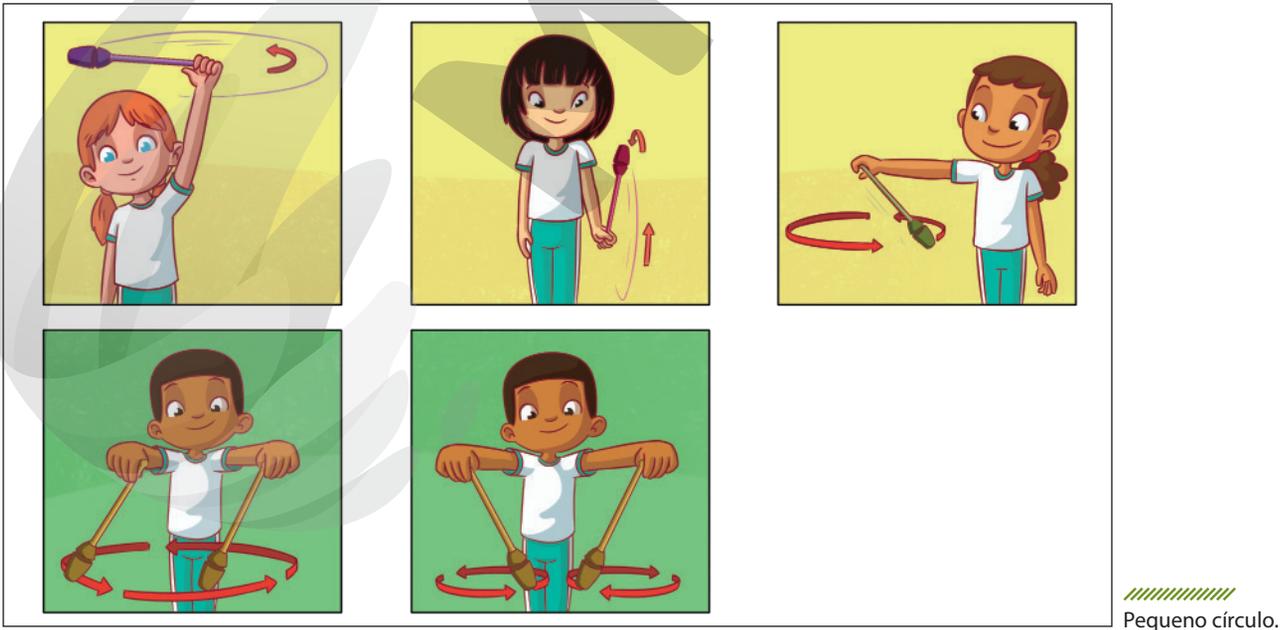
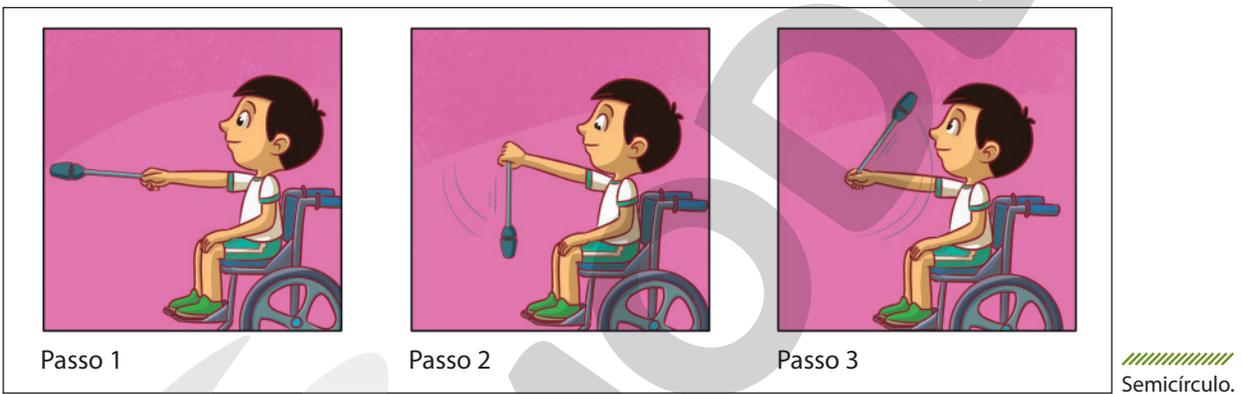
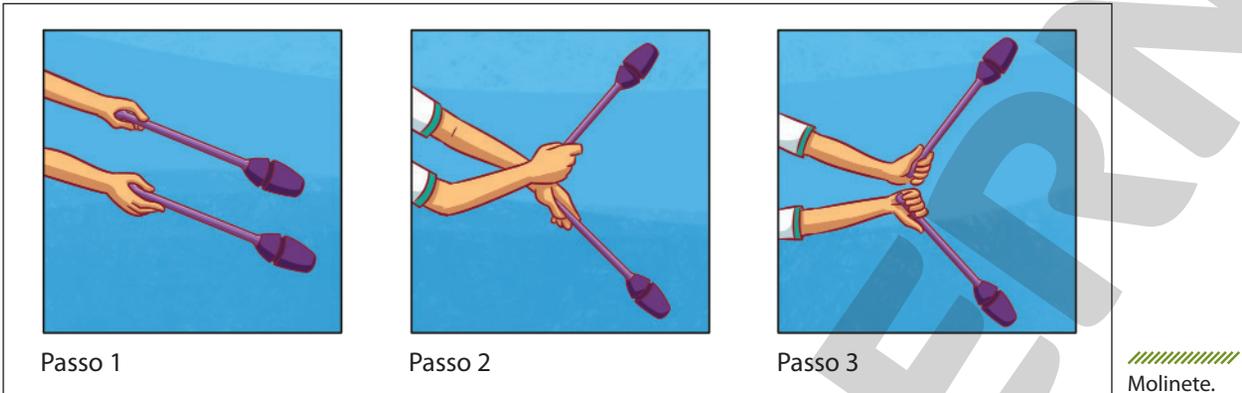
Maças

Materiais: um par de maçãs de madeira, plástico ou acrílico. Esse aparelho assemelha-se às claves do malabarismo circense. Não é muito comum encontrá-lo em escolas, mas é possível construí-lo. Se esse for o caso, você precisará de garrafa plástica com tampinha, tesoura, fita adesiva e jornal.

Veja um tutorial de uma das formas de construir as maçãs: <<https://www.youtube.com/watch?v=0YVNRmk5rc>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Seguindo a mesma proposta dos outros aparelhos, inicialmente, deixe que os estudantes elaborem movimentos e explorem todas as possibilidades com as maçãs, e depois mostre outras formas de manipular esse equipamento individualmente e malabareando em duplas ou grupos.

A seguir há uma seleção de imagens de movimentos ginásticos com maçãs.





Balancear.



Circular.



Lançar e recuperar.

Use a criatividade! É a sua vez!

Materiais: aparelhos oficiais ou construídos (fita, maças, bola, arco ou corda).

Organize a turma em grupos de três a seis participantes; escolha critérios como sorteio, livre escolha, sugerindo aos estudantes formar grupos mistos para enriquecer a experiência.

Para a seleção dos aparelhos há algumas opções: todos utilizarem o mesmo material, cada grupo escolher um tipo de aparelho ou alguns deles.

Seguindo passo a passo as instruções a seguir, oriente os estudantes a elaborar coreografias criativas com os movimentos ginásticos que eles já conhecem, utilizando o(s) aparelho(s) selecionado(s):

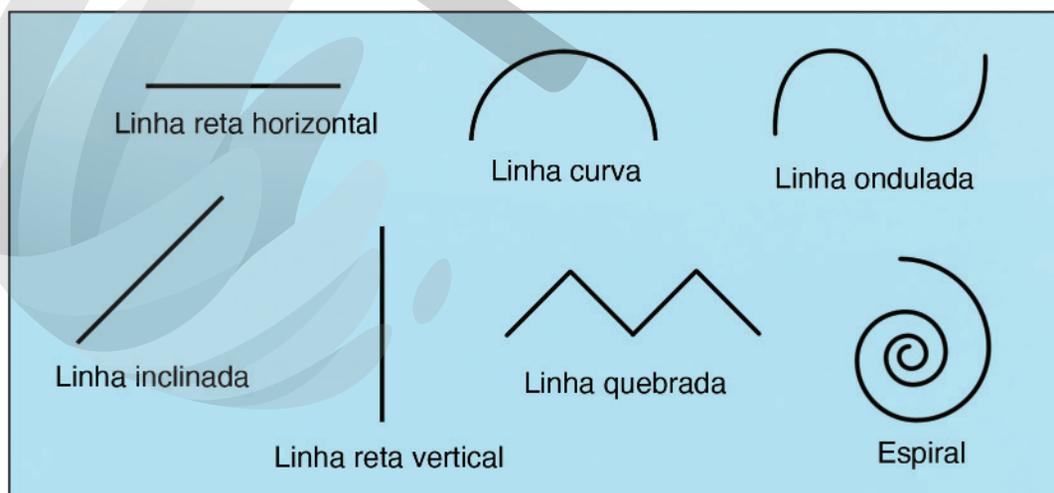
1. Seleção da música (ritmo).
2. Opções de movimentos (manipulação e acrobacias de solo).

3. Formações de diferentes configurações no espaço (ocupação do espaço e noção espacial), conforme a ilustração a seguir.
4. Sincronia de movimentos em contagens de oito tempos (noção temporal).
5. Memorização das sequências dos elementos ginásticos.
6. Prática e apresentação da coreografia para os colegas.

Você pode apresentar algumas referências em vídeo como uma forma de ferramentar e encorajar os estudantes nas criações livres de ginástica geral com aparelhos, como estas disponíveis nesses endereços eletrônicos:

Coreografia com arcos: <<https://www.youtube.com/watch?v=57d7ALLriSw>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Coreografias com bolas e fitas: <<https://www.youtube.com/watch?v=DKI6Vogsn18>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



Formações.



Dialogando sobre a prática

As possibilidades de aprendizagem após as práticas dos elementos das ginásticas são riquíssimas para explorar as sensações e as percepções dos estudantes. Ao encerrar as experimentações, forme uma roda com todos os estudantes e retome algumas questões sobre a prática: Qual foi o aparelho mais desafiador? Qual foi o movimento mais desafiador de fazer com um aparelho? Vocês se sentiram mais satisfeitos ao manipular os aparelhos sozinhos ou em grupo? Quais foram as habilidades motoras requisitadas no manuseio de cada um dos aparelhos? Quais foram as capacidades físicas utilizadas durante as práticas? Quais foram as principais regiões corporais solicitadas durante a execução dos movimentos? Qual é a diferença entre essas práticas e as realizadas nas atividades anteriores?



Registrando

Solicite aos estudantes que registrem as próprias respostas em uma folha a ser entregue ao professor. É importante que os registros contêm relatos de ordem pessoal, como as sensações dos estudantes; os desafios encontrados; as soluções elaboradas para resolver os problemas ao longo das práticas e um breve relato sobre a apresentação ginástica de cada grupo. Sugerimos que seja proposto um meio de divulgação dessa experiência, como a exposição no espaço escolar ou a publicação em alguma mídia social ou *website* da escola.



Avaliação

Compile os materiais produzidos pelos estudantes. Organize um modo para dar retorno a eles sobre a sua avaliação. Sugerimos que faça descrições individuais, assim eles podem perceber a sua visão acerca dos avanços deles nas aprendizagens da Educação Física. Possibilite um momento no qual os estudantes possam questioná-lo sobre dúvidas acerca da sua avaliação. Essa experiência exercita a comunicação, a argumentação, a fluência oral e a compreensão de texto por parte deles.

NÃO PARE POR AQUI

De acordo com os recursos disponíveis na estrutura escolar, amplie ou adapte as atividades sugeridas a fim de assegurar oportunidades de aprendizagem para todos os estudantes. Lembre-se de evidenciar as competências previstas na BNCC. A seguir há alguns materiais para consulta:

Educativos para estrela: <<https://www.youtube.com/watch?v=CSMazudSzeY>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Educativos para parada de cabeça: <<https://www.youtube.com/watch?v=Z3jaZ1moL88>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Ginástica artística: <<https://www.youtube.com/watch?v=PiPOyhOouCM>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Ginástica rítmica: <<https://www.youtube.com/watch?v=t7kq30P4OUY>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

ARAÚJO, Manuel. Ginástica rítmica. In: ARAÚJO, Manuel. *Manual de ajudas em ginástica*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2012.

AYOUB, Eliana. *Ginástica geral e a Educação Física escolar*. 3. ed. Campinas: Editora da Unicamp, 2018.

BROCHADO, Fernando; BROCHADO, Monica. *Fundamentos da ginástica artística e de trampolins*. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2016.

NUNOMURA, Myrian. *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.



MESQUITAFMS/E+/GETTY IMAGES



Menina dançando frevo. Fotografia de 2018.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 5, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar e conhecer os movimentos, os sentidos e os significados das danças do Brasil, do mundo, e das de matrizes africanas e indígenas.
- Reconhecer as diferenças e as semelhanças entre os elementos constitutivos das danças brasileiras, do mundo, de matriz indígena e africana.
- Valorizar as diferentes culturas manifestas nas danças, desmistificando preconceitos em relação à sua prática.
- Elaborar estratégias para superar os desafios advindos dos diferentes movimentos, gestos e ritmos executados no espaço.

CONVERSANDO SOBRE DANÇAS

Toda prática corporal tem como elemento visível e mensurável o movimento. É por meio dele que podemos compreender os jogos, o esporte, as lutas e a dança. É fundamental, assim, que os estudantes aprendam a se relacionar com o movimento de maneira complexa. Especificamente no caso das danças, superar a complexidade dos elementos que as constituem: gestos, ritmo e espaço.

Gestos: os movimentos são a expressão da dança pelo corpo, que pode molejar; saltitar; andar; deslocar-se ou não; mover-se de maneira ondulada ou retilínea; mover-se em diferentes direções, planos e formações; fazer sons, seja usando partes do próprio corpo ou objetos.

Ritmo: compreender a pulsação é fundamental para ordenar os movimentos de acordo com as marcações de tempo, conforme o encadeamento lento, moderado ou rápido.

Espaço: para a dança, esse conhecimento é fundamental, porque um importante aspecto da dança é justamente preencher o espaço de maneira dinâmica e harmoniosa, seja de maneira individual ou coletiva. Dentro do espaço há as direções para cima, para baixo, para o lado, para a frente, para trás e nas diagonais; os níveis baixo, médio e alto; as dimensões pequeno, médio e grande e as extensões perto, médio e longe.

Experimentar os elementos constitutivos das danças do Brasil e do mundo, e de matrizes indígena e africana, possibilita ao estudante a identificação e comparação desses elementos, aprofundando seus conhecimentos acerca das habilidades e das capacidades do próprio corpo como condutor de comunicação e expressão corporal, e de diferentes culturas, conectando-se a elas por meio dos gestos e movimentos corporais.

Conforme orientação da *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC –, essa unidade visa a possibilitar vivências corporais aos estudantes nas quais possam experimentar os elementos constitutivos das danças compreendendo seus significados e sentidos.

[...] a unidade temática Danças explora o conjunto das práticas corporais caracterizadas por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções específicas, muitas vezes também integradas a coreografias. As danças podem ser realizadas de forma individual, em duplas ou em grupos, sendo essas duas últimas as formas mais comuns. Diferentes de outras práticas corporais rítmico-expressivas, elas se desenvolvem em codificações particulares, historicamente constituídas, que permitem identificar movimentos e ritmos musicais peculiares associados a cada uma delas (BNCC, 2018, p. 218)¹.

¹ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 5 abr. 2021.

PRATICANDO DANÇAS

Prática 1: AS EXPRESSÕES DO BRASIL



Conhecendo a prática corporal

Dada a extensão do território brasileiro, há uma vasta diversidade de danças regionais e comunitárias, que surgiram pelas mais diversas razões.

Algumas danças típicas regionais surgiram pelas manifestações dos imigrantes europeus, na tentativa de preservar a sua cultura de origem. No entanto, em contato com outros imigrantes, indígenas e afrodescendentes, essas danças sofreram alterações, o que as tornou tipicamente brasileiras.

Outras surgiram como formas de distração e diversão, nas quais se criaram ritmos e letras marcados por instrumentos musicais, objetos e vestimentas típicas de determinadas regiões.

Outras, ainda, surgiram durante o labor, no qual as pessoas trabalhavam, cantavam e faziam movimentos que se tornaram típicos de determinadas danças criadas nesse contexto, transmitidas ao longo das gerações, tornando-as tradicionais em determinadas localidades.

Independentemente da maneira como surgiram, todas elas se tornaram expressões da cultura, da história e da forma de viver de cada comunidade, embora ainda estejam em constante transformação, dadas as adaptações que ainda sofrem de acordo com quem as pratica.

Mostre aos estudantes algumas danças típicas praticadas em cada região brasileira, conforme as sugestões a seguir.

Chula: é uma dança típica da região Sul, representada por um desafio entre dois participantes, que realizam uma sequência de passos ao redor de um bastão, como pode ser visto em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WSYoDpTC7u0>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



JEFFERSON BERNARDES/AGÊNCIA PREVIEW

Chula.

Apresentação da Chula durante o 12º Rodeio Internacional do Mercosul, Porto Alegre, RS, 2019.

Cana-verde: típica da região Sudeste e conhecida como Caninha-verde no Nordeste, a dança apresenta coreografia com diversas variações no decorrer da dança, como formação de fileiras, meia-volta, troca de pares, formação circular, sapateios, gingados e balanceios, como pode ser visto em: <<https://www.youtube.com/watch?v=u3PZb0g-IA>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

RODRIGO ROCHA/GRUPO DE TRADIÇÕES FOLCLÓRICAS RAÍZES NORDESTINAS, FORTALEZA, CEARÁ



//////
Cana-verde.
Grupo de Tradições Folclóricas Raízes Nordestinas, Fortaleza, CE, 2014.

Maçarico: típica da região Norte, dançada em duplas de casais, seus versos são cantados pelos próprios dançantes. A coreografia alterna troca de casais, passadas, roda, balanceios e batidas de mãos, como pode ser visto em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Ef-gFTsH8Gg>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

JOÃO GOMES/ACERVO DO SABOR MARAJÓARA, BELÉM, PARÁ



//////
Maçarico.
Dança do Maçariquinho, Grupo Sabor Marajoara, Belém, PA, 2019.

Siriri: típica da região Centro-Oeste, a dança utiliza instrumentos musicais típicos da região, marcada por alternância de ritmos, coreografia das mulheres e suas saias rodadas e dos homens com seus chapéus, que dançam aos pares soltos, realizando movimentos em fileiras, rodas, palmas e reverência dos homens às mulheres, como pode ser visto em: <<https://www.youtube.com/watch?v=W1ugauffZEU>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



MARIO FRIEDLANDER/PULSAR IMAGENS

//////
Siriri.
Grupo de dança em apresentação durante o Festival de Cururu e Siriri, Cuiabá, MT, 2013.

Frevo: típico da região Nordeste, o frevo é uma dança carnavalesca típica de rua, na qual os participantes portam um pequeno guarda-chuva e realizam uma coreografia acrobática, como pode ser visto em: <<https://www.youtube.com/watch?v=6XruFqqeq9o>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



MESQUITA/RMS/E+/GETTY IMAGES

//////
Frevo.
Carnaval, Recife, PE, 2019.

Para ampliar o engajamento dos estudantes em relação ao tema e integrá-los à percepção de ritmos, tempos, movimentos e espaço, pergunte a eles:

QUESTÕES GERADORAS



- Todas as danças apresentadas são dançadas aos pares?
- Todas elas têm o mesmo ritmo?
- Há movimentos que são comuns entre essas danças?
- O que vocês perceberam em relação à ocupação do espaço?



Vivenciando a prática corporal

Frevo

Materiais: equipamento audiovisual, minissombriinha ou flor de crepom.

Selecionado para a experimentação de uma das danças brasileiras, no frevo os estudantes experimentarão alguns movimentos para dançar no espaço coletivo, combinando ritmo e movimentos acrobáticos.

Mostre-lhes novamente o vídeo de apresentação do frevo, orientando-os a atentar aos movimentos da dança.

Depois, coloque uma música de fundo e pratique com calma alguns movimentos, conforme as orientações a seguir.

Durante a prática, incentive os estudantes a compartilhar estratégias que cooperem com o enfrentamento dos desafios da combinação do ritmo e dos gestos no espaço.

Você pode utilizar “Vassourinhas” como música de fundo. Ela está disponível no endereço eletrônico: <<https://www.youtube.com/watch?v=LafMRGg9E0o>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



Passo 1.

Saltar na ponta do pé, fazendo o movimento para dentro e para fora com um pé e, posteriormente, com o outro.



Passo 2.

Saltar na ponta do pé e com o calcanhar, mantendo as pernas afastadas.



Passo 3.

Saltar na ponta do pé e com o calcanhar de um lado e depois do outro.



Passo 4.

Saltar na posição saci-pererê, alternando as pernas.



Passo 5.

Saltar chutando com uma perna de cada vez para a frente.



Passo 6.

Girar saltitando com as pernas cruzadas, trocando as pontas dos pés.



Passo 7.

Saltar fazendo uma tesoura com as pernas, cruzando-as, e chutando com uma delas à frente ao abri-las.



Passo 8.

Agachar e saltar com as duas pernas flexionadas, passando a sombrinha ou flor de crepom por baixo de uma perna, e continuar saltando nessa posição para passar a sombrinha ou a flor de crepom por baixo da outra perna.



Passo 9.

Saltar com as pernas afastadas e os braços estendidos em direção às pernas.

Permita que os estudantes dançam livremente, utilizando esses ou outros movimentos que queiram improvisar para experimentar a execução deles ao ritmo do frevo.

Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, pergunte aos estudantes: O que vocês acharam da experiência de combinar ritmo e acrobacias no espaço?

Peça aos estudantes que relatem as próprias percepções em relação à ocupação do espaço, ao ritmo e aos gestos vivenciados no frevo.

Registrando

Pergunte, ainda, aos estudantes se conhecem alguma dança da região onde vivem para que, em uma folha, relatem o nome da dança, a forma de dançar e descrevam como é a ocupação do espaço, o ritmo e os gestos nela constituídos.

Monte um livro sobre as danças regionais catalogadas pelos estudantes e possibilite que eles experimentem as danças relatadas pelos colegas.

Avaliação

Como avaliação, privilegie aprendizagens, superações e avanços ocorridos durante o processo, relacionados à participação, ao interesse e à disponibilidade dos estudantes, em vez do resultado em si.

Prática 2: MACULELÊ

Conhecendo a prática corporal

Diz a lenda que em uma região da África dois povos se encontravam com bastões; seriam os povos “malês”, que esperavam os “macuas a lelê”, para lutar. “Lelês” seriam os paus usados na luta, o que teria dado origem ao nome *maculelê*, uma prática de origem afrobrasileira recuperada no século XIX e recriada no decorrer do século XX, que expressa na dança os movimentos de luta, combinando deslocamentos, giros e intensidade de movimentos.

Você pode exibir um vídeo que demonstra a dança e seus elementos constitutivos, como este disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Hvs2Tf_aH1o>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Então, proponha aos estudantes uma reflexão sobre algumas questões disparadoras:

QUESTÕES GERADORAS

Qual é o sentido e o significado da dança maculelê para os afrodescendentes?

O ritmo, os gestos e a ocupação do espaço na dança maculelê têm semelhança com alguma dança que vocês conhecem ou que já tenham experimentado nas aulas?

Quais habilidades motoras vocês percebem na dança maculelê?

Converse com os estudantes sobre a intensidade presente na dança maculelê e peça-lhes que observem as habilidades contidas na dança durante a execução dos movimentos no espaço, de acordo com a pulsação e suas expressões.

Você pode auxiliá-los a recordar quais são as habilidades motoras:

- Habilidades de estabilização: movimentos que permitem a manutenção de uma posição no espaço em relação à força da gravidade, como girar, rolar etc.
- Habilidades de manipulação: movimentos que envolvem a relação da pessoa com algum tipo de objeto, como agarrar, bater, chacoalhar, arremessar etc.
- Habilidades de locomoção: movimentos que permitem os deslocamentos para exploração do espaço, como correr, andar, saltar etc.

Faça ainda com que percebam as diversas possibilidades de ocupação do espaço, a ginga coerente com o compasso marcado pelo ritmo e a expressão corporal manifesta com o sentido e o significado atribuídos à dança a fim de que valorizem e respeitem as manifestações culturais.

Cuide para identificar qualquer resistência ou preconceito em relação à prática corporal proposta.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: bastões ou garrafas PET.

Converse sobre a importância das músicas na relação com os movimentos realizados, principalmente na cultura afrobrasileira, em que a música e o som estão presentes em diversas manifestações.

Além de narrar histórias, as músicas e os instrumentos dão o tom para o movimento, e também proporcionam uma energização do ambiente.

Você encontra uma música para a dança maculelê neste endereço eletrônico: <<https://www.youtube.com/watch?v=iAnPFJ6enRE>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Auxilie os estudantes a criar formas de deslocamentos como as apresentadas na dança maculelê, como o andar e o saltitar e a ginga da cintura, buscando organizar movimentos em uma sequência, cuidando para que todos possam se apropriar da experiência.

Passe para o exercício de giro e mostre aos estudantes o trabalho de pernas para que estética e precisão sejam trabalhadas simultaneamente. Veja que o amortecimento da queda é fundamental para a junção de um movimento estético e preciso. A habilidade de estabilização é essencial para o sucesso de uma sequência de passos da dança maculelê.

Depois de aprimorar as habilidades de locomoção e estabilização, dê foco às habilidades de manipulação. Em vez de começar com bastões de madeira, você pode substituí-los, a princípio, por algum tipo de elemento alternativo, como

garrafas PET ou outro objeto que possa ser batido pelos estudantes mas que não cause acidentes, caso o movimento saia equivocado.

Explore as batidas dos bastões no chão e em diferentes posições do plano baixo, depois use as batidas no plano médio e termine com saltos e batidas no plano alto.

Oriente os estudantes a fazer individualmente exercícios para a aprendizagem e domínio da habilidade manual e, com o passar do tempo e da experiência, passar a fazer as práticas em duplas, trios e quartetos.

Com a autonomia e a responsabilidade deles, você pode fazer a transição do material alternativo para os bastões de madeira.

Você pode apresentar algumas possibilidades de movimentos para a experimentação individual, aos pares e coletiva, além de diversas possibilidades de formações e deslocamentos no espaço. Veja algumas possibilidades.



 Movimentos de batidas cruzadas aos pares.



 Batidas individuais com formação em roda.



//////
Batidas individuais com formação em linha.

Comece, então, a construir com os estudantes uma apresentação, mas para isso o primeiro passo é estruturar uma sequência de movimentos. Veja algumas possibilidades, mas dê espaço para a criatividade deles.

- Realizar batidas no plano baixo e deslocamentos com saltos.
- Realizar giros e batidas em duplas no plano alto.
- Realizar deslocamentos com saltitos e terminar com um salto e giro no plano alto.
- Realizar giro no plano baixo, deslocamentos e batidas dos bastões em duplas.

Organize com os estudantes uma sequência de movimentos com base nas experiências de criação e formule uma sequência de passos para compor uma apresentação de maculelê. Não se esqueça da intensidade dos movimentos para expressar corporalmente o sentido e o significado da dança em seus gestos.



Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, converse com os estudantes sobre a vasta possibilidade de exploração da dança maculelê, questionando-os e possibilitando que relatem as aprendizagens sobre o sentido e o significado da dança maculelê para os afrodescendentes; o ritmo, os gestos e a ocupação do espaço na dança maculelê; quais são as habilidades motoras presentes na dança. É importante que percebam as habilidades, como saltar, andar, girar.



Registrando

Como registro, oriente-os para que identifiquem uma dança que guarde semelhanças com o maculelê, seja pelo simbolismo, pelas habilidades, pelo ritmo, pelos gestos, seja pelas formas de ocupação do espaço.



Avaliação

Utilize os registros e suas anotações sobre os diferentes momentos de aprendizagens (contextualização, experimentação e diálogo) para compor a avaliação dos estudantes.

Prática 3: JACUNDÁ



Conhecendo a prática corporal

Jacundá é uma dança bastante comum no Amazonas e no Pará, em um local inicialmente habitado pelos indígenas conhecidos como Gaviões do Pará ou Paracatejês, cidade hoje chamada de Jacundá. A dança recebe esse nome porque simboliza o peixe jacundá, comum nessa região. As manifestações da cultura indígena estão fortemente relacionadas à natureza, e nesse caso a dança simboliza a pesca.

Dançada com formação no espaço em roda, aos pares, com um par no centro dela, simboliza a pescaria em uma expressão que mistura dança e brincadeira. Os integrantes da roda cantam e dançam de mãos dadas, dando dois passos para a esquerda e dois para a direita, impedindo que o casal que está ao centro, representando os peixes, escape. Caso o par consiga sair do centro da roda, o casal que não conseguiu impedi-lo entra nela.

Proponha alguns questionamentos aos estudantes:

QUESTÕES GERADORAS



- O que a dança jacundá representa para os indígenas?
- Quais desafios encontramos nas danças circulares para coordenar nossos movimentos com os do grupo?
- De quais estratégias e habilidades precisamos para escapar do centro de uma roda?



Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento de áudio.

Peça aos estudantes que formem uma roda, alternando a formação entre meninos e meninas para a constituição de pares.

Escolha dois participantes para ocupar o centro da roda, representando os peixes jacundás.

Você pode colocar uma música para marcar o ritmo dos passos. Você encontra uma opção em: <<https://www.youtube.com/watch?v=DYVoyV9dyr8>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Então, oriente os integrantes da roda que, ao ritmo da música, de mãos dadas, deem dois passos para a direita e depois dois passos para a esquerda, e assim sucessivamente.

Os integrantes do centro da roda devem tentar escapar dela, e por onde conseguirem sair farão com que, automaticamente, a dupla entre na roda em seus lugares.

Proponha aos estudantes algumas variações na execução dos passos, como dar dois passos para a esquerda, dar um pequeno saltito, para então direcionar dois passos à direita, repetindo o mesmo movimento. Outra variação pode ser em relação a quem está no centro, que deve também dançar no compasso da música, mantendo as mãos dadas, até mesmo durante a fuga.



JOSE LUIS JUHAS

//////
Jacundá.

Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, converse com os estudantes sobre as percepções que tiveram em relação à experimentação. Questione-os sobre os desafios de dançar de mãos dadas em círculo; as dificuldades encontradas ao tentar escapar do centro da roda; as habilidades e as capacidades presentes na dança; os movimentos, o compasso, os deslocamentos e as formações no espaço.

Conversem, ainda, sobre os elementos da cultura indígena presentes na dança jacundá, e proponha-lhes que reflitam e relatem como eles percebem a cultura indígena na formação cultural brasileira.

Registrando

Como registro, oriente os estudantes a identificar diferenças e semelhanças em relação aos gestos, ao ritmo e ao espaço entre as danças jacundá e maculelê, respectivamente de matriz indígena e africana.

Oriente-os a montar dois quadros. Em um eles devem identificar os elementos constitutivos da dança jacundá e no outro, os da maculelê.

É importante que percebam diferenças e semelhanças entre formações, deslocamentos, gestos, compasso, sentido e significado cultural.

Avaliação

Proponha aos estudantes que comparem as próprias percepções com as dos demais colegas e vejam detalhes percebidos uns pelos outros, a fim de que compreendam os diferentes pontos de vista, percepções e argumentações.

Com base nas suas observações, intervenções, anotações e no registro feito pelos estudantes, faça uma avaliação e lhes dê um retorno sobre as aprendizagens dos elementos constitutivos das danças como parâmetro para a análise e o reconhecimento de diferenças e semelhanças entre as danças, sejam elas brasileiras, indígenas, africanas, ou do mundo.

Prática 4: TROIKA

Conhecendo a prática corporal

A Rússia é um dos maiores países do mundo, e, dada a sua extensão territorial, apresenta grande diversidade de danças folclóricas, assim como o Brasil. Além disso, os russos são referência em dança, especialmente por sua excelência no *ballet*, reconhecido mundialmente. A principal escola de *ballet* russo é a do Teatro Bolshoi, que possui uma filial no Brasil.

Além da dança clássica, a Rússia possui uma diversidade de danças folclóricas que remetem à vida no campo e seus costumes, como a *troika*, palavra que significa “três cavalos amarrados”.

A dança, portanto, é inspirada em uma carruagem ou trenó puxado por três cavalos, na qual seus participantes imitam o galope dos equinos.

Outros povos eslavos praticam danças similares a essa, como as danças polonesas *krakowiak* e *trojak*.



//////
Troika.

A *troika* é dançada de forma coletiva com divisão de grupos compostos de um homem e duas mulheres. O homem posiciona-se ao centro, e as mulheres, nas laterais,

ELMWSHUTTERSTOCK

e juntos, de mãos dadas, realizam movimentos de galope, caminhada, roda, batidas de pés e passam por baixo dos braços uns dos outros.

Você pode exibir um vídeo aos estudantes para que possam conhecer e fruir com essa dança, como este disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=WxAiMVJgBpY>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

QUESTÕES GERADORAS



Quais são os gestos presentes na *troika*? Como vocês os interpretam?

De quais estratégias precisamos para dançar em trio, harmonizando nossa ocupação no espaço e realizando gestos no ritmo da música?

Vocês conhecem outras danças inspiradas em situações presentes no cotidiano, seja para expressar, seja para remeter à natureza, ao trabalho ou aos costumes de uma comunidade?

O que vocês conhecem sobre a cultura russa?



Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento de áudio.

Organize a turma em trios e ao som de música típica da *troika*, disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=RYcMkhX7b-U>> (acesso em: 5 abr. 2021), possibilitando que sintam e experimentem ritmo, gestos e deslocamentos livres no espaço.

Posteriormente, apresente-lhes alguns passos dessa dança típica russa.



//////
Galope.



//////
Passagem por baixo dos braços.



//////
Roda.

De acordo com o repertório de outras experimentações que os estudantes já vivenciaram, conversem sobre as possibilidades de acrescentar outros movimentos, possibilitando que ajustem novos elementos ao ritmo e ao espaço de dança, como o movimento de tesoura do frevo e/ou seus saltitos com chutes à frente.



Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, reúna os estudantes em roda e conversem sobre a experimentação da dança russa *troika*.

Questione-os sobre os desafios encontrados na experimentação dos movimentos e do ritmo e as estratégias utilizadas para superá-los; sobre as sensações percebidas na experimentação; sobre as capacidades físicas e habilidades motoras presentes; sobre as partes do corpo requisitadas; sobre as impressões que tiveram em relação às danças de modo geral e sobre como expressam elementos da história e do contexto das comunidades que representam.



Registrando

Como registro, peça aos estudantes que escolham uma dança, seja ela brasileira, seja de outras partes do mundo, de matriz indígena ou africana, para que identifiquem elementos como: sentido e significado da dança, ou seja, em que elemento ela é inspirada; gestos, movimentos e ritmos; e se existem situações de preconceito em relação à sua prática.

Monte uma exposição com as produções dos estudantes, possibilitando que apreciem os trabalhos uns dos outros, e peça-lhes que elejam algumas dessas danças para experimentação.



Avaliação

Organize todo o material produzido pelos estudantes nessa unidade, para que percebam quanto puderam aprender sobre as danças. Sugerimos dar-lhes um retorno por escrito, individualmente, para que leiam as suas sugestões, reconheçam os próprios avanços e os pontos que precisam aprimorar.

NÃO PARE POR AQUI

As práticas aqui apresentadas são algumas possibilidades para a experimentação das danças brasileiras, do mundo, de matriz indígena e africana, favorecendo a compreensão dos elementos constitutivos das danças; a ampliação do acervo motor, cultural e cognitivo na busca de estratégias para superar os desafios das danças; e a valorização e o respeito às diferentes culturas.

No entanto, você pode realizar outras práticas, de acordo com a estrutura escolar, as características regionais e as necessidades dos estudantes, lembrando-se, nas suas criações ou adaptações, de referenciar-se na BNCC e nas indicações de habilidades, competências e dimensões do conhecimento.

Você pode encontrar outros materiais de apoio em:

Cultura indígena: <<https://www.youtube.com/watch?v=fBy3LFe3dl>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Danças do mundo: <<https://www.youtube.com/watch?v=c-FUKCdX2TQ>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Danças folclóricas brasileiras: <https://www.youtube.com/watch?v=FJVj1kT0G_E>. Acesso em: 5 abr. 2021.

LABAN, Rudolf. *Dança educativa moderna*. São Paulo: Ícone, 1990.

MARQUES, Isabel A. *Dançando na escola*. São Paulo: Cortez, 2012.

OLIVEIRA, Marilza. *Danças indígenas e afro-brasileiras*. Salvador: Universidade Federal da Bahia, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/30849/1/eBook%20Dan%3%a7as%20Ind%3%adgenas%20e%20Afrobrasileiras.pdf>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

VERDERI, Érica Beatriz. *Dança na escola*. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.



ROB LEWINE/TETRA IMAGES/GETTY IMAGES

//////
 Jogo de oposição queda de braço. Fotografia de 2015.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 5, 6, 7 e 10

Objetivos

- Experimentar jogos comunitários e regionais de lutas ou de oposição que envolvam agarrar, puxar, derrubar e imobilizar o adversário.
- Experimentar, fruir e valorizar as lutas de matriz indígena e africana.
- Perceber as diferenças entre brigar e lutar.
- Desenvolver habilidades estratégicas envolvidas no lutar.
- Identificar os movimentos corporais presentes nas lutas e sua diferenciação em relação às demais práticas.
- Compreender a importância das práticas corporais para o desenvolvimento de um ambiente comunitário, no qual o respeito ao oponente e às regras de segurança são importantes.

CONVERSANDO SOBRE LUTAS

A luta é uma atividade ancestral de sobrevivência. Os homens lutavam contra animais ou contra tribos opostas para defender-se de diversas ameaças. Essa prática corporal é considerada uma das mais antigas do mundo, percorrendo os povos babilônicos, egípcios, japoneses, chineses, gregos e romanos, desde muitos anos antes de Cristo.

O lutar também é uma forma de expressão corporal presente nas sociedades do mundo todo, e, no 4º ano, os estudantes conhecerão as lutas regionais e comunitárias e as pertencentes às matrizes indígena e africana, diferenciando o lutar e o brigar em contextos diversos.

Os jogos de luta regional e comunitária são pequenas brincadeiras de conteste, em que os estudantes, ao experimentar o agarrar, o puxar, o derrubar e o imobilizar, entre outros gestos da luta, têm a oportunidade de se opor ao adversário usando a força e o equilíbrio para vencê-lo por meio de brincadeiras de oposição que atravessam gerações.

As lutas indígenas, por sua vez, proporcionam aos estudantes a experimentação da cultura indígena e do que a luta representa para ela, em muitos casos praticada como ritual de passagem dos jovens para provar a força e a virilidade necessárias à sobrevivência, pautando o aprendizado no respeito à natureza e aos animais, muitas vezes seus oponentes em situações de sobrevivência. Já as lutas de matrizes africanas misturam muitos simbolismos, das lutas para provar a força àquelas realizadas com a mescla de dança, religião e movimentos de ataque e defesa.

PRATICANDO LUTAS

Prática 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO



Conhecendo a prática corporal

Ao escutar o professor de Educação Física falar: “Vamos aprender sobre as lutas!”, muitos estudantes começam a se animar, se empurrar, dar risadas, fazer gestos típicos com braços e pernas e falam: “Briga! Briga!”. Esse é o pontapé inicial da unidade de lutas: a diferenciação entre lutar e brigar, abordando esse tema antes de qualquer prática.

Antes de aprofundar os conhecimentos sobre as semelhanças e diferenças entre luta e briga, converse com os estudantes sobre esse tema.

Pergunte-lhes:

QUESTÕES GERADORAS



- O que é uma luta?
- O que é uma briga?
- Quais lutas vocês conhecem?
- Quais elementos estão presentes nas lutas?
- Quando uma luta pode ser violenta?

As questões subjetivas são fundamentais, pois aquilo que pode ser classificado por um estudante como violento pode não ser para o outro. Compreender a diferença entre luta e briga e entre luta e violência é fundamental para toda a sequência do trabalho dessa unidade.

Possibilite que os estudantes verbalizem as próprias impressões a respeito da prática corporal. É importante verificar os conhecimentos prévios deles, bem como pontuar que vão experimentar alguns movimentos das lutas e precisam assumir, para tanto, uma postura de cuidado e respeito com o colega.

Nessa prática, apresentamos disputas individuais e grupais, experimentando os jogos de oposição que envolvem as habilidades de puxar, empurrar, agarrar e imobilizar o oponente. É importante que os estudantes percebam que essas práticas guardam semelhanças com os elementos presentes nas lutas.

Inicie com as práticas quando estiver seguro de que os estudantes conseguiram compreender a diferença entre luta e briga. Segundo essa perspectiva, estabeleça a dinâmica das ações e construa com eles as regras fundamentais para o bom andamento da atividade e o respeito mútuo entre os participantes, garantindo a segurança de todos.



Vivenciando a prática corporal

Cabo de guerra

Material: uma corda de sisal ou náilon de comprimento acima de 3 metros.

Esse é um jogo de oposição bem popular, conhecido pela disputa entre duas equipes que ficam alinhadas nas extremidades da corda. Eles precisam segurar a corda, usar a força de membros superiores e o equilíbrio de pernas para resistir aos puxões da equipe adversária. O objetivo é puxar os oponentes na própria direção, deslocando-os para a frente.



//////
Cabo de guerra.

Guerra de polegares

Material: não é necessário nenhum material específico.

É um jogo de luta tradicional entre dois oponentes que seguram as mãos opostas, mantendo os polegares elevados. Dada a partida inicial, tentam agarrar o polegar do adversário prendendo-o embaixo do próprio dedo, e não permitindo que o próprio polegar seja capturado. Não é permitido soltar as mãos, e é recomendado trocar as duplas várias vezes para valorizar as relações sociais na comunidade escolar.

Após a experimentação, peça aos estudantes que desafiem adultos e outras crianças em casa, resgatando a ludicidade dos jogos de oposição regionais.

Valorize os processos de ganhar e perder presentes nessa disputa, ensinando formas de enfrentamento das frustrações.



//////
Guerra de polegares.

Queda de braço

Material: não é necessário nenhum material específico.

Aqui, novamente, é necessário formar duplas e variá-las ao máximo. Deixe que os estudantes se desafiem livremente, sugira duplas mistas e faça as mediações necessárias.

Explique-lhes que essa é uma disputa bem antiga, com data não mensurada, mas com registros dessa prática nas antigas civilizações por meio de estátuas, pinturas ou gravuras.

Dois oponentes, com os cotovelos apoiados em uma mesa, em um banco ou no chão, entrelaçam as mãos opostas e tentam encostar o dorso da mão do adversário sem desencostar o cotovelo da superfície.



//////
Queda de braço.

Dialogando sobre a prática

Após a experimentação, aproveite a oportunidade para reforçar os aprendizados e as percepções sobre o brigar e o lutar.

Peça aos estudantes que relatem aspectos relacionados às lutas nos jogos vivenciados, perguntando-lhes: Quais elementos estavam presentes? O que sentiram no corpo, como cansaço, fadiga, suor? Quais capacidades físicas e habilidades motoras estiveram presentes? Por que acham que as regras são importantes?

Permita que os estudantes expressem as próprias impressões sobre as atividades, exercitando a oralidade, a argumentação e a comunicação.

Registrando

Peça aos estudantes que registrem as respostas no caderno. Eles devem, ainda, fazer um relato sobre o próprio gosto pessoal acerca das práticas das lutas, dizendo se gostaram; como foi a interação com o colega; o que poderiam sugerir para a atividade ser igual para todos e o que entenderam sobre a diferença entre brigas e lutas.

Avaliação

Utilize os registros dos estudantes como avaliação. Forme uma roda e peça-lhes que compartilhem as próprias impressões a fim de que percebam as diferenças de afinidade com as lutas, uma vez que essa prática requer,

na maioria das vezes, interação com o corpo do outro no sentido de subjugá-lo. Valorize questões importantes das práticas das lutas como conhecimento pessoal, respeito ao outro e desenvolvimento das habilidades motoras e das capacidades físicas. Proponha aos estudantes a elaboração de uma frase que corresponda à intenção da classe durante as práticas das lutas, valorizando e respeitando as diferenças entre todos.

Prática 2: LUTA DE MARACÁ OU DERRUBA TOCO



Conhecendo a prática corporal

Essa luta recebe dois nomes diferentes de acordo com a região onde é praticada. A luta de maracá é praticada pelos Tupinambá na região costeira da Bahia, Rio de Janeiro e São Paulo, enquanto a de derruba toco é praticada pelos Pataxó no extremo sul da Bahia e norte de Minas Gerais, normalmente após os casamentos indígenas.

Nessa luta, há uma disputa entre dois lutadores, que tentam derrubar um toco de madeira usando uma parte do corpo do adversário.

É uma prática indígena com potencial elevado para envolver, deixar todos sem piscar, para não perder o golpe crucial que levará o oponente a tocar no toco e derrubá-lo. Trata-se de um bom controle emocional e uma grande capacidade de superar as derrotas, tendo em vista a presença de muitos espectadores.

Você pode exibir um vídeo para que os estudantes visualizem a prática: <<https://www.youtube.com/watch?v=syEJ4iCbZ50>>. Acesso em: 7 abr. 2021.

Depois, pergunte aos estudantes:

QUESTÕES GERADORAS



- Será que as mulheres participam dessa luta?
- Vocês conseguem se imaginar experimentando essa luta indígena?
- É possível praticar essa luta aqui na escola?
- Que adaptações de regras, lugares, vestuário e participantes teríamos de fazer?



Vivenciando a prática corporal

Arranca mandioca

Material: não é necessário nenhum material específico.

Faça um aquecimento com a brincadeira arranca mandioca para envolver os estudantes na temática da cultura indígena, suas nuances e encantamentos.



Brincadeira indígena arranca mandioca.

Uma criança senta-se no chão e agarra, com toda a sua força, um tronco de árvore, um poste ou a trave do gol. Esse objeto fixo simboliza a mandioca. Atrás dessa criança, outras vão se abraçando e se enfileirando. Uma outra criança ficará de fora e será a coletora de mandiocas. Ela puxará a última criança abraçada à fila e tentará fazer com que ela se solte das demais. Uma opção é fazer cócegas para facilitar a soltura. A criança que for solta deve ajudar a coletora, tirando as outras, uma por vez.

Pode-se realizar a brincadeira com todos os estudantes juntos, ou organizar a turma em dois ou três grupos. Estimule grupos mistos e sugira a eles estratégias de como utilizar a força e o equilíbrio a favor desse jogo de oposição.

Luta de maracá ou derruba toco

Materiais: garrafa PET, giz e espaço de, aproximadamente, 3 m × 3 m forrado com tatames de EVA, colchões ou gramado.

Nas tribos indígenas, os lutadores entram em um círculo de cerca de 8 metros de diâmetro. Um toco de árvore fica no centro, entre eles. O objetivo é derrubar o toco utilizando alguma parte do corpo do adversário.

Peça aos estudantes que levantem hipóteses sobre as adaptações necessárias:

- Espaço: qual é o tamanho do círculo?
- Piso: usaremos qual piso para amortecer as quedas?
- Duplas: como dividiremos os pares?
- Regras: quantos minutos cada dupla terá para as tentativas de derrubar o objeto? O que acontece com quem ganhar ou perder?

Após estabelecer esses combinados, retome a importância de respeitar o adversário e cuidar para que ele não se machuque.

Estas são algumas sugestões de adaptações para a otimização da prática: reduzir o espaço da luta; meninos e meninas podem disputar em igualdade; usar um giz para demarcar o espaço; o toco de madeira pode ser outro objeto, como uma garrafa plástica ou cone.



//////
Luta derruba toco.

Dialogando sobre a prática

Neste diálogo, valorize as questões ritualísticas das lutas que estão muito presentes na cultura indígena, questionando os estudantes sobre o que acham dos significados envolvidos nas lutas. É importante que percebam que as lutas são muito presentes em muitas culturas, mas que em muitas delas têm um sentido diferente. Em algumas, como na que experimentaram, a luta tem caráter secundário, pois envolve um ritual de aproximação entre dois jovens.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que façam um desenho sobre a luta de maracá. Eles devem desenhar todos os detalhes da luta: os participantes; o vestuário; o espaço; os objetos; enfim, tudo o que foi significativo e marcante para eles. Devem, ainda, registrar as capacidades físicas e, as habilidades motoras envolvidas, as regiões corporais mais solicitadas, se é necessária alguma estratégia para vencer a luta e, principalmente, comentar sobre a questão ritualística.

Avaliação

Reúna-os em roda, retome as questões disparadoras e compare as respostas. As hipóteses no início da prática foram as mesmas após a prática? O que mudou após a experimentação? O que acham sobre as mulheres participarem de lutas?

Possibilite aos estudantes que verbalizem as próprias impressões. Registre pontos das falas deles que julgar importantes. Faça a mediação entre possíveis momentos de discórdia, propondo-lhes que defendam os seus argumentos.

Valorize falas conciliadoras e de incentivo. Finalize pontuando a cada estudante as suas observações de modo a incentivar os avanços deles nas aprendizagens sobre as lutas e demais práticas corporais.

Prática 3: CAPOEIRA

Conhecendo a prática corporal

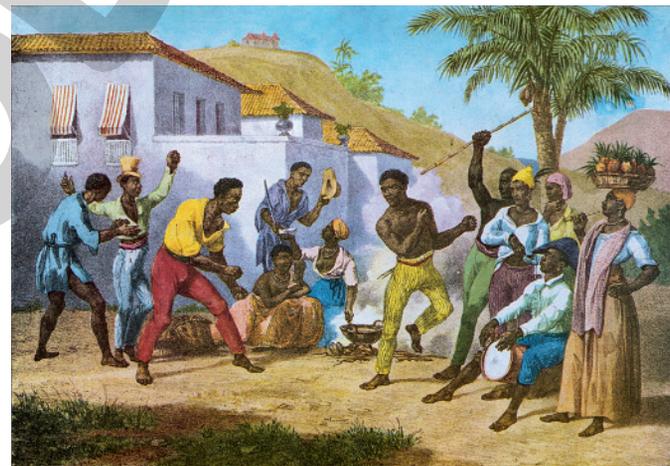
QUESTÕES GERADORAS

Quem já viu uma roda de capoeira?
A capoeira é uma dança ou uma luta?
Por quem a capoeira é praticada?

A capoeira é uma luta de matriz africana que surgiu como uma forma de sobrevivência à opressão e à degradação da condição humana impostas aos negros em forma de escravidão.

Confinados em condições impróprias, os negros escravizados trazidos da África ao Brasil e seus descendentes, em seus momentos de trabalho não forçado, conseguiam reunir forças para lembrar os traços culturais de suas terras distantes, seus rituais religiosos, suas músicas, suas canções e suas danças.

Nesse contexto de preservação das raízes africanas, da indigência da vida escrava no Brasil, da ânsia pela dignidade e pela liberdade, surge a capoeira, uma espécie de jogo-dança-luta, formando uma complexa atividade repleta de significados que buscava o reviver da cultura nativa e a luta pela liberdade.



//////
Johann Moritz Rugendas. *Jogo de capoeira ou dança de guerra*, em Salvador, litografia colorida à mão, 35,5 cm × 51,3 cm, em *Viagem pitoresca ao através do Brasil*, 1835.

Mas, afinal, a capoeira é uma luta, um jogo ou uma dança? Por razões didáticas, a capoeira frequentemente se estabelece na unidade de lutas, mas essa prática corporal é muito mais do que isso. Ela é uma mistura de dança com gingados ao som de tambores em que capoeiristas daquela época se uniam para praticar movimentos harmoniosos, entremeados de golpes prontos para serem usados em situações diversas, principalmente de fuga em direção à sonhada liberdade.

Aponte aos estudantes que a base da luta é voltada para a sobrevivência, e reforce, então, como se deu o surgimento da capoeira, prática de luta de sobrevivência camuflada de ações de dança e de jogo.

A capoeira é um complexo sistema de significados. Por isso, a capoeira precisa entrar na escola com toda a sua complexidade, com o ensino de sua contextualização histórico-cultural, o gingado, os golpes, a roda, as músicas, os instrumentos, as roupas e todo o seu simbolismo.

Em uma análise de prática social, a capoeira engloba fortemente o senso de pertencimento. A ideia de fazer parte de um grupo comunitário é uma possibilidade de trabalho no programa escolar. A escola como fonte de socialização secundária, responsável pela compreensão das diferenças e da convivência pacífica em face delas, tem na capoeira uma grande oportunidade de trabalhar conceitos como formação comunitária, companheirismo, respeito, valores ligados ao coletivo e inclusão.

Vivenciando a prática corporal

Movimentos básicos da capoeira

Material: não é necessário nenhum material específico.

Os movimentos da capoeira são compostos de ginga, movimentos de defesa, ataque e deslocamentos.

Alguns movimentos podem ser complexos para os estudantes, por isso lembre-se de que cada um tem seu tempo de aprendizagem e de que o objetivo principal é a experimentação. Portanto, não se deve exigir um movimento tecnicamente perfeito.

Ginga

Sem ginga não há capoeira. Todos os golpes começam e terminam nela. A ginga é um movimento executado para trás, na contramão daquilo a que estamos acostumados, porque a princípio ela parece com o caminhar de marcha à ré.

Conhecer a ginga é fundamental para compreender a sua função na preparação para os golpes, que são executados com a propulsão da perna que está atrás.




Ginga.

Outro elemento fundamental da ginga é a posição do braço, já que ele protege a parte frontal do corpo, tórax e rosto, como um escudo protetor. O braço precisa estar sempre colocado de maneira firme para receber o impacto de um golpe e proteger a região do coração e do cérebro, dois órgãos vitais do corpo humano.

A ginga altera a posição dos braços a cada movimento de troca de posição das pernas. Assim, o balançar constante dos braços permite o acúmulo de energia para realizar algum golpe.

Note que pernas e braços opostos vão à frente, enfatizando um estímulo contralateral.

Uma forma interessante de realizar a aprendizagem do gingado é em duplas, de forma espelhada.

Cocorinha

Essa é uma posição de defesa dos golpes do adversário. Na posição agachada, com as solas dos pés totalmente em contato com o piso, apoiando uma das mãos no chão ao lado do corpo e a outra, protegendo o rosto.




Cocorinha.

Negativa

A negativa é uma forma de se esquivar dos golpes.

Uma perna é esticada à frente, com o calcanhar tocando o chão. O braço deste mesmo lado, esticado, apoia o corpo no chão, enquanto a outra perna se posiciona flexionada para trás e o outro braço protege o rosto.




Negativa.

Aú

É um importante movimento da capoeira, também conhecido popularmente com o nome de “estrelinha”. É o movimento inicial da roda de capoeira, usado também, estrategicamente, em deslocamentos, tanto para fins de defesa quanto de ataque.

Ajude os estudantes a executar esse movimento demarcando o piso com uma corda ou um risco com giz. Peça-lhes, então, que se coloquem na posição inicial, com pernas e mãos apoiadas no chão, cujo desafio é sair de um lado da marcação e chegar ao outro, transpondo as pernas para o ar como em um salto lateral. À medida que vão ganhando confiança, acompanhe para que haja uma elevação progressiva das pernas.

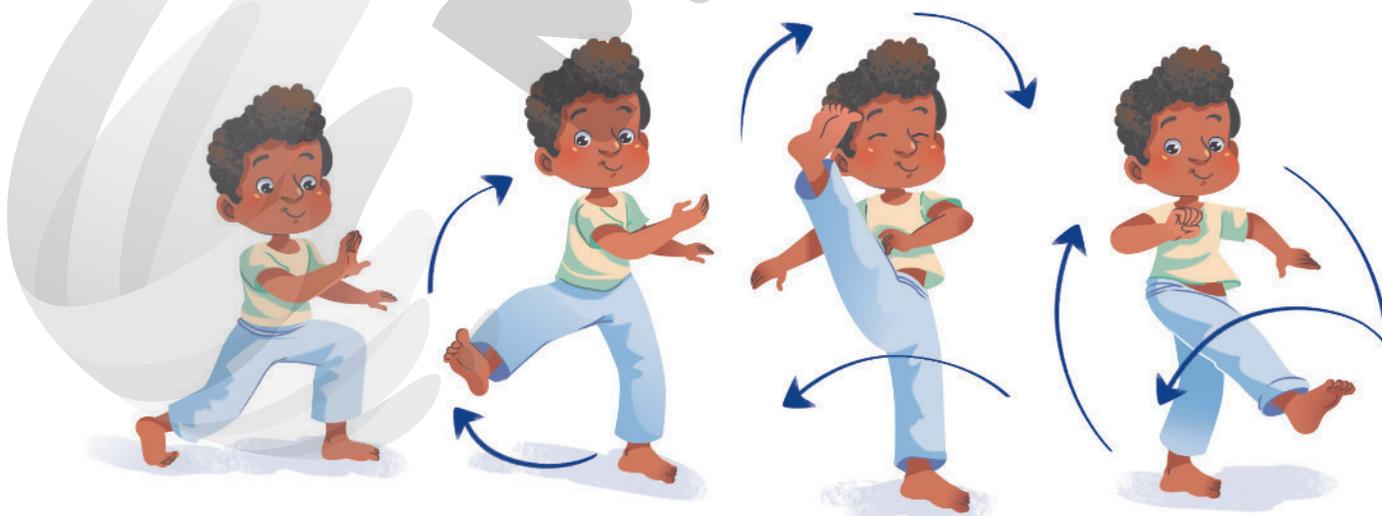


//////
Aú.

Meia-lua de frente

A meia-lua de frente é um giro de perna à frente, utilizado como ataque. Para dar referência da altura da elevação das pernas, no primeiro momento de aprendizagem, coloque os estudantes de frente para algum objeto que possa ser uma barreira física (cones, cadeira ou corda).

Então, em um segundo momento, forme duplas frente a frente. Enquanto um executa o movimento da ginga combinado com o da meia-lua de frente, o parceiro se abaixa em uma das posições de defesa, como a cocorinha. Depois eles se alternam para garantir que ambos façam as duas ações. Para reforçar a aprendizagem, troque de duplas.



//////
Meia-lua de frente.

Martelo

O martelo é um golpe de ataque, no qual uma das pernas mantém a base e enquanto a outra eleva o joelho à altura do quadril, esticando a perna para chutar, tentando atingir o adversário com o peito do pé.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS



////
Martelo.

Do individual para o coletivo: a roda de capoeira

Material: aparelho de som com músicas de capoeira ou instrumentos, como berimbau.

Depois de apresentar aos estudantes e experimentar os movimentos básicos da capoeira, o momento seguinte é o de juntar o repertório aprendido em uma sequência de ações.

Em duplas, peça aos estudantes que desenvolvam uma série de movimentos escolhendo diferentes golpes de ataque e defesa.

É importante destacar que agora a aprendizagem se baseia em três pilares fundamentais:

1. A escolha do movimento para elaborar uma sequência de capoeira, de modo a fixar a ginga como elemento central e os golpes concatenados para dar fluência e dinâmica à ação.
2. A aprendizagem da leitura corporal do parceiro é fundamental para a escolha dos movimentos, pois o jogo é dinâmico, e a previsão e a escolha devem acontecer em fração de segundos, dependendo do movimento que ambos executam.

3. A formação de uma identidade de grupo na roda de capoeira faz com que os estudantes ganhem mais harmonia e eficiência na ação coletiva da capoeira; mesmo com um pequeno repertório, é possível um ambiente harmonioso de prática de luta.

Para a prática da capoeira, dois elementos são fundamentais: a música e a roda.

A **música** é caracterizada pelos elementos da cultura africana.

O bom capoeirista precisa saber tocar instrumentos, cantar, acompanhar com palmas, além de gingar no meio da roda.

Durante todo o ciclo de aprendizagem dos movimentos, coloque músicas de capoeira. Você pode ainda conversar sobre os significados e a simbologia das canções e dos instrumentos.

Música sugerida para a prática: <<https://www.youtube.com/watch?v=J-yptQxdHW8>>. Acesso em: 7 abr. 2021.

Os instrumentos utilizados na roda de capoeira, normalmente, são o pandeiro, o atabaque e o berimbau, mas em algumas rodas outros instrumentos da cultura africana podem ser observados.



////
Instrumentos utilizados na capoeira.

A **roda** tem um ritual que consiste em um conjunto de regras que ordenam o comportamento dos jogadores dentro da roda e no jogo em geral.

1. Dois capoeiristas entram na roda através de uma região conhecida como boca da roda.
2. Posicionam-se em cocorinha em frente aos instrumentos musicais, dão-se as mãos e, simultaneamente, realizam um aú.
3. Inicia-se então o jogo, que deve se restringir ao espaço da roda.
4. Para entrar na roda, deve-se "comprar" o jogo. Um capoeirista se posiciona na boca da roda de cócoras e, quando percebe o momento oportuno, interrompe o jogo, colocando-se à frente daquele com quem deseja jogar.

5. No final da roda, o encerramento acontece com cantigas de despedida.

Após apresentar todo esse ritual aos estudantes, convide-os para fazer uma roda e jogar a capoeira em grupo.



Crianças quilombolas jogando capoeira durante a Festa de Cultura Afro em homenagem ao Dia da Consciência Negra, Araruama, RJ, 2015.

Dialogando sobre a prática

Ao final das experiências, dialogue com os estudantes por meio de questionamentos: O que vocês aprenderam durante a prática da capoeira? O que vocês melhoraram durante a aprendizagem que tenha exigido esforço? Onde vocês podem praticar ou assistir a rodas de capoeira?

Reforce ainda a importância da capoeira como elemento cultural e sua representação de parte da história do povo negro escravizado no Brasil.

Registrando

Como a capoeira é uma expressão da cultura humana, fruto de um coletivo de autores, os registros e as avaliações

precisam reproduzir essa característica de trabalho produzido de forma colaborativa.

Desde o início da atividade, peça aos estudantes que registrem a evolução do trabalho da maneira que lhes convier: fazendo desenhos; tirando fotografias; filmando trechos da aula; escrevendo relatos ou poemas; trazendo informação relacionada às experiências de outras fontes, como jornais, revistas, depoimentos de familiares; pesquisas sobre as cantigas de capoeira, entre tantas outras possibilidades. Incentive cada estudante a descobrir sua principal habilidade de registro.

Oriente-os a trazer os registros sempre que forem produzidos; guarde-os, então, em uma pasta física e/ou virtual para preservar os registros cheios de memórias afetivas.

Ao final do trabalho, abra as pastas e faça uma grande apresentação dos registros, pedindo aos respectivos autores que se sintam livres para construir relatos da experiência com base nos arquivos cuidadosamente guardados.

Na sequência, organize uma exposição de aprendizagem, faça a curadoria com os estudantes, escolham os arquivos mais significativos e organizem a forma de exposição. Decidam juntos se a exposição será aberta aos outros estudantes da escola ou se permanecerá em local restrito ao grupo que participou do projeto e qual será o tempo de exposição, se permanente ou temporário.

Avaliação

Para a avaliação dos estudantes, considere suas observações e suas anotações feitas no decorrer do desenvolvimento da atividade proposta, acrescentando, ainda, os registros feitos ao longo da experimentação e os diálogos construídos em torno das aprendizagens.

NÃO PARE POR AQUI

De acordo com os recursos disponíveis na estrutura escolar, é possível ampliar ou adaptar as atividades sugeridas a fim de assegurar oportunidades adequadas de aprendizagem para todos os estudantes, construindo outras práticas pautadas nas competências, habilidades e dimensões do conhecimento preconizadas na *Base Nacional Comum Curricular - BNCC*.

A seguir estão alguns materiais de consulta:

Origem e história da capoeira: <<https://www.youtube.com/watch?v=Glnb76LhHU0>>. Acesso em: 7 abr. 2021.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física*. Porto Alegre: Penso, 2015.

SANTOS, Sérgio Luiz Carlos dos. *Jogos de oposição: ensino de lutas na escola*. São Paulo: Phorte, 2012.



JENI_PAYLESS/SHUTTERSTOCK

Menina jogando *dodgeball*, s. d.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9 e 10

Objetivos

- Vivenciar brincadeiras e jogos populares do Brasil, do mundo, e os de matrizes indígena e africana.
- Vivenciar e recriar as brincadeiras e os jogos nas suas recriações regionais e comunitárias, valorizando a diversidade cultural.
- Reconhecer a diversidade cultural brasileira, valorizando e respeitando o patrimônio cultural.
- Valorizar as práticas visando ao desenvolvimento físico e social dos estudantes.
- Ampliar a consciência corporal, o planejamento e as estratégias na superação dos objetivos propostos pelas brincadeiras e pelos jogos.

CONVERSANDO SOBRE BRINCADEIRAS E JOGOS

As brincadeiras e os jogos são atividades muito importantes para o desenvolvimento de cada indivíduo. Elas contribuem para o aprimoramento das capacidades físicas, das habilidades motoras, das relações sociais e para a formação do caráter. Por meio delas, também é possível conhecer as culturas de várias regiões e países do mundo, e reconhecer a formação cultural brasileira como fruto da influência de diferentes nações e povos.

As brincadeiras, geralmente, apresentam um caráter recreativo, possibilitando a interação social, a oportunidade da diversão e do lazer. Já os jogos, apesar de muitas vezes incluírem também esses aspectos, trazem a competição, que pode ser útil para formar valores como respeito, esforço, dedicação, cooperação, superação, entre outros.

Darido (2013)¹ afirma que, ao permitir uma flexibilidade que o esporte não possibilita, o jogo compreende diferentes situações e aspectos, manifestando-se de formas competitivas, cooperativas ou recreativas, tornando-se assim uma excelente estratégia para desenvolver os estudantes, tanto nos aspectos motores quanto na criação de valores éticos.

Assim, é necessário utilizar as brincadeiras e os jogos como ferramentas essenciais para contemplar as necessidades das crianças, sempre respeitando suas características e individualidades. É natural que a criança possua características egocêntricas e, aos poucos, aprenda a dividir, consiga construir relações, entenda os fracassos e celebre as vitórias.

De acordo com Luciana Alves e Maysa Alahmar Bianchin:

[...] o jogo como instrumento de aprendizagem é um recurso de extremo interesse dos educadores, uma vez que sua importância está diretamente ligada ao desenvolvimento do ser humano em uma perspectiva social, criativa, afetiva, histórica e cultural (ALVES; BIANCHIN, 2010. n. p.)².

É essencial que as aulas de Educação Física na escola possibilitem aos estudantes vivenciar atividades com essas intencionalidades, desenvolvendo seu caráter, sua criatividade e construindo valores importantes para seu

¹ DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira. *Para ensinar educação física: possibilidades de intervenção na escola*. 7. ed. Campinas: Papirus, 2013.

² ALVES, Luciana; BIANCHIN, Maysa Alahmar. O jogo como recurso de aprendizagem. *Revista Psicopedagogia*. São Paulo, v. 27, n. 83, 2010. Disponível em: <<https://www.revistapsicopedagogia.com.br/detalhes/210/o-jogo-como-recurso-de-aprendizagem>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

desenvolvimento integral como cidadãos. Nesse sentido, Makiguchi afirma que:

[...] A criação de valores é, na realidade, a essência da natureza humana. Quando elogiamos pessoas por sua “força de caráter”, estamos, na verdade, reconhecendo sua capacidade superior de criar valores (MAKIGUCHI, 2002, p. 23)³.

No 5º ano do Ensino Fundamental, por meio das brincadeiras e dos jogos do Brasil, do mundo e de matrizes indígena e africana, nas suas adaptações para o contexto regional e escolar, além de trabalhar as capacidades físicas e motoras e as questões históricas, culturais e sociais, as atividades devem contribuir para a formação de valores com vistas ao desenvolvimento pleno do indivíduo como ser social.

PRATICANDO BRINCADEIRAS E JOGOS

Prática 1: QUEIMADA OU DODGEBALL



Conhecendo a prática corporal

O jogo popularmente conhecido no Brasil como “queimada” ou “caçador” também é muito conhecido e praticado em diversos países. Nos Estados Unidos, por exemplo, é chamado de “dodgeball”, fazendo parte, inclusive, de competições oficiais.

Bastante jogada nas escolas, a queimada tem também uma série de variações e possibilidades de regras, de acordo com o grupo que as estabelece e a região em que é jogada.

Essa é uma atividade excelente para os estudantes aprimorarem as capacidades físicas como potência muscular, agilidade e tempo de reação; as habilidades motoras como lançar, segurar; e as habilidades de locomoção. Além disso, também estimula o trabalho em equipe e, por ter um caráter competitivo, traz à tona as questões sobre ganhar e perder.

O jogo em si é bastante simples, porém possibilita uma oportunidade vasta de aprendizagens. Inicie uma conversa com os estudantes, fazendo-lhes algumas perguntas para ativar o conhecimento e a curiosidade deles:

QUESTÕES GERADORAS



- Vocês conhecem o jogo de queimada?
- Costumam jogar em duplas ou por equipes?
- Preferem “queimar” ou se esquivar?
- Conhecem variações desse jogo?

³ MAKIGUCHI, Tsunessaburo. *Educação para uma vida criativa*. 5. ed. Rio de Janeiro: Record, 2002.



Vivenciando a prática corporal

Materiais: bolas leves.

Escolha com os estudantes um espaço adequado para a realização do jogo. Na sequência, organize-os em duas equipes, com número igual de participantes, cada uma em um lado do campo de jogo. O objetivo é acertar o adversário com a bola, ação chamada de “queimar”.

O jogador que iniciar com a posse da bola deve lançá-la no campo adversário, tentando acertar um jogador da equipe oponente. Se o jogador for “queimado”, ele pode ir para a parte do campo chamada “cemitério”, que nada mais é do que um espaço atrás da área do oponente.

Para aumentar o nível de dificuldade, defina as regras com a turma. Por exemplo, as mãos podem ser usadas para se defender, estimulando assim a tentativa de segurar a bola; a cabeça é “fria”, ou seja, não pode ser acertada; se conseguir segurar a bola lançada pelo adversário, este está “queimado”; ao conseguir segurar a bola, resgata-se alguém do cemitério; quem está no cemitério pode ou não queimar; pode-se utilizar mais de uma bola no jogo etc. Varie as regras como forma de estimular a participação dos estudantes, possibilitando que todos tenham oportunidades e avancem no processo de aprendizagem.



JOSE LUIS JUHAS

Jogo dodgeball.



Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, realize uma roda de conversa com os estudantes e retome as perguntas iniciais: Vocês conheciam o jogo de queimada? Preferem queimar ou se esquivar? Conhecem variações desse jogo? Quais foram as principais dificuldades durante a prática? Quais foram as principais capacidades físicas apresentadas, como a potência muscular, a agilidade e o tempo de reação? Quais foram as principais habilidades motoras requeridas para a atividade?

Peça aos estudantes que identifiquem em quais espaços a prática pode ser realizada, e se é possível adaptá-la aos locais em que brincam no dia a dia.



Registrando

Como atividade de registro, proponha aos estudantes que se organizem em grupos e exercitem a comunicação e a criatividade propondo diferentes maneiras de praticar a queimada. Após o registro, eles devem apresentá-lo ao restante da sala e propor uma experimentação para que todos participem.

Ao final, devem fazer uma avaliação do resultado da própria proposta: Funcionou ou não? Se não funcionou, o que deu errado? O que fazer para solucionar o que deu errado? Todos conseguiram praticar igualmente ou a atividade proposta beneficiou os mais aptos? Se isso ocorreu, que modificações podem ser feitas para equilibrar as atividades incluindo todos de maneira justa? Qual foi o resultado?

Esse procedimento é muito interessante, pois possibilita aos estudantes a produção, a experimentação, a avaliação e a reprodução das próprias ideias. É importante que tenham uma ação flexível, adaptando-se às necessidades do grupo e não valorizando somente alguns dos colegas.



Avaliação

Utilize os registros para compor a sua avaliação.

Prática 2: CABO DE GUERRA



Conhecendo a prática corporal

O cabo de guerra, também conhecido como “cabo de força”, é um jogo muito antigo e presente em várias culturas. Há registros históricos que revelam a presença dos jogos de tração e de puxar cordas em alguns rituais e cultos de diversas civilizações africanas, asiáticas e das Américas.

Entre 1900 e 1920, o cabo de guerra era uma das modalidades que faziam parte dos Jogos Olímpicos. Também está presente na cultura indígena, como atividade que serve para medir a força entre os membros das tribos. Apesar de, atualmente, existir uma confederação internacional da modalidade, no Brasil é mais comum observar esse jogo em atividades recreativas.

A atividade estimula muito o trabalho em equipe, além de desenvolver bastante a força muscular.

Para aprofundar um pouco mais sobre o tema, pergunte aos estudantes:

QUESTÕES GERADORAS



Vocês já conhecem esse jogo?

Como uma atividade pode percorrer várias culturas?

De quais habilidades e capacidades precisamos para vencer nesse jogo?

Vivenciando a prática corporal

Materiais: corda grande e marcadores.

Organize os estudantes em duas equipes. Fique atento para deixar que elas tenham equilíbrio numérico e técnico.

Mantenha os estudantes alinhados ao longo da corda e peça a todos que segurem com as duas mãos. Faça uma marca no meio da corda e outra no chão.

JOSE LUIS JUHAS



 Jogo cabo de guerra.

As equipes devem puxar a corda, fazendo com que a marca central ultrapasse a marca do chão. Como as crianças usarão bastante as mãos e os braços, oriente-as para que não se machuquem.

Mediante os resultados, mescle as equipes, proporcionando situações passíveis de reflexão, como meninos contra meninas, maiores contra menores, equipes com números de jogadores diferentes.

Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, converse sobre a experiência desenvolvida. Pergunte aos estudantes: Gostaram da atividade? Acharam fácil ou difícil? Quais habilidades motoras vocês mais usaram? Quais capacidades físicas e quais regiões corporais foram solicitadas?

Refleta com os estudantes sobre os resultados das rodadas e como foram os desempenhos. Será que as alterações nas equipes surtiram efeito? Existe diferença de força entre meninos e meninas? Ou entre pessoas com biotipos diferentes? Reforce sobre as diferenças de desempenho e como o trabalho em conjunto pode tornar os indivíduos mais fortes. Relembre também que as capacidades físicas e as habilidades motoras podem ser aprimoradas, sempre respeitando as diferenças individuais.

Registrando

Peça aos estudantes que registrem o que sentiram durante a atividade e relatem sobre o respeito às diferenças e a importância do trabalho em grupo.

Avaliação

Utilize os registros dos estudantes como avaliação. Peça que compartilhem as respostas para que todos possam compreender o que se entende por respeito às diferenças e a importância do trabalho em grupo. Em geral, surgem muitas frases interessantes dos estudantes nessa proposição. Peça a um ou dois estudantes que registrem em uma cartolina, em papel *kraft* ou na lousa as proposições de modo que todos possam observar. Se alguém tiver dúvida sobre a proposição, pode perguntar ao autor. Sistematize esses registros fazendo com que os estudantes percebam que existem sempre diferentes pontos de vista sobre um mesmo assunto e que

devem buscar o diálogo para compreender o outro, mesmo que seja diferente do próprio modo de ver as coisas.

Prática 3: PETECA

Conhecendo a prática corporal

A peteca é um jogo que se popularizou através dos tempos, tornando-se inclusive um esporte. Presente na cultura indígena desde os tempos em que os portugueses chegaram ao Brasil, a peteca era utilizada pelos indígenas como forma de recreação. O nome “peteca” é de origem tupi e significa “bater com a mão”.

Com o passar dos anos, o jogo se espalhou pelo mundo todo, ganhando vários adeptos, e tornou-se um esporte competitivo. Algumas modalidades, inclusive, foram inspiradas na peteca, como o *badminton*.

Originalmente, ela era feita pelos indígenas com palha seca de milho, cipó e penas de aves, mas, atualmente, pode ser feita com materiais sintéticos. É possível também fazê-la de forma adaptada, com folhas de jornais.

Seja de forma recreativa ou competitiva, a peteca é uma excelente atividade para desenvolver as capacidades físicas e as habilidades motoras, além de estimular a noção espacial e o trabalho em grupo.

Pergunte aos estudantes sobre as experiências e os saberes deles acerca dessa atividade.

QUESTÕES GERADORAS

- Quem já jogou peteca?
- Vocês jogaram de forma competitiva ou recreativa?
- Quais dificuldades encontraram?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: petecas, folhas de jornais, tesoura sem ponta e fita adesiva.

A peteca pode ser jogada de duas formas: recreativa e competitiva. Para jogá-la de forma recreativa, divida os estudantes em pequenos grupos e posicione-os no espaço. Com posse de uma peteca, eles devem rebatê-la para o alto, sem deixá-la cair. Esse formato também pode ser usado como uma atividade de iniciação.

A forma competitiva se assemelha ao vôlei. Divida os estudantes em duas equipes separadas por uma rede. Eles devem fazer com que a peteca caia no campo do adversário, rebatendo-a por cima da rede. Vence quem conseguir marcar mais pontos.

Para aumentar o nível de dificuldade, organize com os estudantes as regras, tais como: a quantidade de vezes que uma pessoa pode fazer rebates seguidos; se pode rebater direto; se é preciso trocar passes.

Nessa atividade, é possível que nem todos acertem e que desistam dos desafios nas primeiras tentativas. Estimule-os a ter bastante atenção e motive-os a tentar novamente, sem desistir.

Para que a prática seja ainda mais inclusiva, crie com os estudantes as suas próprias petecas. Basta fazer uma bola com uma folha de jornal, amassando-a bem, depois posicionar a bola de papel no centro de outra folha, juntar as pontas, fazer uma cinta na base com fita adesiva e cortar o excesso de papel das pontas.

JOSÉ LUIS JUHAS



Jogo de peteca.



Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, reúna os estudantes para uma roda de conversa. Questione quais sensações eles tiveram: Acharam fácil ou difícil? Conseguiram manter a peteca no ar? Preferiram a versão recreativa ou a competitiva? Conseguiram controlar os movimentos ao rebater? Como foi o processo de construir a própria peteca?

Aproveite a oportunidade para conversar sobre o uso de materiais reutilizáveis para a construção de brinquedos para as práticas de jogos em situações de lazer.



Registrando

Como registro, peça aos estudantes que descrevam como foi o processo de produção da peteca, identificando, inclusive, outros materiais que poderiam ser utilizados e adaptados para jogar.

Em seguida, eles devem fazer adaptações sugeridas para novas experimentações, entregando ao professor, ao final, um relatório sobre esse processo.



Avaliação

Dê um retorno individual, por escrito, aos estudantes, pontuando sobre o que observou. O relatório deve valorizar a criatividade, a participação e o envolvimento com o processo, não o resultado.

Prática 4: SALTANDO O FEIJÃO



Conhecendo a prática corporal

Saltando o feijão é um jogo de corda, bastante popular na Nigéria. Aqui no Brasil é conhecido em algumas regiões como “reloginho” ou “pega canela”. Esse é um dos jogos de matriz africana que também está incorporado à cultura brasileira. Pode ser jogado por vários estudantes ao mesmo tempo e tem regras bem simples.

Para ativar os conhecimentos prévios dos estudantes, pergunte-lhes:

QUESTÕES GERADORAS



- Vocês conhecem esse jogo?
- Sabem em que país ele é bastante popular?
- Conseguem pular se a corda girar bem rápido?
- É mais fácil girar a corda ou pular?

Retome com os estudantes quanto a cultura africana está presente nos hábitos e nos costumes brasileiros devido à sua forte influência no nosso país.

Além do aspecto cultural, esse jogo é muito interessante para desenvolver o tempo de reação, a agilidade e a percepção de distância e de espaço.



Vivenciando a prática corporal

Materiais: corda, sacola e uma bola pequena.

Coloque a bola dentro da sacola e amarre-a em uma das extremidades da corda, formando assim o “feijão”. Organize

a turma em uma roda e escolha um estudante para girar a corda com o feijão no chão. Ele deve girá-la de forma rasteira e os demais devem pular para não serem atingidos pelo feijão. Permita que todos experimentem a função de girar a corda. Os estudantes que forem acertados podem perder pontos ou ser eliminados um a um, até que se tenha um vencedor, quando, então, se inicia uma nova rodada.

JOSE LUIS JUHAS



Brincadeira saltando o feijão.

Dialogando sobre a prática

Ao final da aula, pergunte aos estudantes sobre o que acharam da atividade. Já conheciam essa atividade? Gostaram? Foi mais fácil pular ou girar a corda? Em que espaços públicos no bairro em que vocês moram é possível praticar esse jogo?

NÃO PARE POR AQUI

Essas são algumas sugestões apresentadas para a prática de brincadeiras e jogos. Você pode utilizar outras de acordo com a sua região, a estrutura escolar e a necessidade dos estudantes.

Lembre-se de construir os roteiros de aula com base nas dimensões do conhecimento, observando a formação de competências tanto as gerais, quanto as específicas de Educação Física e suas habilidades.

Estimule os estudantes a conhecer, por meio de jogos e brincadeiras, as diferentes culturas existentes no mundo e a valorizar a identidade da comunidade e o contexto regional, reconhecendo a prática corporal como parte da construção histórica, social e cultural em suas várias formas de expressão.

Ademais, incentive as manifestações de atitudes de respeito e empatia, combatendo quaisquer ações discriminatórias em relação a outros costumes e hábitos de diferentes povos.

Outros materiais sobre brincadeiras e jogos podem ser encontrados em:

Retome ainda as questões culturais envolvidas nas brincadeiras e nos jogos de matrizes africanas e reforce como eles estão presentes em nossa cultura, e como, de modo geral, a formação cultural brasileira apresenta traços dos povos africanos.

Registrando

Como registro, peça aos estudantes que pesquisem outras brincadeiras e jogos de matrizes africanas e os apresentem para a turma. Eles podem pesquisar na internet, em livros ou com seus familiares. Após a pesquisa, organize uma exposição dos trabalhos e permita que os estudantes vivenciem as atividades pesquisadas.

Avaliação

Como avaliação, peça aos estudantes que façam uma comparação entre as atividades praticadas nesta unidade, considerando: as capacidades físicas envolvidas; as habilidades motoras; as regiões corporais solicitadas; os espaços e os materiais necessários para a prática; de qual atividade mais gostaram; qual acharam mais fácil; qual acharam mais difícil; se poderiam adaptar essas atividades para a prática fora da escola.

Esse relatório deve ser entregue ao professor e compor o portfólio final de avaliação desta unidade.

Apostila de jogos infantis africanos e afro-brasileiros: <<https://www.geledes.org.br/wp-content/uploads/2015/11/Apostila-Jogos-infantis-africanos-e-afro-brasileiros.pdf>>. Acesso em: 28 abr. 2021.

Brincadeiras e jogos africanos: <<https://educa.ibge.gov.br/professores/educa-atividades/20780-jogos-e-brincadeiras-africanos-2.html>> Acesso em: 28 abr. 2021.

Brincadeiras indígenas: <<https://www.todamateria.com.br/brincadeiras-indigenas/>>. Acesso em: 28 abr. 2021.

Brinquedos e brincadeiras indígenas: <<http://portaldo professor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22766>>. Acesso em: 28 abr. 2021.

PARANÁ. Secretaria de Educação do Estado. *Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE – Produções didático-pedagógicas*. 2016. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pde/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_pdp_edfis_ufpr_marlossoaresdasilva.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2021.



//////
Crianças jogando futebol. Fotografia de 2017.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(EF35EF06): Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas manifestações (profissional e comunitária/lazer).

Competências Gerais: 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 e 10

Objetivos

- Experimentar e fruir tipificações dos esportes das modalidades campo e taco, rede e invasão, compreendendo os elementos que distinguem essas modalidades esportivas.
- Elaborar estratégias e ações táticas individuais e coletivas nas modalidades esportivas, privilegiando o trabalho coletivo e o protagonismo.
- Diferenciar o conceito de jogo e esporte, identificando suas manifestações.
- Refletir sobre os contextos sociais, históricos e culturais das modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão.

CONVERSANDO SOBRE ESPORTES

A *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC – sugere para o 5º ano do Ensino Fundamental, na temática de esportes, a continuação da abordagem das modalidades de campo e taco, rede/parede e invasão. De forma sucinta, o principal objetivo de jogo para a marcação de pontos nas modalidades de campo e taco é rebater para longe a bola lançada pelo adversário, a fim de que se tenha oportunidade de pontuar; enquanto, nas modalidades de rede/parede, é marcar pontos ao lançar o objeto de jogo no campo adversário, impossibilitando a defesa ou o contra-ataque; e, nas modalidades de invasão, o principal objetivo é invadir o campo do adversário para marcar ponto em seu território.

Dividir os esportes em grupos de acordo com alguns critérios é essencial para a sua compreensão cognitiva, o que possibilita a correlação entre modalidades de características semelhantes, por meio de elementos comuns existentes entre elas.

Na abordagem das modalidades, a BNCC se apoia em uma sequência lógica, iniciando com modalidades de habilidades e competências mais simples, e ampliando para modalidades que apresentam a combinação de habilidades motoras e ações táticas que exigem decisões com maior número de elementos a considerar.

Uma característica dessas modalidades, que vem ao encontro dessa proposta, é a imprevisibilidade e a complexidade da ação, o que as torna sem um padrão fixo de resposta, proporcionando inúmeras possibilidades de estratégias e ações individuais e coletivas para superar as diversas situações que surgem durante o jogo.

Nas abordagens das modalidades é fundamental que se diferencie as manifestações dos esportes, ou seja, a diferenciação do esporte e do jogo. O primeiro é normatizado por meio das federações e associações responsáveis em âmbito estadual, nacional, continental e mundial, que visa prioritariamente à competição, e, no caso do esporte profissional, também o retorno financeiro. Já o jogo é a apropriação do esporte pela comunidade para fins de lazer, mantendo a essência de suas características, porém ajustando as regras e os elementos de acordo com as necessidades e os interesses dos participantes.

Para Garganta (1995)¹, Reverdito e Scaglia (2020)², experimentar as tipificações do esporte não deve se limitar a saber como jogar, mas sim usufruir delas como oportunidades de desenvolvimento integral, úteis às atribuições da vida cotidiana.

¹ GARGANTA, Julio. *Para uma teoria dos jogos coletivos*. O ensino dos jogos desportivos. 2. ed. Porto: Universidade do Porto, 1995.

² REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2020.

O esporte, visto como um fenômeno da cultura corporal, deve ainda ser abordado em seus aspectos antropológicos e socioculturais, o que lhe dá sentido e significado para a compreensão do lugar que ele ocupa na sociedade.

PRATICANDO ESPORTES

Prática 1: BEISEBOL



Conhecendo a prática corporal

O beisebol é um esporte bastante comum nos Estados Unidos. No Brasil, esse esporte é comumente praticado por descendentes de japoneses.

Retome os aspectos principais do grupo das modalidades esportivas de campo e taco, e apresente a dinâmica do beisebol que, de um modo geral, funciona da seguinte maneira:

O campo

O campo de beisebol tem formato triangular, com um lado arredondado, assim como o campo de softbol, parecendo um diamante. No centro do campo fica a área do arremessador.



Campo de beisebol.

O jogo

1. O arremessador lança a bola visando à zona de *strike*, onde o bastão está posicionado.
2. O rebatedor tem três chances de rebater a bola, sendo substituído por outro rebatedor se não tiver êxito.
3. Se o rebatedor acertar a bola, ele deve correr conquistando o maior número de bases que conseguir, até que a bola seja recuperada pela outra equipe. Cada vez que todas as bases forem conquistadas, a equipe marca um ponto.

Explique aos estudantes que eles irão construir uma tipificação do beisebol com base nas regras oficiais da modalidade. Parta da explanação formal da modalidade para uma construção em grupo.

QUESTÕES GERADORAS



Alguém já viu um jogo de beisebol na TV ou em algum filme? Que características do jogo vocês observaram? Como podemos simplificar as regras para a prática? Quais devem ser as dimensões do campo? Que materiais deverão ser utilizados para que o jogo aconteça?

A partir da área disponível, oriente os estudantes a criar as regras. Peça que registrem o conjunto das regras adaptadas em uma cartolina. Para a construção do jogo, os estudantes ajustarão inclusive como serão as luvas, os tacos e as bolas.



Vivenciando a prática corporal

Materiais: tacos, luvas, bolas e fitas para demarcação.

Os estudantes deverão vivenciar a prática do beisebol de acordo com as regras propostas por eles. Durante as experimentações eles podem modificá-las e, inclusive, alterar os equipamentos ou adaptar os espaços.

Os movimentos básicos presentes no jogo de beisebol são:

JOESAPHOTOS/SHUTTERSTOCK



Arremesso.
Fotografia de 2018.

ZSOLT_LVEGES/SHUTTERSTOCK



Rebatida, s. d.

AKIHIROHATAKO/SHUTTERSTOCK



Corrida pelas bases.
Fotografia de 2020.



ALEX KRAVTSOV/SHUTTERSTOCK

Apanhar a bola. Fotografia de 2017.



Dialogando sobre a prática

Retome as questões geradoras para que os estudantes reflitam sobre as experiências. Questione-os: Se o beisebol tivesse de ser praticado como um esporte e não como um jogo, seria possível realizar essa prática na escola?



Registrando

Peça aos estudantes que realizem uma pesquisa contendo: a história do beisebol; sua origem; principais países que praticam a modalidade; como a modalidade chegou ao Brasil; se existem outros esportes semelhantes ao beisebol além do softball; como são os materiais utilizados na prática, incluindo a roupa dos praticantes; quais são os principais movimentos corporais; quais são as capacidades físicas presentes; quais são as principais regiões corporais solicitadas; e se existe algum local no município com um campo de beisebol que possa ser visitado.



Avaliação

Utilize a pesquisa dos estudantes como um instrumento de avaliação. Eles devem compartilhar as pesquisas entre si para que avaliem uns aos outros quanto à clareza e à presença de todas as informações solicitadas. Eles devem perguntar aos colegas caso surja alguma dúvida durante a avaliação.

Prática 2: MINITÊNIS



Conhecendo a prática corporal

A principal característica das modalidades de rede está na divisão da quadra por uma rede, em que o objetivo é passar um objeto para o outro lado, forçando o erro adversário.

Inicie a abordagem com esse conceito, apresentando aos estudantes algumas modalidades de rede/parede, e peça a eles que falem sobre os esportes apresentados ou outros que conheçam, incentivando-os a verbalizar as explicações com base no conceito, garantindo que compreendam a definição desse grupo esportivo.

Depois, diversifique os tipos de esportes da modalidade e apresente algumas características próprias de cada prática,

por exemplo, se o jogo é individual, em dupla ou em equipe; jogado com bola ou peteca; se demanda uso apenas das mãos ou da raquete; se a bola é passada para o campo adversário com apenas um toque ou se pode passar por outros membros da equipe, a fim de que percebam que um grupo de esportes diferentes pertence a uma mesma modalidade esportiva pela existência de elementos comuns entre eles como no caso do tênis, tênis de mesa, vôlei, vôlei sentado, entre outros.



FLÁVIO FLORIDO/FOLHAPRESS

//////
Tênis.
Gustavo Kuerten, tenista brasileiro, Olimpíada de Atenas, Grécia, 2004.



JUNIOR LAGO/FOTOARENA

//////
Tênis de mesa.
Hugo Calderano, mesatenista brasileiro, Jogos Olímpicos, Rio de Janeiro, 2016.



ATSUSHI TOMURA/GETTY IMAGES

//////
Vôlei sentado.
Seleção canadense de vôlei sentado feminino, Paralimpíadas, Brasil, 2016.

Apresente, então, o tênis como a modalidade a ser abordada, especificando suas características básicas, como a utilização de raquetes e bola, e de uma quadra grande para a prática, podendo ser jogado de forma individual ou em dupla, com a possibilidade de golpear a bola, tanto após quicar, como de voleio (sem deixar que a bola quique).

Em linhas gerais, apresente a dinâmica do tênis:

1. A modalidade é jogada através do confronto individual ou em duplas, em que cada jogador, ou dupla, defende uma quadra, separada por uma rede.
2. *Set* é o nome dado à divisão de uma partida de tênis, composta de vários *games*. Um *set* é finalizado com 6 *games* vencidos por um dos lados, com diferença mínima de dois *games* (6-4). Havendo empate em 5-5, o *set* continuará até um desempate em 7-5.
3. *Game* é a etapa do *set* definido a favor de quem completar 4 pontos primeiro, mantendo-se o mesmo sacador até seu final. Seis *games* de um mesmo jogador definem o *set*.
4. *Tie breaker* é o *game* de desempate ao final do *set* (6-6), em que cada saque bom vale 1 ponto. O primeiro jogador sacará nos 1º, 4º e 5º pontos. O segundo sacará nos 2º, 3º, 6º e 7º pontos, e assim sucessivamente. Vence o *game* quem acumular 7 pontos primeiro.
5. A contagem de pontos no tênis tem um intrincado sistema de pontuação, que subdivide o jogo em *games*/jogos e *sets*/partidas. Grosso modo, um *game* é um conjunto de pontos (15-30-40 *games*) e um *set* é um conjunto de *games* (1-2-3-4-5-6 *sets*).

Motive os estudantes a sempre criar novas possibilidades, de acordo com as tarefas da atividade, instigando-os a refletir sobre questões importantes, como:

QUESTÕES GERADORAS



Que movimentos podemos realizar para rebater a bola para a quadra adversária? Deixe que percebam a força e a angulação para defender a bola, de acordo com sua relação com a rede, e as noções de direção, espaço e tempo.

Como golpear a bola quicando? E de voleio?

Onde colocar a bola: próximo ou longe da rede, à direita, no meio ou à esquerda do adversário?

Quais são as possibilidades e as diferenças de golpear a bola sem e com quique antes?

Quais emoções, normalmente, estão envolvidas no jogo e como lidamos com elas?

Para o estabelecimento de um ambiente positivo para as experimentações, reforce que as atividades serão tipificações do tênis, nas quais os estudantes assumirão o protagonismo

da prática, cujo ambiente representa um laboratório para a experimentação do jogo.

Dialogue ainda sobre as emoções presentes no jogo como confiança/medo, pensamentos negativos/pensamentos positivos e raiva/calma. Esses elementos serão também abordados e refletidos nas experiências.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: rede ou corda, bolas e raquetes.

Mostre aos estudantes alguns movimentos do tênis, e acrescente termos técnicos simples do jogo como *forehand* (frente de mão) e *backhand* (costas da raquete). Faça-os pensar de que lado usarão a raquete de acordo com a posição da mão.



 Saque. Fotografia de 2018.



 Forehand – golpe com a frente da raquete. Fotografia de 2010.



 Backhand – golpe com as costas da raquete. Fotografia de 2011.

Antes de iniciar os jogos, é interessante que os estudantes pratiquem algumas rebatidas, golpeando a bola sem tocar no chão e quicando antes da rebatida.

Após essa pequena prática, discutam sobre as adaptações, por exemplo: a quantidade de jogadores nas miniquadras; a forma de revezamento entre os participantes; a simplificação da contagem de pontos, como a utilização da pontuação normal (1, 2, 3, 4); a ordem de saque, considerando que no tênis, em cada *game*, um jogador saca, pode-se alternar isso para se jogar apenas um *game*, revezar os adversários e aumentar a rotatividade.

Além de combinar as regras do jogo e as adaptações do espaço, construam os materiais, se necessário. É possível fazer as raquetes com arame e meia-calça ou com papelão. Em relação às bolas, evite bolas oficiais, pois quanto maior for a bola, mais êxito eles terão na prática, e isso aumentará o engajamento dos estudantes nas atividades. É importante que a necessidade de construção dos materiais seja avaliada e providenciada com antecedência.

Converse com os estudantes acerca das emoções envolvidas no jogo, como raiva quando se erra, medo de errar, e como eles podem lidar com essas emoções para que a experimentação seja agradável.

Durante as atividades, assim que estiverem com mais domínio dos movimentos, proponha que pratiquem o minitênis sentados em cadeiras, e conversem sobre a prática de esportes por pessoas com necessidades especiais, a fim de incentivar a empatia e a desmistificação em relação aos participantes das práticas corporais.

Dialogando sobre a prática

Ao final das atividades, reflita com os estudantes acerca das experiências vividas, conversando com eles sobre como lidaram com as diversas emoções na experimentação do jogo, e fazendo-os refletir sobre as próprias atitudes, exercitando, assim, a fluência oral quando argumentam como poderiam ter agido em determinadas situações.

Registrando

Peça aos estudantes que façam uma pesquisa na internet nos mesmos moldes da realizada sobre o beisebol. A pesquisa deve ser complementada com uma comparação entre essas modalidades, especialmente referindo-se aos elementos comuns estabelecidos pela BNCC.

Avaliação

Distribua as pesquisas entre os estudantes para que procedam com a avaliação assim como realizaram na modalidade de beisebol. Recolha as pesquisas e as correções realizadas pelos estudantes para compor a avaliação final dos esportes para o 5º ano junto com a prática final.

Prática 3: FUTEBOL

Conhecendo a prática corporal

Conforme vimos, as modalidades esportivas de invasão têm por objetivo fazer gols ou pontos na meta adversária, compartilhando o mesmo espaço no campo, seja no de defesa ou no de ataque, como acontece no futebol de arê, no rúgbi e no hóquei de grama, por exemplo.

Inicie a contextualização apresentando essas modalidades com suas características e descreva os sete elementos que compõem um jogo de invasão: uma meta para atacar, uma meta para defender, companheiros, adversários, campo de jogo compartilhado, um objeto e regras específicas.

Comece apresentando aos estudantes as modalidades de invasão, como futebol, *ultimate frisbee* e futebol de arê.

ARQUIVO/AFP



////////////////////

Futebol.
Pelé, no Amistoso entre Suécia e Brasil, Suécia, 1960.



MATTHIAS HANGST/BONGARTS/GETTY IMAGES

////////////////////

Ultimate frisbee.
Participantes do Torneio de *Ultimate Frisbee*, Polônia, 2017.



IBRAHEM ALOMAR/REUTERS/FOTOARENA

////////////////////

Futebol de arê.
Jogadores da seleção russa e brasileira de futebol de arê, Catar, 2019.

Para abordar o futebol, apresente outras derivações como o futsal e o futebol de arê, ambas praticadas, inicialmente, de maneira informal e, posteriormente, transformadas em modalidades esportivas, o que ressalta a importância de se ter experiências nas tipificações do esporte.

O futebol, oficialmente, é jogado com onze jogadores e com goleiro. As equipes dividem um campo com grama e com duas traves defendidas por um goleiro em cada trave. O objetivo é colocar a bola após a linha da meta adversária, tendo assim o gol, e a equipe que tiver mais gols vence a partida. No futebol, pode-se ter empates, ao contrário do basquetebol, em que são jogados tempos extras até desempatar.

A seguir, veja algumas regras básicas do futebol:

1. O jogo é disputado em um campo gramado, no confronto entre dois times de onze jogadores cada, tendo obrigatoriamente um goleiro.
2. O jogo é comandado por um árbitro e seus auxiliares.
3. As partidas têm duração de dois tempos de 45 minutos e é acrescido um tempo de acordo com as paralisações feitas no jogo.
4. Marca o gol a equipe que fizer a bola entrar na meta adversária e ultrapassar totalmente a sua linha.
5. Ao sair do campo de jogo, a bola pode ser repostada com tiro de meta, tiro de canto (escanteio) ou arremesso lateral (a única reposição feita com as mãos).

Apresente aos estudantes alguns dos movimentos do futebol.

JOESAPHOTOS/SHUTTERSTOCK



Chute a gol, s. d.

VM/E-/SHUTTERSTOCK



Defesa. Fotografia de 2016.

Cabeceio para finalizar, passar ou defender. Fotografia de 2017.



Arremesso lateral. Fotografia de 2014.



O futebol, como forte elemento da cultura corporal, apresenta diversas formas de se jogar com tipificações bem populares. Para esta unidade, como sugestão, serão abordadas duas: o gol a gol e o golzinho (essa tipificação tem nomes regionalizados no Brasil como barrinha, travinha, entre outros).

Planeje com antecedência todos os passos, a segurança do espaço de práticas, verificando se as traves estão bem fixas, se as paredes ou cercas estão suficientemente afastadas, prevenindo situações que representem riscos de acidentes.

Como protagonistas, possibilite que os estudantes proponham adaptações às práticas, auxiliando-os a ter bom senso em cada decisão.

Com a empolgação do futebol, um cuidado extra deve ser tomado, pois em geral duas situações são típicas: motivação em excesso por ser a modalidade mais popular e mais esperada por alguns e a mais desmotivante para aqueles que têm dificuldades de jogar. Esteja atento a isso.

Prossiga com algumas reflexões:

QUESTÕES GERADORAS



O que devemos fazer para atacar e defender, sozinhos e com os companheiros?

Quais movimentos utilizamos com os pés para jogar melhor?

Todos podem praticar o futebol independentemente de gênero ou biotipo?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: bolas, cones e giz ou fitas demarcatórias.

As tipificações do futebol sugeridas para esta unidade são o gol a gol e o golzinho. No entanto, antes de praticá-las, realize algumas atividades preparatórias com os pés.

Você pode praticar o toque de bola entre duas crianças; pode alinhar os estudantes para que disputem quem leva a bola primeiro ao gol com o uso dos pés; pode ainda praticar chutes a gol.

Gol a gol

Inicie pelo gol a gol perguntando aos estudantes quem tem o hábito de praticar esse jogo e quais regras utilizam, auxiliando-os a ajustarem-nas, caso necessário.

Estabeleça a mesma quantidade de jogadores em cada minicampo, coloque uma meta em cada lado, com uma distância compatível com o nível de dificuldade da turma. Para fazer a meta, utilize cones, giz ou fitas demarcatórias e inicie sem goleiro.

Determine com os estudantes a que distância do gol pode ser feita a finalização do ataque, incite-os a criar regras sobre chutar com o pé direito ou esquerdo e número de toques antes de chutar, por exemplo.

No segundo momento, inclua um goleiro e ajuste as regras de sua utilização. Verifique se as bolas não são pesadas e adéque a distância dos chutes. Caso sinta necessidade,

ROKA PICS/SHUTTERSTOCK

WAVEBREAKMEDIA/SHUTTERSTOCK

pratique alguns fundamentos de defesa, como segurar e espalmar bolas altas e baixas.

Peça que comparem o jogo do gol a gol com e sem goleiro.

Golzinho

O golzinho nada mais é do que um jogo de futebol no formato reduzido, normalmente praticado por equipes com número de jogadores no formato 2 x 2 ou 3 x 3. Contextualize o nome da brincadeira de acordo com a região, pois há variações conhecidas como barrinha ou travinha, por exemplo.

Ajuste com os estudantes a quantidade de jogadores de cada time, combinando as regras, o campo de jogo, se o jogo será finalizado por tempo ou quantidade de gols, e estabeleça uma forma de revezamento entre as equipes.

Demarque os campos e organize as equipes. Lembre-os de que as equipes do mesmo nível deixam a disputa mais motivante.

Se o espaço não for adequado para várias miniquadras, aumente o número de participantes de cada equipe, e faça jogos mais rápidos para aumentar o revezamento. Como sugestão, coloque jogadores nas linhas laterais para aumentar o número de estudantes envolvidos na atividade.

A todo momento, demonstre uma postura ativa e estimule os estudantes, mas deixe o protagonismo da atividade para eles, de modo que possam ter autonomia durante as vivências.

Amplie a experiência introduzindo o goleiro no jogo, formulando juntamente com os estudantes novas regras. Antes de o goleiro ser inserido, pratique alguns fundamentos de defesa.

Dialogando sobre a prática

A prática das tipificações de futebol, golzinho e gol a gol, permite um novo olhar para atividades que parte dos estudantes já vivenciam. Por meio da reformulação dessas práticas, foque no processo integral, nas dimensões procedimentais, cognitivas e socioafetivas. Retome as questões geradoras, possibilitando que os estudantes relatem a própria experiência, exercitando a oralidade, a comunicação e a argumentação.

Registrando

Peça aos estudantes que realizem uma pesquisa sobre a modalidade experimentada, utilizando como referência as pesquisas realizadas anteriormente. Eles devem fazer a comparação entre essas modalidades e o que experimentaram nessa atividade. Peça que finalizem com um breve relato sobre as próprias experiências: de quais práticas gostaram mais; em quais tiveram mais dificuldade; quais são as modalidades preferidas e por quê; como foi adaptar os espaços

para realizar as práticas; se estão motivados a praticar essas atividades em outros lugares fora da escola.

Avaliação

Utilize o registro dos estudantes como avaliação e, mais uma vez, peça a eles que avaliem os registros dos colegas, fazendo perguntas quando julgarem necessário, pedindo explicações quando não entenderam algum termo, ou apontando a falta de algum elemento da pesquisa que não encontraram.

Compile as avaliações dos estudantes juntamente com as suas observações durante o desenvolvimento dos temas dessa unidade. Sugerimos que retorne aos estudantes o resultado da avaliação por meio de um texto, mostrando a eles os avanços que tiveram e os pontos que podem ser melhorados.

NÃO PARE POR AQUI

Utilize as sugestões aqui apresentadas como ponto de partida para que os estudantes fiquem motivados a pesquisar e a praticar outras modalidades esportivas de campo e taco, rede/parede e invasão. Procure organizar roteiros de aula nos quais os estudantes percebam de que modo as práticas corporais dialogam com outras áreas do conhecimento.

A seguir, deixamos algumas sugestões de consulta para as práticas de esportes propostas para o 5º ano.

Confederação Brasileira de Beisebol e *Softbol* (CBS): <<https://cbbs.com.br>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Confederação Brasileira de Futebol (CBF): <<https://www.cbf.com.br>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Confederação Brasileira de Tênis (CBT): <<http://www.cbt-tenis.com.br/>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Esporte de campo e taco: <<https://www.youtube.com/watch?v=g0Gq14OdxYI>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Esporte de invasão: <<https://www.youtube.com/watch?v=lpQNIOfacy0>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

Esporte de rede e parede: <https://www.youtube.com/watch?v=fGso_S3UTVE>. Acesso em: 12 abr. 2021.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jackie D. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. Porto Alegre: AMGH, 2013.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2020.

SADI, Renato Sampaio *et al.* *Pedagogia do esporte*. Brasília: Editora UnB: MEC, 2004.



ERIC LAFFORQUE/ART IN ALL OF US/CORBIS VIA GETTY IMAGES

Apresentação de ginástica, durante os Jogos de Arirang, Coreia do Norte, 2012.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 6 e 10

Objetivos

- Elaborar pequenas coreografias com elementos da ginástica geral, utilizando estratégias para transpor os desafios decorrentes da prática corporal.
- Participar de uma coreografia de ginástica geral, envolvendo-se ativamente no processo de planejamento e construção coletiva.
- Experimentar e fruir as práticas corporais da ginástica geral produzindo registros escritos, orais e corporais.
- Respeitar as potencialidades e os limites do próprio corpo e os dos colegas.
- Cooperar com o cumprimento das regras de segurança.

CONVERSANDO SOBRE GINÁSTICAS

Quando ouvimos as pessoas utilizarem o termo “ginástica”, é comum se referirem a inúmeras práticas corporais. Em geral, utilizam esse termo quando estão falando de atividades praticadas em ruas, praias, academias, clubes, praças, parques, quadras ou centros comunitários, mencionando atividades individuais e em grupo, voltadas ao lazer ou à saúde, como caminhada, corrida, musculação, alongamento, *CrossFit*, pilates, ioga, entre outros.

No entanto, quando nos referimos à ginástica geral, é importante que os estudantes reconheçam que essa é uma modalidade específica praticada com um objetivo que difere daquele relatado pelas pessoas nas práticas corporais acima citadas.

Ao se tentar organizar o percurso histórico da ginástica através dos tempos, pode-se incorrer no erro de se obter uma visão reduzida acerca tanto do seu surgimento como do seu desenvolvimento. Na perspectiva ocidental, os gregos foram os primeiros a utilizar o termo “ginástica”, que significava, para eles, “arte de exercitar o corpo nu”.

A arte de exercitar o corpo nu traz consigo a ideia do simples, do limpo, do livre, desprovido de maldade, do puro. Para os antigos gregos, a ginástica significava a realização de exercícios físicos em geral (corridas, saltos, lutas etc.), ou seja, grande parte dos exercícios que hoje praticamos e conhecemos (especialmente, o atletismo e as lutas) têm sua origem na ginástica (OLIVEIRA, 2007)¹.

Para o desenvolvimento desta unidade, iremos utilizar termos mais recentes que consideram as definições mais contemporâneas das ginásticas, conforme proposto pela *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC.

No início, praticar ginástica significava exercitar-se e, com o passar do tempo, foram acrescidas finalidades que multiplicaram as possibilidades de olhares e interpretações. De acordo com Souza (1997, p. 24 *apud* FIORIN, 2002)², a ginástica pode ser dividida em cinco categorias:

1. **Ginástica de condicionamento físico:** engloba todas as modalidades que têm por objetivo a aquisição ou a manutenção da condição física do indivíduo normal e/ou do atleta, tais como hidroginástica, aeróbica não competitiva,

step, *spinning*, enfim, as diversas formas de ginástica que hoje são encontradas nas academias e na preparação física em geral.

2. **Ginástica de competição:** reúne todas as modalidades competitivas, tais como: ginástica artística, rítmica, acrobática, aeróbica, entre outras.
3. **Ginástica fisioterápica:** responsável pela utilização do exercício físico na prevenção ou no tratamento de doenças, tais como: RPG, *rolfing* e outras técnicas.
4. **Ginástica de conscientização corporal:** reúne as novas propostas de abordagem do corpo como: antiginástica, eutonia, *feldenkrais* etc.
5. **Ginástica de demonstração:** é representante desse grupo a ginástica geral, cuja principal característica é a não competitividade, tendo como função a interação social.

Desse modo, a modalidade de ginástica à qual a BNCC se refere é aquela voltada para demonstração, ou seja, que não tem finalidade competitiva, de desempenho ou terapêutica.

Busca-se, nessa prática, a elaboração de movimentos de ginástica organizados em coreografias elaboradas pelos estudantes, procurando utilizar os conhecimentos prévios sobre a prática: os movimentos que aprenderam e desenvolveram nos anos anteriores; os cuidados com a segurança tanto pessoal quanto dos colegas; a organização de sequências de movimentos que podem ser integrados e utilizados de modo a compor uma apresentação; a participação de todos de acordo com suas potencialidades.

Essa é uma grande oportunidade para observar as competências dos estudantes em relação a como colocar em prática tudo aquilo que aprenderam sobre a prática corporal. Podemos enumerar aqui algumas competências relacionadas ao desenvolvimento dessas atividades, como: a empatia ao considerar as possibilidades de movimento de todos para compor as coreografias; a comunicação e a argumentação para a escolha das sequências, das músicas, dos temas a serem desenvolvidos; o conhecimento sobre as práticas utilizadas; a diversidade cultural presente na escola e no cotidiano dos estudantes que pode se tornar tema das coreografias; a utilização de ferramentas digitais para pesquisas sobre movimentos e temas a serem desenvolvidos. Enfim, é importante perceber que o desenvolvimento das experimentações e a criação das coreografias constituem-se em uma importante oportunidade para o desenvolvimento das competências.

Sugerimos que observe atentamente as produções dos estudantes e faça registros que possibilitem, posteriormente, um diálogo com eles evidenciando os avanços e as aprendizagens deles, e pontuando questões a serem aprimoradas.

¹ OLIVEIRA, Nara Rejane Cruz de. Ginástica para todos: perspectivas no contexto do lazer. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, v. 6, n. 1, p. 27-35, 2007. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art02_edfis6n1.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2021.

² FIORIN, Cristiane Montozo. *A ginástica em Campinas: suas formas de expressão da década de 20 à década de 70*. 2002. 148 p. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art02_edfis6n1.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2021.

PRATICANDO GINÁSTICAS

Prática 1: GINÁSTICA GERAL



Conhecendo a prática corporal

Inicie essa prática com um breve resumo do que os estudantes já experimentaram e aprenderam sobre as ginásticas. Pode-se, inclusive, retomar algumas práticas para que voltem a experimentar os movimentos, sempre de modo autoral e respeitando a segurança consigo e com os outros.

Possibilite que exponham aquilo que eles aprenderam sobre a prática corporal, e relatem como se sentem ao voltar a experimentá-la. Questione os estudantes sobre o conhecimento deles em relação à expressão “ginástica geral” e, mais uma vez, permita que verbalizem os próprios entendimentos. Observe se classificam a ginástica de modo correto ou se a confundem com outras atividades físicas.

Sugerimos que classifique os tipos de ginástica conforme as informações do texto inicial, ressaltando que a ginástica geral é um modelo de ginástica de demonstração.

Para que compreendam melhor esse modelo, sugerimos que apresente trechos de abertura de eventos que utilizam a ginástica de demonstração, como este da abertura oficial dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro 2016, disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=N_qXm9HY9Ro>. Acesso em: 15 abr. 2021.

Ao selecionar os trechos, peça aos estudantes que observem e registrem: a música, as roupas, os movimentos, as sequências, os materiais, enfim, todos os componentes necessários para compor uma apresentação de ginástica geral.

Em seguida, dialogue com eles sobre qual ou quais temas serão desenvolvidos na apresentação de ginástica. Dê preferência a temas do cotidiano, possibilitando aos estudantes que exercitem a observação e a criatividade. Além desses, podem ser sugeridos outros, relacionados aos temas transversais contemporâneos propostos pela BNCC, como: direitos da criança e do adolescente, educação para o trânsito ou educação ambiental, por exemplo.

É importante auxiliá-los nesse processo. Para isso, instigue-os a fazer algumas reflexões como:

QUESTÕES GERADORAS



- O que devemos considerar para a escolha do tema e da música de uma coreografia?
- Como dividir e organizar as partes da apresentação?
- Qual critério utilizar para a divisão dos grupos?
- Quais materiais utilizar na coreografia?

Uma vez escolhido(s) o(s) tema(s) e a(s) música(s), é a hora de compor a coreografia utilizando os movimentos que já conhecem ou que tenham incorporado ao seu acervo motor no último ano. Os estudantes devem compor e ensaiar os movimentos de modo individual ou em grupo de acordo com a música.

É importante que a seleção de movimentos e a duração da coreografia sejam adaptadas às capacidades dos estudantes, priorizando a simplicidade de movimentos e a curta duração.

Como forma de organização do trabalho, proponha que preencham uma ficha de acordo com as necessidades do projeto, pois eles a utilizarão tanto para se organizarem quanto para registro e avaliação desta unidade, conforme exemplo abaixo:

Tema da apresentação: Música:	
Em quantas partes será(ão) dividida(s) a(s) música(s)?	Cinco partes.
Quantos grupos iremos compor?	Três grupos.
Como será dividida a coreografia?	1ª parte – todos os estudantes 2ª parte – grupo 1 3ª parte – todos os estudantes 4ª parte – grupo 2 5ª parte – todos os estudantes
Quem serão os integrantes dos grupos?	Nomes dos integrantes dos grupos 1 e 2.
Como serão os movimentos da parte 1?	Todos os estudantes com um bambolê girando e passando de uma mão para a outra, enquanto andam em círculo.
Como serão os movimentos da parte 2?	Cinco estudantes farão uma pirâmide.
Como serão os movimentos da parte 3?	Todos os estudantes em duplas: um deles faz uma parada de mãos ou uma vela e o outro segura as suas pernas. Depois alternam as posições.
Como serão os movimentos da parte 4?	Dez estudantes divididos em duplas. Enquanto um faz um rolamento para a frente, o outro salta sobre ele ou o auxilia com um impulso para que finalize em pé. Depois alternam as funções.
Como serão os movimentos da parte 5?	Todos os estudantes com fitas girando acima da cabeça e realizando movimentos de sentar, rolar, saltar, entre outros.
Quais serão os materiais necessários?	Fitas, bambolês e colchonetes.

Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento audiovisual.

Esse é um momento importante de criação e experimentação por parte dos estudantes. Por isso, a fim de elaborarem a coreografia, eles podem pesquisar na internet, visitar centros de práticas disponíveis na comunidade, convidar um(a) professor(a) especialista para uma visita à escola para realizar uma oficina que os auxilie na montagem das coreografias, entre outras possibilidades.

Observe que o modelo por competências propõe que os estudantes encontrem soluções diante de situações-problema. Portanto, embora sua orientação seja extremamente importante, considere que, em situações reais do dia a dia, você não estará presente e, por isso, os estudantes devem tentar resolver o desafio sozinhos, recorrendo a você nos momentos que julgarem necessário. Acompanhe e registre todo o processo.

Retome os movimentos que aprenderam sobre as ginásticas e proponha que partam deles para a criação das coreografias. Questione-os: O que cada um consegue fazer para contribuir para a coreografia? Conseguem ajudar os colegas com esses movimentos? Como poderiam adaptar os movimentos para compor a coreografia de acordo com as habilidades de cada um? Podem partilhar os movimentos para melhorar as habilidades e deixar a coreografia mais bonita?

Proponha um momento de criatividade e liberdade por parte dos estudantes e medeie esse processo por meio de:

- Ajuda na adequação dos movimentos ginásticos eleitos.
- Sugestão de novos movimentos para a composição da sequência.
- Motivação dos estudantes com *feedback* positivo em relação à resolução de conflitos, ao esforço coletivo e à liderança observada.
- Subsídio dessa experimentação com novas informações necessárias ao longo do processo.
- Encorajamento dos estudantes para se apresentarem e vencerem a timidez.

Dialogando sobre a prática

Ao final das experimentações, possibilite um espaço de diálogo para que os estudantes relatem como foram as experiências: de criação da coreografia; de divisão das atividades; de escolha do tema, da música e dos movimentos; de trabalho em equipe. Instigue-os a falar sobre os próprios sentimentos, positivos e negativos, em relação às experiências, auxiliando-os a lidar com conflitos e frustrações.

Registrando

Solicite aos estudantes que componham um relatório sobre a experiência no qual irão descrever passo a passo o processo: como foi voltar a experimentar os movimentos; compor as coreografias; auxiliar os colegas; adaptar as práticas às características de todos; a própria evolução de acordo com a prática; o auxílio do professor para superar desafios; ser autor do processo de produção.

Avaliação

Recolha o relatório de experiências dos estudantes para que, ao final desta unidade, seja anexado à produção da próxima prática para compor a avaliação final.

Prática 2: APRESENTAÇÃO DE GINÁSTICA PARA TODOS

Conhecendo a prática corporal

A ginástica geral, a partir de 2016, passou a ser denominada Ginástica para Todos pela Federação Internacional de Ginástica. Os festivais dessa modalidade esportiva não competitiva são chamados Gymnaestrada. Essa é uma modalidade ginástica de apresentação que abrange todas as outras manifestações: ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica acrobática, ginástica aeróbica e ginástica de



Apresentação de ginástica geral.

trampolim, além de utilizar elementos de danças, jogos, brincadeiras e folclore, expressos através de uma coreografia única.

Cada coreografia é praticada por homens e mulheres com diferentes níveis de habilidades, com uso ou não de materiais. Os equipamentos podem ser oficiais como arcos, bolas, fitas etc. ou não estruturados como tecidos grandes, lenços ou garrafas plásticas. Os movimentos podem ser tanto os pertencentes às ginásticas, como piruetas, pirâmides, rola-mentos, apoios invertidos, espacates, quanto outros criados pelos integrantes.

Uma característica da ginástica para todos é que os integrantes do grupo podem realizar movimentos idênticos ou sincronizados e também há a liberdade de participações individuais com o destaque de algum elemento mais complexo.

A ginástica para todos é uma ferramenta motivacional, tanto de envolvimento da comunidade escolar, quanto para colocar em evidência a ginástica, ressaltando sua importância histórica e cultural.

Quando não existe a competição, a comparação, e o enaltecimento de um participante em detrimento do outro, todos podem participar dentro de suas possibilidades, seus limites, suas vivências, suas potencialidades, e seus ideais (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016 *apud* NUNOMURA, 2016, p. 42³).

É interessante mostrar o que é a ginástica para todos com o compartilhamento de vídeos, fotografias ou textos. Busque por esse acervo ou utilize um dos vídeos sugeridos.

Aula ilustrativa sobre ginástica para todos: <<https://www.youtube.com/watch?v=1oQZze4zpiw>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

13ª World Gymnaestrada – Apresentação de grupo brasileiro: <<https://www.youtube.com/watch?v=NCTjdqDPWvg>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

Unicamp (2016) – Apresentação de ginástica para todos com bolas: <<https://www.youtube.com/watch?v=CoQSoQYPy5A>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

Sesc 2019 – Idosos praticando a ginástica para todos: <<https://www.youtube.com/watch?v=M3lJyPLicdc>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

É importante introduzir o tema aos estudantes, especialmente no que se refere ao uso do termo. As duas modalidades têm a mesma proposta não competitiva e de inclusão. Faça dessa prática uma continuidade da outra,

³ NUNOMURA, Myrian. *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.

propondo aos estudantes uma apresentação de maior complexidade. Para isso, parta dos elementos já construídos e experimentados na prática anterior e organize com eles uma apresentação.

QUESTÕES GERADORAS



O que podemos fazer para deixar a apresentação anterior ainda mais rica?

Que movimentos, elementos ou materiais podemos incluir?

O que precisamos ajustar na ficha de planejamento do projeto?

Onde e como podemos divulgar ou apresentar a coreografia de ginástica para todos?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: aparelho de som e itens opcionais, como malabares, colchões, vestuário, acessórios para manipulação, buscando na escola o que está disponível para compor a experiência.

O planejamento nessa prática é fundamental para que tudo funcione no dia da apresentação, e durante todo o processo. Lembre-se de fazer rodas de conversa e anotar as sugestões dos estudantes, que devem ser os protagonistas.

Algumas decisões e mediações do professor são necessárias, como: organizar as ideias dos estudantes em forma de lista; auxiliá-los a reconstruir o planejamento do projeto; mediar os conflitos entre os estudantes na tomada de decisões; disponibilizar os equipamentos e os materiais escolhidos; otimizar o uso de elementos ginásticos; ajudar na segurança do ambiente físico; favorecer a não competitividade; exaltar o prazer em fazer ginástica e valorizar cada contribuição dos estudantes.

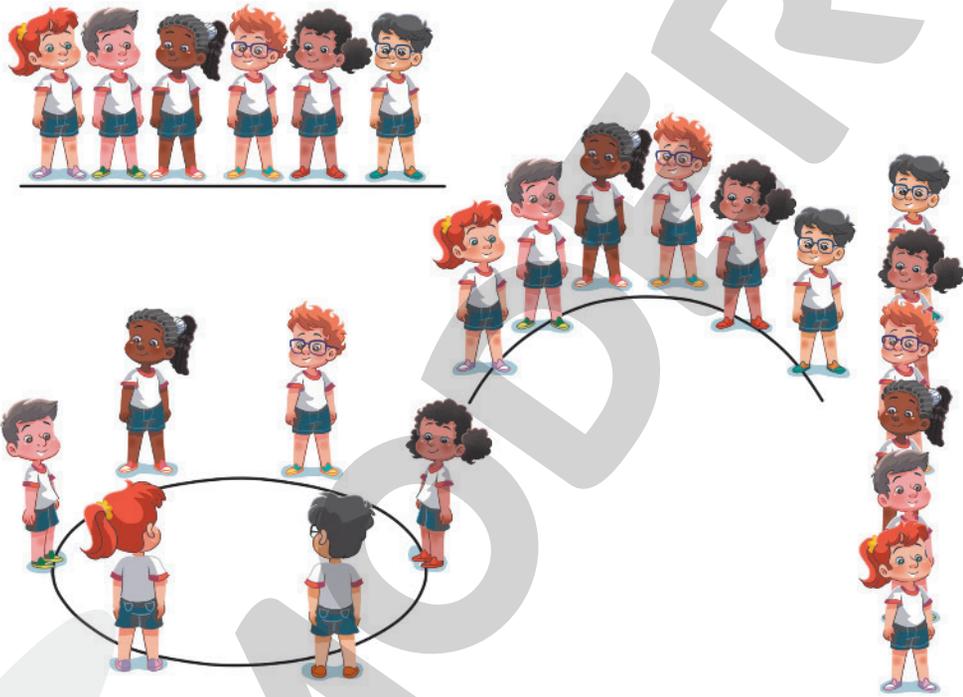
Decisões coletivas sobre as quais os estudantes precisam conversar: Quais passos de dança e elementos ginásticos estarão presentes? Todos os estudantes farão as práticas corporais sincronizadas ou haverá um momento livre em que cada um poderá mostrar suas potencialidades? A música permanecerá a mesma ou será um *pot-pourri* musical? Haverá um vestuário semelhante ou utilizarão roupas que costumam ir à escola? Será utilizado algum material ou adereço? Quais serão as funções de cada participante da turma?

Estimule-os a incluir os movimentos da ginástica: rola-mentos, estrelas, equilíbrios, pirâmides, malabares, apoios invertidos, pois aqui vale tudo o que o corpo e a imaginação criarem.

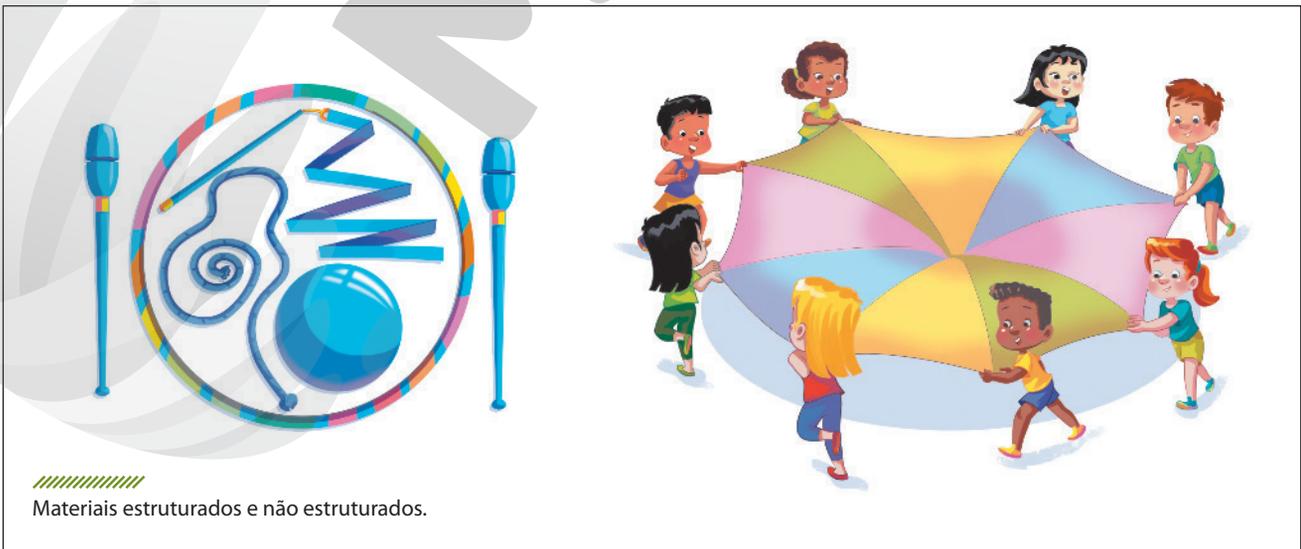
Mostre aos estudantes e relembre alguns elementos da ginástica a fim de inspirá-los e auxiliá-los nas escolhas, ampliando as possibilidades de criação coreográfica.



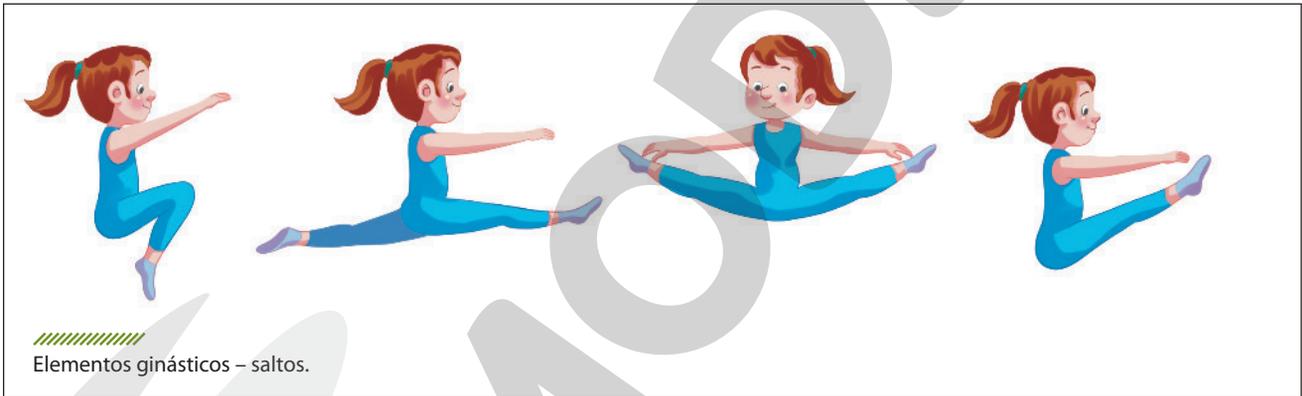
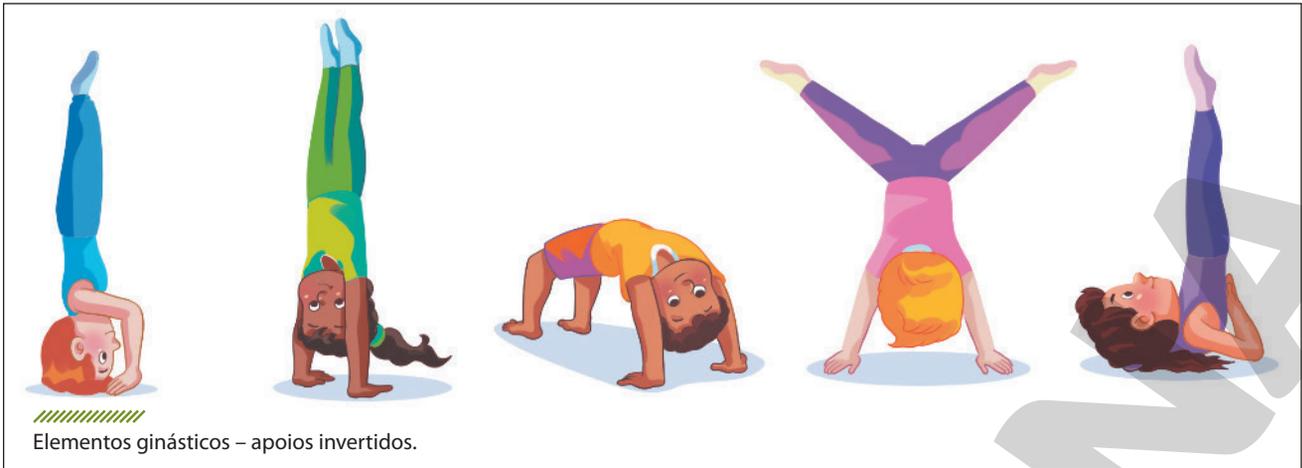
//////
Pirâmides.



//////
Formações no espaço.



//////
Materiais estruturados e não estruturados.



Chegou a hora! Com tudo combinado e bem ensaiado, faça uma apresentação leve, divertida, prazerosa em um ápice de divulgação coletiva da ginástica, que é para todos e foi idealizada por todos!

Cada um tem um papel fundamental nesse projeto. Não esqueça de fazer fotografias, filmagens, registros por desenhos, pesquisa de avaliação dos espectadores, e eternize esses momentos de aprendizagem.

JOSE LUIS JUHAS



Apresentação de ginástica para todos.



Dialogando sobre a prática

Após a apresentação, mostre aos estudantes as filmagens e peça que comentem sobre o processo em todas as suas etapas. Valorize as questões relacionadas ao processo e não ao resultado estético das apresentações. Faça com que os estudantes percebam que conseguiram avançar em relação aos próprios movimentos, mas principalmente que foram capazes de criar uma apresentação por meio do próprio esforço e da capacidade coletivos.

Combine com os estudantes de que maneira poderiam divulgar ou publicar a apresentação, incluindo as falas deles para produzir um documentário que pode ser exposto em algum canal nas mídias sociais ou no *site* da escola.



Registrando

Em uma folha, peça aos estudantes que façam uma autoavaliação em relação à produção: Como foi a sua participação na sugestão de temas de músicas ou de coreografias?

Esforçou-se para realizar e praticar os movimentos envolvidos na coreografia? Auxiliou na escolha ou na elaboração dos materiais? Procurou ajudar os colegas com dificuldades? Pediu ajuda aos colegas e ao professor quando teve dificuldade? Essas são algumas entre outras questões importantes para fazer aos estudantes ao final do processo.



Avaliação

Una a avaliação dos estudantes ao registro da atividade anterior para compor a avaliação final. Dê um retorno a eles com comentários escritos acerca da produção, da própria autoavaliação e da observação do professor durante as aprendizagens nesta unidade.

NÃO PARE POR AQUI

De acordo com os recursos disponíveis na estrutura escolar, amplie ou adapte as atividades sugeridas a fim de assegurar oportunidades de aprendizagem para todos os estudantes. A seguir, estão alguns outros materiais para consulta:

Ginástica para Todos: TV escola (2017), parte 1: <<https://www.youtube.com/watch?v=HVbYTqzdBaY>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

Ginástica para Todos: TV escola (2017), parte 2: <<https://www.youtube.com/watch?v=OQd0S2wnNzo>>. Acesso em: 4 abr. 2021.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. (coord.). *Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

NUNOMURA, Myrian. *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.

OLIVEIRA, Nara Rejane Cruz de. Ginástica para todos: perspectivas no contexto do lazer. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, v. 6, n. 1, p. 27-35, 2007. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art02_edfis6n1.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2021.



HENRY MILLEO/PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES

//////
Crianças dançando fandango, Paranaguá, PR, 2019.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(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.

(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.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9 e 10

Competências de Educação Física: 2, 5, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Experimentar e fruir as danças do Brasil e do mundo e as danças de matrizes africana e indígena.
- Perceber semelhanças e diferenças entre os elementos constitutivos das danças.
- Combater as formas de preconceito em relação às danças e a seus praticantes.
- Valorizar a diversidade cultural.
- Criar estratégias para transpor os desafios exigidos pelas danças.

CONVERSANDO SOBRE DANÇAS

Dançar é uma forma de expressão corporal na qual manifestamos sentidos e significados culturais por meio dos gestos combinados com o ritmo e o espaço.

A ocupação dos espaços e os deslocamentos são movimentos que podem ser tanto os coreografados quanto aqueles utilizados em nossa vida cotidiana. Quando realizados nas danças, os movimentos são livres do ato utilitário, fato que liberta a criatividade e a possibilidade de se movimentar, ocupar os espaços e se deslocar de maneira quase infinita.

Essa liberdade proporciona ao indivíduo a descoberta de potencialidades que estavam subjacentes, porque as demandas de movimento da vida cotidiana nem sempre permitem o acesso a elas, e, portanto, ficam latentes na pessoa. O que significa dizer que as aprendizagens da dança ocorrem na própria ação, nos deslocamentos e nos planos que envolvem descobertas de como se movimentar no espaço em determinado ritmo. Essas descobertas possibilitam a aprendizagem de múltiplas dimensões relacionadas à movimentação corporal.

Quando atravessamos uma rua, e precisamos calcular o tempo necessário para efetuar deslocamentos no ambiente, estamos constantemente integrando e avaliando, de forma intuitiva, as informações sobre tempo, distância e velocidade. Trabalhar o desenvolvimento espaço-temporal de maneira prática é fundamental durante as aulas de dança para a aquisição dessas habilidades.

Toda criança precisa conhecer as potencialidades referentes à compreensão da relação existente entre o deslocamento do corpo ou parte dele no espaço, e de quanto tempo essa ação necessita para se concretizar. Na conexão entre ambos está inserido o conceito de ritmo.

Para dançar é necessário um controle cognitivo para organizar a sequência de movimentos no tempo e no espaço, pois, sem essa capacidade, o resultado da dança fica completamente comprometido, tanto na sua proposição quanto esteticamente. Na verdade, esse controle está presente na vida cotidiana por meio de outras práticas corporais, mas é o dançar que potencializa o desenvolvimento da estrutura espaço-temporal, pois nele há uma correlação direta e momentânea de interdependência das ações, em que qualquer equívoco em relação ao movimento no tempo ou no espaço, por menor que seja, compromete a ação como um todo.

Dessa forma, é fundamental que as crianças, ao dançarem, possam compreender a importância do desenvolvimento da relação espaço-temporal e do controle corporal para garantir o desenvolvimento e a estética do fazer coletivo, ressaltando ainda essas habilidades como fundamentais não somente para o dançar, mas também para a vida cotidiana.

No aspecto social, é importante ressaltar que os movimentos realizados ao dançar criam uma condição de interdependência entre o movimento individual e a ação coletiva. Nesse sentido, é imprescindível mostrar aos estudantes que essa interdependência está relacionada ao fazer individual e à capacidade de organização rítmica de cada participante, criando, assim, o senso de responsabilidade, fundamental para o desempenho coletivo ao dançar.

No âmbito cultural, viver essa experiência por meio da compreensão dos gestos que representam as diferentes culturas visitadas nesta unidade possibilita, além de experimentar diferentes gestos realizados no ritmo e no espaço, a conexão com diferentes culturas e a (re)significação da expressão corporal manifestada por meio dos movimentos que caracterizam as propostas das danças e os traços culturais dos povos que as praticam, possibilitando, inclusive, reconhecer elementos comuns entre elas.

PRATICANDO DANÇAS

Prática 1: DANÇAS DO BRASIL



Conhecendo a prática corporal

Mantendo a proposta dos 3º e 4º anos, esta unidade traz ainda outras danças praticadas no Brasil, o que reforça a diversidade brasileira evidenciada pela prática de diferentes manifestações em uma mesma região.

Mostre aos estudantes algumas outras danças brasileiras praticadas em cada região, conforme as sugestões a seguir:

Balaio: dança típica do Sul, na qual os participantes formam duas rodas concêntricas, uma de homens e outra de mulheres, em que executam movimentos circulares e sapateado. Mostre aos estudantes o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=3jOEy2ZN8hg>> (acesso em: 24 abr. 2021) para que conheçam o balaio.

Mineiro-pau: dança típica do Sudeste, com formação em roda e em fileira, com execução de batida de bastões no chão e entre os participantes. Mostre aos estudantes o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ySUjWa0KJ74>> (acesso em: 24 abr. 2021) para que conheçam a dança.

Camaleão: dança típica do Norte, praticada aos pares, com formação em roda e execução de passos laterais, troca de lugares, requebrados e palmeados. Mostre aos estudantes o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=Qrg3QOLBwuM>> (acesso em: 24 abr. 2021) para que conheçam essa dança do Norte.

Vilão: dança típica do Centro-Oeste, praticada em grupo, com execução de passos e batidas de bastões

marcados pelo apito do regente. Mostre aos estudantes o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=LLkLBfvi0S8>> (acesso em: 24 abr. 2021) para que conheçam a dança do vilão.

Coco: dança típica do Nordeste, marcada por melodia com refrão responsivo e movimentos em roda, em fileiras, em pares e solo. Mostre aos estudantes o vídeo disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=xdz9ZCnVOz0>>. (acesso em: 24 abr. 2021) para que conheçam a dança.

Para ampliar o engajamento dos estudantes em relação ao tema e integrá-los à percepção de ritmos, movimentos e espaço, pergunte a eles:

QUESTÕES GERADORAS



Alguém conhece alguma dessas danças?

Quais semelhanças e diferenças podemos perceber entre elas em relação ao ritmo, aos movimentos e ao espaço?

Quais danças temos em nossa região?

Vocês conhecem alguém que pratica algum tipo de dança? Quem? É homem? É mulher? É criança?

Em posse das respostas, é possível construir um quadro sociocultural da relação entre a dança e a comunidade, evidenciando-a como uma manifestação da expressão cultural coletiva e incentivando a valorização da diversidade e das vivências culturais.

Durante a reflexão, esteja atento a qualquer demonstração de preconceito tanto em relação à prática das danças quanto em relação às culturas que elas representam e a seus praticantes.

Vivenciando a prática corporal

Dança do coco

Material: equipamento audiovisual.

Aprofunde as aprendizagens sobre a dança do coco, reservada para experimentação nesta unidade.

Coco é uma dança originária da região Nordeste, mais especificamente dos estados de Pernambuco, Alagoas e Paraíba. Seu surgimento tem como referência os engenhos de açúcar operados por homens e mulheres escravizados, que trabalhavam como coqueiros e coqueiras, ou quebradores de coco.

A dança é marcada pelos tambores, cantos que retratavam a realidade dos trabalhadores e manifestações do coletivo de participantes que dançavam em roda, em fileiras, aos pares e com passos solos.

A origem e o senso comunitário da dança precisam ser contextualizados, pois são molas que impulsionarão os estudantes a conversar e a refletir sobre possíveis posturas

preconceituosas e injustiças em relação a temas como o racismo e o sexismo, vislumbrando nas discussões a construção de ideias alinhadas à consciência crítica, à democracia, ao respeito às diferenças e ao exercício da cidadania.



CESAR DINIZPULSAR IMAGENS

Dança do coco.

Apresentação de coco pela Trupé Cia. de Artes durante o evento Arraial Arte, Pirapora do Bom Jesus, SP, 2019.

Diferentemente de outras danças, o coco não demanda um grande local para a prática, e permite aos dançarinos liberdade de criação de seus passos, possibilitando uma ampla gama de exploração de movimentos no espaço, conforme a marcação rítmica.

Nesse sentido, começando pelo passo base é possível criar uma infinidade de outros passos usando habilidades motoras combinadas com movimentos de braços, pernas e tronco.

Coloque, então, uma música para que os estudantes experimentem livremente o ritmo do coco e, posteriormente, oriente-os a executar uma pequena apresentação. Por meio da mediação, auxilie-os a organizar a formação no espaço para os passos de início da apresentação; os momentos para as dinâmicas coletivas, em pares e solos; e a formação e os movimentos de encerramento.

Você encontra uma música de coco disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=_u6nufWq1oM>. (acesso em: 24 abr. 2021).



Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência converse com os estudantes sobre as sensações deles ao dançar; como foi a experiência de expressão corporal do coco, levando em consideração seu significado cultural; se havia algum preconceito ou resistência em relação à prática; se houve alguma dificuldade em relação ao ritmo, aos movimentos e aos deslocamentos.

Faça com que eles reflitam e conversem sobre a preservação cultural e a narrativa de recortes históricos ou cotidianos mantidos vivos pelas danças ao longo do tempo.

Registrando

Transpondo a prática vivenciada para a realidade dos estudantes, peça a eles que realizem uma pesquisa na própria comunidade sobre as danças que representam a cultura local; quais sentidos e significados elas guardam sobre a história da região e da comunidade; se as pessoas pesquisadas praticam as danças.

Solicite, ainda, que, ao final das descobertas, eles escrevam um parágrafo com a própria opinião sobre a preservação das manifestações culturais.

É importante reservar espaço para as experimentações das danças da própria região.

Avaliação

Como avaliação parcial dos estudantes na unidade de danças, considere suas observações e anotações sobre: a valorização das origens das danças, seus sentidos e significados; a construção de diálogos que reforcem uma postura democrática e de combate a preconceitos; as percepções sobre ritmo, gestos e espaço; e as estratégias utilizadas para superar os desafios dos elementos constitutivos das danças.

Prática 2: DANÇA DO DRAGÃO

Conhecendo a prática corporal

Dada a notoriedade que a China tem no cenário mundial e o número de imigrantes desse país no Brasil, é interessante promover a experimentação de uma dança que é destaque nas celebrações chinesas. Assim como outros elementos da cultura desse país asiático, a dança tem se tornado presente em manifestações culturais no Brasil e no mundo.

A dança do dragão traz uma figura enigmática. Símbolo dessa cultura, o dragão chinês é uma combinação de olhos de coelho, chifres de veado, garras de tigre, orelhas de touro e escamas de peixe no corpo de uma longa serpente. Ele representa a sorte, o poder e a dignidade.



//////
Dança do dragão.
Cerimônia anual em homenagem a Huangdi, China, 2021.

Representar em si várias espécies de animais explica seus movimentos ondulados, ao ritmo de batidas de tambor, que simulam ações na água e na terra, como mergulhar e rastejar, seguindo uma bola, a pérola do dragão.

Apresente aos estudantes um vídeo da dança do dragão, e, então, proponha algumas perguntas:

QUESTÕES GERADORAS

Como são os gestos, o ritmo e o espaço da dança do dragão?

Quais habilidades motoras e capacidades físicas estão presentes nessa dança?

Vocês conhecem alguma outra dança em que os dançarinos manipulam algo que tenha algum tipo de sentido ou significado cultural para determinado povo?

Vivenciando a prática corporal

Materiais: tambores, tecido TNT, caixas de papelão, bastões ou bambolês, tintas guache, pincéis, barbante e cola. Outros materiais são opcionais, como tampinhas de garrafa, papel crepom e EVA.

Na dança, o dragão persegue uma bola (pérola), simulando que está brincando com ela. O participante que a conduz dirige todo o grupo e orienta o movimento da cabeça do dragão, que se reflete nos movimentos de todo o corpo até a cauda.

A vivência dessa prática é interessante, pois, além dos aspectos culturais nela contidos, há a possibilidade de os estudantes se identificarem com atividades diversas, porque, para a execução da dança, será necessário: confeccionar o dragão; planejar quais movimentos serão executados; escolher quem irá conduzir a bola; quem estará na cabeça; quem ficará com o movimento do corpo; quem ficará na cauda; e quem tocará o tambor.

Essa diversidade de ações possibilita aos estudantes perceberem as próprias afinidades em relação às tarefas e escolherem papéis que melhor se adequem às próprias aptidões.

Sugerimos que seja reservado um momento para a confecção do dragão, que pode ter como cabeça uma caixa de papelão ornamentada com crepom, EVA, pinturas e tampinhas de garrafa para fazer os olhos. O corpo pode ser feito com TNT preso a bastões (de madeira ou PVC) ou bambolês (de plástico ou arcos confeccionados com papelão), com as escamas pintadas com tinta guache e outros ornamentos que os estudantes queiram incluir.

Ensaíem uma coreografia criada pelos estudantes e, se possível, apresentem circulando pelos espaços da escola.



Dialogando sobre a prática

Reúna os estudantes e conversem sobre as aprendizagens proporcionadas pela prática. Pergunte a eles quais habilidades motoras estiveram presentes; quais capacidades físicas os movimentos apresentaram; quais estratégias cada participante utilizou para conduzir o grupo, acompanhar a bola, harmonizar o corpo com a cabeça, acompanhar o ritmo do tambor, tocar o tambor e se deslocar no espaço.

Questione-os sobre as fases dessa experimentação e sobre quais aprendizados extraem dela, sejam culturais, motores ou atitudinais.

Ressalte a importância do planejamento, do trabalho em equipe e da cooperação para o alcance de um objetivo comum.



Registrando

Como registro, solicite aos estudantes que pesquisem na internet quais elementos da cultura chinesa estão presentes no Brasil.

Acerca dos elementos constitutivos das danças, peça aos estudantes que reflitam sobre a dança do dragão e a dança do coco, e construam um quadro com as seguintes observações sobre características, semelhanças e diferenças entre elas: sentido e significado da dança; características do espaço; tipos de formação; gestos livres ou coreografados; ritmo; dança coletiva, de par ou solo.



Avaliação

Para compor a avaliação dos estudantes, utilize suas observações e anotações, bem como os registros, e observe as aprendizagens que se referem aos elementos constitutivos das danças, a capacidade dos estudantes de compará-los entre as diversas manifestações culturais e as estratégias utilizadas para superar o desafio de executá-los.

Prática 3: TORÉ



Conhecendo a prática corporal

A toré é uma prática presente entre os povos indígenas do Nordeste brasileiro, Tupinambá, Xucuru-Kariri, Kariri-Xocó, Tumbalalá, Pankararú e Pataxó-Hãhãe. A dança tem variações de acordo com os grupos que a praticam, apresentando versões como dança circular, em fila ou em pares, acompanhada por canto e maracás (chocalhos).

A prática remete à espiritualidade, realizada como um ritual aos seres espirituais, que para os indígenas são

representados por elementos da natureza. A pulsação é marcada pelo chocalho, que simboliza o pulsar da vida.



RENATO SOARES/PULSAR IMAGENS



Toré.

Indígenas da etnia Pankararu, Festa do Menino do Rancho, Pernambuco, 2014.

Esse vídeo pode ser utilizado tanto como música de fundo para a prática quanto para que os estudantes conheçam a dança: <https://www.youtube.com/watch?v=lz1VqRs__yc>. Acesso em: 24 abr. 2021.

Proponha alguns questionamentos aos estudantes:

QUESTÕES GERADORAS



Qual é o sentido e o significado da toré para os indígenas?

Como vocês percebem os elementos ritmo, espaço e gestos nessa dança?

Se nós pudéssemos recriar a dança, mantendo a reverência à natureza, quais gestos e movimentos poderíamos incluir?



Vivenciando a prática corporal

Materiais: equipamento de áudio, garrafa PET pequena e grãos de feijão.

Como vivência, proponha aos estudantes a recriação da toré. Desafie-os a manter o sentido e o significado da dança, e, ao ritmo dela, organizar outros deslocamentos e gestos que remetam ao respeito à natureza, ora realizando os movimentos no coletivo, ora individualmente ou aos pares.

Os estudantes podem simbolizar, por meio dos gestos, a chuva, a terra, o Sol, a Lua, as plantas, os animais, como um conjunto de elementos que compõem a harmonia do todo, a fim de que sejam sensibilizados pela cultura indígena de preservação da natureza.

Reserve um momento para a confecção dos próprios chocalhos para a prática da toré.

Você pode sugerir aos estudantes, inclusive, que pintem parte do corpo ou criem outros acessórios, conforme o desejo de experimentação deles.

Se o recurso fotográfico estiver disponível, capte imagens dessa experiência como registro.

Dialogando sobre a prática

Reúna os estudantes em roda e conversem sobre as situações de aprendizagem contidas nessa prática. Possibilite que narrem as próprias percepções a respeito da cultura indígena, observando quais aspectos trazem no relato sobre a vivência experimentada. Então, direcione alguns questionamentos, como: Quais foram os desafios encontrados ao recriar a dança? Quais estratégias e soluções foram utilizadas para superá-los? Como foi experimentar e valorizar os elementos culturais indígenas? Quais outros aspectos da cultura indígena vocês conhecem? Há traços culturais indígenas na cultura brasileira?

Registrando

Como registro, disponibilize cartolinas, canetinhas e fotografias da prática vivenciada. Proponha aos estudantes a construção de um painel coletivo no qual devem juntar as cartolinas, colar as fotografias e/ou criar desenhos, elaborar um título e escrever um relato pessoal sobre a experiência. O aspecto trazido pelo depoimento dos estudantes é livre. Eles podem escrever sobre a cultura indígena; as características dos elementos da dança; as aprendizagens pessoais; entre outros.

Avaliação

Para compor a avaliação dos estudantes, considere as suas anotações e o material de registro, observando a aplicação dos elementos constitutivos na recriação da toré; a valorização e o respeito ao multiculturalismo; a reflexão sobre os sentidos e os significados da dança; as estratégias de enfrentamento aos desafios advindos da prática.

Prática 4: JONGO

Conhecendo a prática corporal

Jongo é uma manifestação da cultura africana praticada pelos afrodescendentes, especialmente, na região Sudeste.

Não se sabe, ao certo, se ele teve origem no Brasil ou se era praticado na África e foi trazido para cá pelos negros escravizados.

A dança é praticada em roda, que tem ao centro dois participantes que executam movimentos de aproximação e separação, chamados umbigada, ao som de tambores, palmas e versos cantados.



LUCIANA WHITAKER/PULSAR IMAGENS

//////

Jongo.

Núcleo de Arte e Cultura de Campos - Cia. Gente de Teatro, Campos dos Goytacazes, RJ, 2019.

Mostre o vídeo disponível em: < https://www.youtube.com/watch?v=JS0GsWq_YmM > (acesso em: 25 abr. 2021) para que os estudantes conheçam a dança.

Então, proponha alguns questionamentos:

QUESTÕES GERADORAS

Quais gestos estão presentes na dança do jongo?
Os elementos do jongo têm alguma similaridade com alguma das danças vistas nesta unidade? Qual(is)?

Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento de áudio.

Ao som das canções afro-brasileiras para dançar jongo, possibilite aos estudantes que experimentem, naturalmente, o ritmo marcado pelas batidas de tambores. Depois, peça a eles que se organizem em duplas para experimentar a execução de alguns passos, buscando movimentos de aproximação e separação, e o levantamento ou afastamento dos braços, adequando as expressões corporais ao ritmo e aos deslocamentos no espaço.

Então, peça a eles que formem uma roda de jongo, acompanhando o ritmo com palmas e experimentando passos em dupla ao centro. Encoraje-os a ousar em seus movimentos, incluindo giros e formas variadas de se deslocar no centro da roda.

Dialogando sobre a prática

Ao final da experiência, reúna os estudantes e conversem sobre a experimentação do jongo.

Faça-os refletir que a dança foi uma forma de resistir ao sofrimento causado pela escravidão, recorrendo a manifestações que guardassem os traços culturais de origem africana.

Comente com os estudantes que, atualmente, os afrodescendentes continuam a cultivar não só a dança, mas os costumes, a religião e outras práticas relacionadas às suas raízes.



Registrando

Dada a semelhança entre as danças coco e jongo, não só pelo ritmo, mas pelos elementos culturais africanos, solicite aos estudantes que observem essas manifestações e apontem os aspectos semelhantes e diferentes.

Depois disso, peça a eles que experimentem dançar jongo com uma música de coco e observem se os gestos e os deslocamentos podem ser feitos sem necessidade de adaptação ao ritmo.

Como resultado dessa experimentação, solicite aos estudantes que escrevam um relatório sobre as próprias percepções e descobertas.

Em duplas, solicite que leiam o relatório do colega e percebam se as observações apontadas foram as mesmas. Possibilite aos estudantes, por meio dessa ação, que notem as afinidades de opinião e os pontos de discordância, conversando a respeito com o objetivo de exercitar as habilidades de argumentação e de aceitação de pontos de vista diferentes.



Avaliação

Além de considerar as aprendizagens específicas dessa prática para compor a avaliação, faça um balanço de todas as práticas realizadas nesta unidade e privilegie o progresso que os estudantes apresentaram quanto à valorização do multiculturalismo; às percepções em relação aos elementos constitutivos das danças; às estratégias criadas para superar os desafios encontrados.

NÃO PARE POR AQUI

As práticas aqui apresentadas são algumas possibilidades para a experimentação das danças brasileiras e do mundo, e das danças de matriz indígena e africana, possibilitando: a compreensão dos elementos constitutivos das danças; a ampliação do acervo motor, cultural e cognitivo na busca de estratégias para superar os desafios das danças; e a valorização e o respeito às diferentes culturas.

No entanto, você pode realizar outras práticas, de acordo com a estrutura escolar, as características regionais e as necessidades dos estudantes, lembrando-se de, nas suas criações ou adaptações, referenciar-se na *Base Nacional Comum Curricular* – BNCC, e nas indicações de habilidades, competências e dimensões do conhecimento apontadas por ela.

Você pode encontrar outros materiais de apoio em:

ALMEIDA, Magdalena. *Samba de coco em Pernambuco: os brincantes e alguns conceitos de cultura*. Brasília, DF: Fundação Cultural Palmares, 2014.

BRASIL. SILVA, René Marc da Costa (org.). *Cultura popular e educação*. Salto para o futuro. Brasília, DF: Ministério da Educação/Cultura popular e educação/Organização Secretaria de Educação a Distância, 2008.

MARQUES, Isabel A. *Dançando na escola*. São Paulo: Cortez, 2012.

OLIVEIRA, Marilza. *Danças indígenas e afrobrasileiras*. Salvador: Universidade Federal da Bahia, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/30849/1/eBook%20Dan%c3%a7as%20Ind%c3%adgenas%20e%20Afrobrasileiras.pdf>>. Acesso em: 5 abr. 2021.



LUCIOLA ZVARIK/PULSAR IMAGENS

//////
Huka-huka, Parque Indígena do Xingu, Mato Grosso, 2016.

Habilidades e competências presentes nesta unidade

(EF35EF13) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.

(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.

(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.

Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 8, 9 e 10

Competências de Educação Física: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 e 10

Objetivos

- Diferenciar o lutar e o brigar em situações de lutas comunitárias e regionais.
- Perceber, ao vivenciar movimentos típicos de lutas como agarrar, puxar, derrubar, que é fundamental respeitar o oponente e as regras de segurança estabelecidas, a fim de criar um ambiente coletivo seguro.
- Identificar os movimentos e as estratégias característicos das lutas no âmbito regional e comunitário, percebendo suas semelhanças e diferenças em relação às outras práticas corporais.
- Experimentar, fruir e valorizar as lutas de matriz indígena e africana, conhecendo e valorizando seu contexto histórico e cultural.

CONVERSANDO SOBRE LUTAS

Ora para sobreviver ou conquistar um território, ora para participar de uma arte marcial com regras elaboradas, as lutas atravessam gerações e estão presentes em diversos contextos.

Antigamente, os seres humanos lutavam contra animais ou agrupamentos inimigos. Com o passar do tempo, esses combates recrudesceram com as guerras entre as civilizações. Aos poucos, esses gestos corporais de embate foram adquirindo características de disputas com caráter recreativo e competitivo.

Em uma análise contemporânea, as disputas presentes no cotidiano do universo infantil, tais como guerra de travesseiros, pequenas lutas corporais no chão ou a interpretação de personagens que salvarão o mundo vencendo o inimigo, têm uma intencionalidade relacionada ao prazer, ao lúdico e à autossatisfação. As crianças elaboram as regras de seus confrontos corporais com e sem objetos e as modificam de acordo com seus desejos e necessidades.

A proposta de contemplar as lutas no currículo de Educação Física fundamenta-se no resgate desse repertório de lutas no contexto regional e comunitário para ampliá-lo, por meio de um aprofundamento de olhares em relação a essas práticas corporais, apresentando outros contextos e objetivos sobre elas.

Os jogos de oposição com regras simplificadas são experiências interessantes para além da realização de gestos corporais típicos. Eles envolvem a possibilidade de o professor mediar a aprendizagem de habilidades presentes nessas dinâmicas, tais como: respeitar o adversário, elaborar estratégias eficientes para vencer a disputa, criar adaptações para as regras e interagir de maneira segura com o oponente.

Não é tarefa fácil elencar lutas de origens indígenas e africanas para experimentar nas aulas de Educação Física. São muitas as opções e as peculiaridades. Nessa unidade, pela sua representatividade e possibilidades ímpares de aprendizagens, as lutas huka-huka e a *nguni*, lutas indígena e africana, respectivamente, aparecem como exemplos. No entanto, outras tantas lutas podem ter maior significado, dependendo da singularidade de cada escola.

Essas lutas têm grande capacidade de envolver as crianças, propondo um mergulho nesse universo tão rico e cheio de valores extrínsecos e intrínsecos. No movimento de resgate das matrizes brasileiras, há um potencial para valorizar e respeitar as lutas por meio da experimentação de seus rituais e seus significados.

PRATICANDO LUTAS

Prática 1: JOGOS DE OPOSIÇÃO



Conhecendo a prática corporal

Os jogos de oposição englobam pequenos embates corporais em duplas, trios ou grupos que utilizam gestos de enfrentamento como puxar, agarrar, empurrar, imobilizar e equilibrar-se.

É notável a variedade de possibilidades de aprender ao percorrer alguns desses jogos: respeito às regras; testar potencialidades e limites do corpo; enfrentar o insucesso ao ser derrotado; saber vencer sem rebaixar o oponente; elaborar regras para simplificar ou dificultar essas disputas, recriando um ambiente seguro e justo, diferenciando o lutar e o brigar, dentre outras tantas que podem ser planejadas antes da prática pedagógica ou aparecerem ao longo do percurso.

Antes de experimentar corporalmente os gestos tipificados de lutas, reforce as diferenças entre o lutar e o brigar.

Pergunte-lhes:

QUESTÕES GERADORAS



Vocês já participaram de alguma luta? Onde?

Como uma luta pode se tornar uma briga?

O que devemos fazer para evitar que uma luta se torne uma briga?

Anote as histórias das crianças e auxilie-as nas reflexões acerca das diferenças entre lutar e brigar, assim como por que rapidamente uma luta pode virar uma briga, tornando-se violenta.

Parece algo muito óbvio, mas cabe ao professor desconstruir esse processo que parece natural para construir o real valor da coletividade relacionada à luta enquanto fenômeno humano, pois aí reside a diferença fundamental entre lutar e brigar. Outro aspecto é estimular os estudantes a não agirem de forma violenta deliberada para ferir o oponente. Nos golpes, é preciso direcionar as ações para objetivos comuns acordados, assim como em jogos de desequilíbrio, deve-se desequilibrar o adversário da maneira mais eficiente possível para que a queda não provoque mais do que um pequeno desconforto momentâneo.

Ressalte que a luta não acontece de forma isolada e individual, mas tem relações sociais presentes e fundamentais para estabelecer ações e estratégias durante a sua prática. Não é possível lutar sem um adversário. Por mais que seja um adversário na luta, é ele que possibilita tal experiência, e é nesse sentido que merece respeito, em uma dinâmica de cooperação mútua.

Estimule a fluência oral dos estudantes de forma coletiva, alternando turnos de fala, fazendo com que fiquem atentos aos relatos dos colegas e contribuam para as reflexões de maneira colaborativa.

O ambiente físico é um elemento fundamental para a prática das lutas de maneira geral e, para realizar a adaptação de maneira específica, em alguns momentos, é necessário forrar o chão com tatames ou colchões para amortecer possíveis quedas e prevenir acidentes.

Vivenciando a prática corporal

Luta dos pregadores

Materiais: pregadores.

O jogo ocorre em duplas dispostas frente a frente, cada oponente com o mesmo número de pregadores disponíveis. Pode-se estabelecer onde os pregadores estarão (na manga, na barra e/ou na gola da camiseta) ou deixar que elaborem estratégias de locais mais desafiadores para o oponente marcar um ponto. Ao sinal, ambos devem tentar tirar os pregadores do adversário e, ao mesmo tempo, impedir que os seus sejam extraídos. Vence quem conseguir retirar todos.

Elabore variações de acordo com o interesse do grupo e dos objetivos pretendidos.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS




Jogo dos pregadores.

Quero ficar e quero sair

Materiais: giz, corda ou bambolê para marcar o círculo no chão.

Demarque uma área pequena, com aproximadamente um metro de diâmetro. Nesse jogo, os oponentes terão objetivos opostos.

- Quero ficar! Um praticante tem como meta ficar na roda, enquanto o outro empurra-o ou puxa-o para tirá-lo do espaço.
- Quero sair! Enquanto um participante tenta sair da roda, o outro agarra-o impedindo sua saída.

Coletivamente, construa as regras principais e faça as adaptações necessárias baseando-se no espaço físico e no envolvimento dos estudantes.




Quero ficar.




Quero sair.

Dialogando sobre a prática

Em uma roda de conversa, escute as impressões dos estudantes sobre a participação nessas práticas corporais.

Faça a mediação de discussões que abordem questões de gênero, respeito ao adversário e estratégias biomecânicas para vencer. Pergunte-lhes: Quais partes do corpo não podemos tocar quando empurramos/agarramos o oponente? Meninos e meninas podem participar juntos? Quais são as melhores estratégias para tirar os pregadores e não permitir que retirem os seus?

Encoraje os estudantes a se expressarem perante o grupo, proporcionando as mesmas oportunidades para todos.

Registrando

No caderno ou em uma folha à parte, peça aos estudantes que escrevam e ilustrem suas respostas a respeito das práticas das lutas.

Nome:	Classe:
Eu luto quando...	Eu brigo quando...
Eu já lutei...	Quando vejo uma briga eu...

Avaliação

O registro escolhido nessa prática pode ser utilizado como avaliação individual e coletiva. Novamente em roda, após observar cada registro, busque apresentar aos estudantes pontos comuns e divergentes em cada questão. Compartilhe dados relevantes que apareceram nesses indicadores.

Uma sugestão é considerar os âmbitos individual e grupal. Por exemplo, quantos estudantes relataram ter praticado lutas anteriormente ou presenciado uma situação de briga corporal? Quais as estratégias em comum utilizadas pelos estudantes ao presenciarem uma agressão física dentro e fora da escola? Que caminhos escolheram?

Prática 2: HUKA-HUKA

Conhecendo a prática corporal

Quais são as principais lutas de origem indígena no Brasil? É difícil responder a essa pergunta, porque há tanto as tribos contemporâneas, que têm sua cultura conhecida, quanto as tribos que foram extintas. Infelizmente, para compreender o modo de vida e os costumes gerais dessas tribos já desaparecidas, é preciso contar apenas com relatos dos antigos exploradores.

Com a imensidão do Brasil, nota-se um grande número de tribos indígenas com diferentes etnias. Enquanto na região do atual estado do Rio de Janeiro havia os Goytacazes, índios considerados bravos, corredores e nadadores extraordinários, caçadores potentes, mas dos quais não se sabe suas habilidades em relação a algum tipo de luta, na região dos povos indígenas do Xingu e Bakairi, ambos localizados no estado do Mato Grosso, existe a luta huka-huka, que tem sido cada vez mais conhecida e popularizada pela sua expressividade.

Essa luta tem um duplo caráter: ritualístico e disciplinar. Como luta ritual, a huka-huka é praticada durante o quarup/kuaup, em homenagem aos mortos ilustres da tribo. Por outro lado, como luta disciplinar e competitiva, apresenta o simbolismo da necessidade de testar a força e a virilidade dos jovens.

Os lutadores do sexo masculino iniciam a luta ajoelhados, um de frente para o outro. Em seguida, giram de forma circular em sentido horário e emitem sons semelhantes ao do nome da luta huka-huka, “ú, ú”. O objetivo é levantar o oponente e levá-lo ao chão ou agarrar o seu joelho e puxá-lo. No caso das mulheres, elas não giram nem fazem sons antes da luta, já começam frente a frente, agarrando-se, utilizando os mesmos critérios dos homens para vencer.

Em um contexto mais amplo sobre lutas de origem indígena, pode-se citar:

- Idjassú, que se diferencia da huka-huka, principalmente, porque os lutadores iniciam a luta em pé, agarrando-se pela cintura, até que um consiga derrubar o outro.
- Derruba-toco, da etnia Pataxó, também chamada “luta de maracá” pelos Tupinambás, é usada como ritual de casamento cujo objetivo é derrubar um toco de madeira que está no chão utilizando o corpo do adversário.
- Luta marajoara, com raízes indígenas e africanas, praticada no Norte brasileiro, na qual os lutadores posicionam-se em pé, frente a frente, buscando desequilibrar o adversário e fazê-lo depositar as costas no chão.

De maneira geral, as lutas de origem indígena citadas têm características muito parecidas: o contato físico direto, a tentativa de desequilibrar e fazer o adversário tocar parte do corpo em um ponto específico, sem desferir golpes como socos, chutes, pontapés ou estrangulamentos.

O espaço físico em que acontecem as lutas de origem indígena são pisos de areia ou terra. Para a experimentação da huka-huka na escola, deve-se procurar por superfícies seguras que amortecem a queda, como areia, tatame ou colchões, em um espaço livre de grades, pilares, cercas ou muretas.

É necessário considerar aqui a ação desafiadora de manter-se em pé e desequilibrar o adversário. Ao praticarem essa luta, os estudantes elaborarão estratégias alternando turnos de golpes ofensivos e defensivos para vencer. Com as mãos livres e uma boa base de apoio no chão, os lutadores provocarão o desequilíbrio do oponente, ocasionando a sua queda e a vitória. Capacidades motoras bem presentes e utilizadas nessa luta são agilidade, força, resistência, flexibilidade e coordenação.

Coloque os estudantes em roda e dispare algumas perguntas para aguçar a curiosidade sobre a huka-huka, assim como sobre os costumes indígenas.

QUESTÕES GERADORAS

As mulheres das tribos participam dessa luta?

É possível praticar essa luta na aula de Educação Física?

Que adaptações de regras, lugares, vestuários e participantes teríamos de fazer para viabilizá-la?

A huka-huka é uma prática corporal com bastante contato físico. Dessa maneira, é fundamental reforçar para os estudantes a necessidade de respeitar o adversário, para que a experiência seja segura e harmoniosa.

JOSE LUIS JUHAS



Huka-huka.

Vivenciando a prática corporal

Material: equipamento audiovisual.

Por se tratar de uma luta com menor divulgação midiática e com singularidades, sugerimos a exibição de um vídeo para familiarização dos estudantes com a prática corporal, como este disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=wONaFbDeOOo>>. Acesso em: 6 jun. 2021.

Converse com os estudantes sobre questões referentes aos aspectos do modo de vida indígena: O que comem? Quais seus costumes, crenças e valores? Quais são suas visões do mundo? Qual é a sua relação com a terra? Onde moram? Quais são suas vestimentas? Discuta com os estudantes se eles percebem traços diferentes em relação ao próprio modo de vida ou da própria comunidade.

Um dado interessante é que os lutadores pintam o corpo para deixá-lo mais bonito. Eles também passam óleo de urucum com pequi, dentre outros, para o corpo ficar escorregadio e o adversário ter dificuldade de agarrar o oponente.

É possível que surjam comentários sobre estereótipos. Por isso, deixe claro para os estudantes que nessa prática corporal nem todos os gestos e rituais combinam com a realidade deles e que a ideia é experimentar a huka-huka guardadas suas adaptações. Todos os estudantes podem participar como lutadores, plateia ou donos da luta. No entanto, o professor deve fazer as mediações necessárias sugerindo também flexibilizações das regras combinadas pelo grupo.

Apresente as regras e os rituais oficiais dessa luta indígena e elabore coletivamente as adaptações necessárias

para a prática. Auxilie-os a pensar sobre o espaço a ser utilizado, o piso disponível mais adequado, como será a divisão das duplas, quanto tempo será disponibilizado para cada combate, qual será o papel dos espectadores e do dono da luta.

Uma sugestão é iniciar com as regras do ikindene e depois avançar para uma aproximação da huka-huka.

1. **Ikindene:** proposta similar à huka-huka, mas com a simplificação da regra da vitória, em que tocar na perna do adversário leva ao encerramento da luta. Essa luta indígena, presente entre os Kalapalos no Xingu, é uma boa maneira de começar a envolver os estudantes na experimentação, pois exige menor contato físico e não tem quedas. Na luta original, ao derrubar o oponente também se vence. Os homens lutam no ritual quarup e as mulheres, na festa jamugikumalu (espécie de ameaça aos homens que não cumprem seus deveres e traem suas mulheres).
2. **Huka-huka:** divida os estudantes em trios, sendo dois lutadores e um dono da luta. Nessa prática, a plateia forma uma roda em volta dos lutadores e do dono da luta para apreciá-la. Pode-se demarcar a roda com uma corda, com os tênis dos participantes fazendo uma linha, com um risco sobre a areia ou com o próprio tatame. São indicados dois a três metros de diâmetro e um minuto por luta para dar uma dinâmica para as práticas corporais. Nessa etapa, se houver consenso, ganha a luta quem derrubar o adversário, salvos os critérios de segurança e peculiaridades do grupo. Podem-se utilizar adereços indígenas, opcionais, para trazer os simbolismos da luta. Ritualmente, os meninos giram no sentido horário emitindo o som “ú,ú”, ajoelham-se e a luta começa, enquanto as meninas já começam em pé, frente a frente. Por ser uma tipificação dos gestos da luta huka-huka, meninos e meninas podem enfrentar-se, assim como escolher os rituais de preferência.

Dialogando sobre a prática

Nessa etapa da prática corporal, valorize as questões ritualísticas presentes na huka-huka, motivando os estudantes a refletir sobre os sentidos dessa luta representativa da cultura indígena. Auxilie-os a comparar os significados das lutas em outras culturas e a identificar semelhanças e diferenças entre elas.

Outro aspecto interessante é a estranheza ou a familiaridade sentidas pela comunidade escolar ao experimentar essa expressiva luta indígena. Houve algum desconforto? Como lidar com as lutas que diferem do regional e do cotidiano e valorizá-las?

Proponha, ainda, uma reflexão sobre a participação feminina na luta para identificar e dialogar sobre qualquer forma de preconceito em relação aos participantes das prá-

ticas corporais e a formação de estereótipos e padrões que causem discriminação.

Registrando

Na etapa de registro, sugerimos que os estudantes utilizem os recursos de linguagem oral e escrita. Solicite a eles que reconheçam na huka-huka as estratégias utilizadas para vencer o oponente e comparem-nas com as práticas corporais de outras lutas ou jogos de oposição.

Peça ainda que relatem as principais atitudes para preservar o sentido da luta, distanciando-a de qualquer similaridade com o que seria uma briga.

Avaliação

Faça uma roda e compartilhe os registros em forma de entrevistas. Cada criança pode questionar o colega e relatar as próprias observações. Valorize a participação, especialmente nos pontos desafiadores como organização, dedicação e vencer a timidez.

Retome o passo a passo dos estudantes nas etapas dessa prática corporal e como a construíram de maneira colaborativa. Nesse processo, sugira a autoavaliação para investigar a percepção individual das contribuições dos estudantes, utilizando, conforme a tabela a seguir, critérios de acordo com os níveis de aprendizagem.

<i>Insatisfatório</i>	O estudante deve atribuir esse conceito quando perceber que o processo não resultou em novos conhecimentos ou que eles foram insuficientes para fazer diferença em relação ao que já sabia.
<i>Satisfatório</i>	O estudante deve atribuir esse conceito quando perceber que tem algum conhecimento sobre o tema, compreendeu-o e experimentou-o parcialmente.
<i>Plenamente satisfatório</i>	O estudante deve atribuir esse conceito quando perceber que domina o assunto em diversos campos do conhecimento.
<i>Não se aplica</i>	Quando um conhecimento não se aplica a algum dos objetivos, o estudante ou professor escreve no campo NSA (não se aplica).

Disponibilize aos estudantes uma tabela para que possam pensar sobre todo o processo de aprendizagem.

Nome:	Classe:		
Prática: HUKA-HUKA	Data:		
Objetivos	Níveis de aprendizagem		
	Plenamente satisfatório	Satisfatório	Insatisfatório
Compreender o contexto da luta huka-huka, valorizando-a.			
Experimentar, fruir e valorizar os movimentos de ataque e de defesa em situações tipificadas da huka-huka.			
Respeitar os adversários e os rituais, contribuindo para uma prática pedagógica segura e harmoniosa.			

Prática 3: *NGUNI* OU *INTONGA*

Conhecendo a prática corporal

QUESTÕES GERADORAS

Onde se localiza a África do Sul?
Quais lutas de origem africana vocês conhecem?
Vocês conhecem alguma luta com bastões?

O *nguni* é uma luta de origem africana, vinda de povos localizados entre a Etiópia e a África do Sul, denominada *nguni* pelos sul-africanos, especialmente os zulus. É conhecida também como *intonga* por outros povos com línguas diferentes.

Praticada por Shaka Zulu e Nelson Mandela, trata-se de uma luta ancestral com bastões.

Shaka Zulu foi um monarca do Reino Zulu, um ícone na formação de jovens nessa luta com o intuito de prepará-los para as guerras.

Nelson Mandela, famoso pelo combate ao *apartheid* (racismo institucionalizado), aprendeu a luta com bastões em sua infância. Alguns afirmam que ele também se arriscou como treinador dessa modalidade quando jovem.

Na luta, os oponentes enfrentam-se com força e agilidade, segurando bastões de madeira em suas mãos. Um dos bastões é para atacar, buscando atingir diversas partes do corpo do adversário. O outro é voltado para a própria defesa.

Atualmente, é um esporte com regras e equipamentos mais elaborados. Utilizam-se capacete, bastões um pouco menores e menos rígidos, além de um escudo para proteção dos golpes do adversário. Durante o tempo da luta, o árbitro contabiliza os pontos de acordo com o número de partes do corpo do adversário que o lutador atinge. Alternam-se turnos de ataque e defesa, utilizando-se as mãos direita e esquerda, uma para cada função.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUHAS




Nguni ou intonga.

Vivenciando a prática corporal

Materiais: bastões de madeira e bexigas.

Os movimentos da *nguni* ou *intonga* utilizam os bastões de madeira. Portanto, é interessante explorar as possibilidades de gestos corporais na manipulação de tais objetos.

Entregue, inicialmente, um bastão por estudante e peça-lhes que criem movimentos possíveis. Para maior segurança, busque um espaço amplo no qual os estudantes consigam manter-se a certa distância, evitando acidentes.

Se possível, entregue dois bastões para cada um e solicite novas possibilidades de giros, torções, pequenos arremessos e equilíbrios com eles.

Em um segundo momento, outras propostas podem compor essa experimentação:

- Elaborar sequências de movimentos individuais e coletivos.
- Equilibrar o bastão na palma da mão.
- Deixar o bastão no chão, girar 360° e pegá-lo de volta, sem deixá-lo cair no chão.
- Em duplas ou trios, colocar o bastão sobre um dos pés, e, em apoio unipodal, equilibrar o bastão deslocando-se pelo espaço determinado.

Proponha, então, algumas disputas que se aproximem da luta *nguni*, tipificando sua experimentação:

a) Gangorra: sentados frente a frente, pés unidos e joelhos esticados ou semiflexionados, os dois adversários seguram um único bastão. Peça-lhes que tentem tirar o oponente da posição em que está.



b) Estoure as bolas: em duplas, um participante solta bolas de bexiga enquanto o adversário tenta estourá-las ou rebatê-las o mais rápido possível. Solicite que troquem de funções na luta.



Dialogando sobre a prática

Ao final das experiências, reflita em roda com os estudantes e elabore algumas questões, como: O que vocês aprenderam sobre essa luta africana? Vocês já tinham manuseado um bastão de madeira? Vocês conhecem outra prática corporal que utilize bastões (maculelê, dança africana, por exemplo)?

Reforce ainda a importância de conhecer e valorizar as lutas de diversas culturas e de observar as semelhanças e as diferenças entre elas.

Registrando

Os registros são essenciais para a aprendizagem, como forma de consolidação das práticas e materialização das percepções envolvidas.

NÃO PARE POR AQUI

As práticas trazidas nesta unidade são sugestões para a vivência de jogos regionais e comunitários e lutas de matrizes indígena e africana. No entanto, podem ser utilizadas outras práticas, aprofundando ideias, conceitos e alternativas.

Estes são outros materiais que podem ser utilizados para a construção dessa unidade:

Costumes e vida indígena brasileira no Xingu. Disponível em: <<https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/cultura-indigena.htm>>. Acesso em: 6 jun. 2021.

Informações sobre a luta indígena huka-huka. Disponível em: <<http://arquivo.esporte.gov.br/index.php/ultimas-noticias/209-ultimas-noticias/56490-ritual-indigena-celebracao-esporte-e-a-cultura-dos-povos-do-xingu-na-casa-brasil>>. Acesso em: 6 jun. 2021.

Lutas do Brasil: quem luta não briga! Relatos e pequenos vídeos sobre as lutas indígenas e africanas no Brasil. Disponível em: <<https://sme.goiania.go.gov.br/conexaoescola/>

A ideia é utilizar uma série de produções sobre essa prática e fazer uma exposição na comunidade escolar, como:

- Desenhos e pinturas com tintas.
- Reprodução de adereços como bastões, escudos ou colares.
- Pequenos textos explicativos sobre a luta africana.
- Fotografias com legendas.
- Relatos sobre as sensações de participar da luta.
- Relatos sobre as semelhanças entre essa prática corporal e outras, identificando pontos em comum, como acessórios, movimentos, habilidades, capacidades, sentidos, significados etc.

Avaliação

Sugerimos que faça uma avaliação intrínseca da prática em duas etapas:

1. **Autoavaliação:** pequeno relato em caderno, ou oralmente, em roda, sobre as próprias sensações ao participar da experiência, as contribuições positivas e quais foram os desafios durante a prática ou descrever algo que poderia ter sido feito de forma diferente.
2. **Observação processual individual e coletiva:** anotações do professor durante a prática.

eaja/lutas-do-brasil-quem-luta-nao-briga/>. Acesso em: 6 jun. 2021.

GARCIA, Leandro Fernandes. *As lutas como conteúdo escolar: o desafio é ensinar!* Universidade Estadual Paulista (Unesp). Faculdade de Ciências, Programa de Pós-Graduação em Docência para a Educação Básica. Disponível em: <https://www.fc.unesp.br/Home/ensino/pos-graduacao/programas/mestradoprofessionalemducaciaparaeducacaobasica/produtoeducacionalleandro_final20.pdf>. Acesso em: 6 jun. 2021.

OLIVIER, Jean-Claude. *Das brigas aos jogos com regras*. Porto Alegre: Artmed, 2000.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a educação física*. Porto Alegre: Penso, 2015.

SANTOS, Sergio Luiz Carlos dos. *Jogos de oposição – ensino de lutas na escola*. São Paulo: Phorte, 2012.

REFERÊNCIAS

ALVES, Luciana; BIANCHIN, Maysa Alahmar. O jogo como recurso de aprendizagem. *Revista psicopedagogia*, São Paulo, v. 27, n. 83, 2010. Disponível em: <<https://www.revistapsicopedagogia.com.br/detalhes/210/o-jogo-como-recurso-de-aprendizagem>>. Acesso em: 12 abr. 2021.

O artigo de Luciana Alves e Maysa Bianchin demonstra a função do jogo como recurso para facilitar o processo de aprendizagem, utilizando-o como importante ferramenta pedagógica para desenvolver o estudante tanto intelectual quanto socialmente.

AMINO, Celio. *Jankenpon*: Conheça a história do famoso jogo “pedra-papel-tesoura”. Artigos *Japan House*, São Paulo, 2020. Disponível em: <<https://www.japanhousesp.com.br/artigo/jankenpon-conheca-a-historia-do-famosos-jogo/>>. Acesso em: 1º abr. 2021.

Célio Amino é formado em Física pela USP e fundador da Magicorp. Descendente de japoneses, seu artigo apresenta a história do famoso jogo jankenpon e como se deu sua popularização por todo o mundo.

BLACK, Paul J. *et. al.* Working inside the black box: assessment for learning in the classroom. *PHI DELTA KAPPAN*, v. 86, n. 1, p. 9-21, 2004. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/44835745_Working_Inside_the_Black_Box_Assessment_for_Learning_in_the_Classroom>. Acesso em: 23 abr. 2021.

Sequência de um texto anterior, “Inside the black box”, no qual os autores demonstraram que melhorar a avaliação formativa aumenta o desempenho dos estudantes, “Working inside the black box”, parte da ideia de que, embora as evidências fornecessem muitas ideias para melhoria, faltavam detalhes que possibilitariam aos professores implementá-las nas salas de aula. O artigo traz relatos de um projeto de acompanhamento que tem ajudado os docentes a mudarem a sua prática e os estudantes a mudarem o seu comportamento no compartilhamento de responsabilidade pela aprendizagem deles.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_-versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 5 fev. 2021.

A *Base Nacional Comum Curricular – BNCC* – é um documento que rege a prática pedagógica brasileira na Educação Básica. Está alinhada com pesquisas contemporâneas, compreendendo os componentes curriculares como um meio, e não como um fim, e entendendo que a educação formal escolar deve propiciar aos estudantes o desenvolvimento de competências e habilidades essenciais, não apenas para o prosseguimento dos estudos no Ensino Superior, mas também para a formação cidadã, crítica e ética.

BRASIL. Ministério da Educação. Decreto n. 9.765, de 11 de abril de 2019. Institui a Política Nacional de Alfabetização. *Diário Oficial da União*, 11 abr. 2019. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/Decreto/D9765.htm>. Acesso em: 5 mar. 2021.

Decreto institucionalizado em 2019 que tem como meta melhorar a qualidade da alfabetização no Brasil e combater o analfabetismo absoluto e funcional. A PNA tem como embasamento seis componentes: consciência fonêmica,

instrução fônica sistemática, fluência em leitura oral, desenvolvimento de vocabulário, compreensão de textos e produção escrita.

BRASIL *RUGBY* (Confederação Brasileira de *Rugby*). *Conheça o esporte*. Disponível em: <<https://brasilrugby.com.br/>>. Acesso em: 25 abr. 2021.

Nesse *site* tem-se acesso às regras, ao calendário, ao histórico, aos cursos e a outras informações dessa recente modalidade esportiva no Brasil. É um *site* institucional da Confederação Brasileira de *Rugby* com informações oficiais de uma modalidade nova em nossa cultura, sem muitas referências em nosso país.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira. *Para ensinar educação física*: possibilidades de intervenção na escola. 7. ed. Campinas: Papirus, 2013.

Na presente obra, os autores Suraya Darido e Osmar Souza Júnior reúnem diversos exemplos de práticas e sequências pedagógicas, abordando os conteúdos de diversas formas na Educação Física escolar, não se limitando aos esportes tradicionais. Sem dúvida, a obra auxilia os profissionais da disciplina, formados ou na graduação, melhorando a qualidade de suas aulas nas escolas de todo o país.

FEDERAÇÃO Internacional de Voleibol (FIVB). *The origins*. Disponível em: <https://www.fivb.com/en/volleyball/thegame_glossary/history>. Acesso em: 25 abr. 2021.

O *site* oficial da Federação Internacional de Voleibol tem muitas informações acerca tanto do voleibol de quadra como do de praia, as regras atualizadas, as mudanças na modalidade, assim como o histórico dela e todo seu desenvolvimento desde a criação.

FIORIN, Cristiane Montozo. *A ginástica em Campinas*: suas formas de expressão da década de 20 à década de 70. 148 p. Dissertação de mestrado. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2002. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/275005/1/Fiorin_CristianeMontozo_M.pdf>. Acesso em: 3 maio 2021.

Abordando uma temática pouco explanada anteriormente no meio acadêmico, a mestranda revisitou os caminhos percorridos pela ginástica na cidade de Campinas, no estado de São Paulo. Inicialmente, ela contextualiza e nomeia a ginástica em uma perspectiva histórico-cultural, apresentando o surgimento e os principais métodos ginásticos que influenciaram nosso país, mais especificamente, a contemporização em Campinas.

FREITAS, Rogério Gonçalves *et al.* Luta marajoara: lugar ou não lugar no currículo de uma IES pública do estado do Pará. *Revista Motrivivência*, Florianópolis, Universidade Federal de Santa Catarina, v. 32, n. 61, p. 1-24, jan./mar. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e65668>>. Acesso em: 5 abr. 2021.

Os autores investigaram a legitimidade da luta marajoara nas disciplinas de formação inicial em Educação Física no mesmo estado brasileiro. Por meio de entrevistas com docentes responsáveis pelos conteúdos curriculares com o tema “Fundamentos e métodos das lutas”, os autores desse artigo aferiram que, apesar de os docentes reconhecerem a luta marajoara como um patrimônio cultural, não enxergam relevância acadêmica para compor as matrizes de seus cursos.

GARGANTA, Julio. *Para uma teoria dos jogos coletivos*. O ensino dos jogos desportivos. 2. ed. Porto: Universidade do Porto, 1995.

O autor é um dos precursores de uma nova pedagogia do esporte na língua portuguesa, principalmente nas modalidades coletivas de invasão. Nessa obra, há uma quebra do tradicionalismo do ensino do esporte, iniciando uma nova tendência de uma pedagogia muito mais voltada ao jogo do que aos movimentos técnicos.

HUIZINGA, Johan. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. 5. ed. São Paulo: Perspectiva, 2007.

Johan Huizinga, historiador e linguista holandês, é um dos pensadores mais influentes da história da cultura moderna. Sua obra *Homo ludens* é uma consagrada referência, muito importante, pois interpreta um dos aspectos fundamentais da cultura humana: o jogo e o instinto de jogar.

ICC (International Cricket Council). *History of the cricket*. Disponível em: <<https://www.icc-cricket.com/about/cricket/history-of-cricket/early-cricket>>. Acesso em: 24 abr. 2021.

Site oficial da Federação Internacional de Críquete. Por ser uma modalidade pouco difundida no Brasil, essa é uma boa fonte de informação, pois nela é possível encontrar todas as informações referentes à modalidade, desde regras, competições, histórico, entre outras.

MAKIGUCHI, Tsunessaburo. *Educação para uma vida criativa*. 5. ed. Rio de Janeiro: Record, 2002.

A obra apresenta as propostas de reformas educacionais de Tsunessaburo Makiguchi divulgadas na década de 1930. Escritas ao longo de mais de 30 anos sob a forma de apontamentos, as ideias do educador japonês estavam muito à frente do seu tempo. Na sua visão, a educação deveria ser centrada no desenvolvimento do indivíduo, proporcionando a ele alegria e felicidade ao se desenvolver, criando valor para si e para a comunidade. Essa é uma obra de valor histórico e contemporâneo, visto que atualmente a educação busca o caminho das metodologias ativas e protagonismo do estudante, temas que Makiguchi já abordava há muito tempo.

MEDEIROS, Mara et al. *Dimensões pedagógicas do esporte*. Ministério do Esporte. Pedagogia do Esporte. Brasília, DF: Universidade de Brasília/Cead, Unidade, v. 1, p. 6-53, 2004.

Essa obra é composta pela contribuição de vários autores sobre a pedagogia do esporte, fazendo um apanhado sobre a tendência do ensino dos esportes, além de apresentar atividades para várias modalidades esportivas. Trata-se de um referencial teórico utilizado no Programa Segundo Tempo, embasado nas mais recentes tendências de pedagogia do esporte.

NUNOMURA, Myrian. *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.

A organizadora desta obra reuniu especialistas de cada manifestação ginástica (artística, aeróbica, rítmica, de trampolim, acrobática, vôleio e para todos) apresentada como possibilidade pedagógica escolar e não escolar, além de suas histórias e suas regras oficiais, em direção a possibilidades reais de aplicabilidade em Educação Física para quem nunca teve contato com elas.

OLIVEIRA, Nara Rejane Cruz de. Ginástica para todos: perspectivas no contexto do lazer. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 6 (1): 27-35, 2007. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art02_edfis6n1.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2021.

Em uma possibilidade de focar a prática corporal ginástica mais inclusiva e não competitiva, a autora ilustra a ginástica para todos, percorrendo a sua contextualização, suas principais

características e alguns caminhos para incluí-la como manifestação corporal no cotidiano das pessoas, em um passo a passo acessível que objetiva ferramentar professores de Educação Física a adotá-los nas suas escolhas curriculares.

PONTES, Fernando Augusto Ramos; MAGALHÃES, Celina Maria Colino. A transmissão da cultura da brincadeira: algumas possibilidades de investigação. *Psicologia Reflexão e crítica*. Porto Alegre, v. 16, n. 1, p. 117-124, 2003. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/prc/a/cm9v5LBqjhCbzKjvgmbpGCH/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 3 abr. 2021.

O artigo dos autores Fernando Augusto Ramos Pontes e Celina Maria Colino Magalhães retrata as relações sociais sobre o brincar e como a cultura das brincadeiras é transmitida, influenciando os processos de aprendizagem e socialização das crianças.

REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2020.

Os autores descrevem, nesse livro, uma pedagogia esportiva voltada exclusivamente para modalidades coletivas de invasão. Baseados nas competências dessas modalidades, propõem um aprendizado voltado ao jogo, com uma pedagogia recente acerca das modalidades de invasão. Os autores são referência em aprendizagem pelas competências desse jogo.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina.

O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física. Porto Alegre: Penso, 2015.

Trata-se de um livro colaborativo entre muitos professores de Educação Física que, cuidadosamente, contribuíram para que fossem elaboradas práticas corporais de lutas possíveis de ressignificações nas escolas brasileiras. A ideia não é ensinar artes marciais, e sim ampliar os conhecimentos sobre seus elementos culturais e seu poder de linguagem.

SADI, Renato Sampaio et al. *Pedagogia do esporte: descobrindo novos caminhos*. São Paulo: Ícone, 2010.

Nesse livro, o autor apresenta o ensino das modalidades esportivas, utilizando-se de classificações similares às da Base Nacional Comum Curricular. Nele são apresentadas diversas atividades para as modalidades e suas tipificações, com um referencial pedagógico atual e bastante apropriado para o esporte. Nessa obra, as modalidades estão divididas em taco e rebatida, rede/parede e coletivos de invasão.

SALLES, Vicente. *O negro na formação da sociedade paraense: textos reunidos*. Belém: Paka-Tatu, 2004.

Rica em detalhes e cheia de significados, essa obra elaborada pelo historiador paraense Vicente Salles contém imagens e textos em seus nove capítulos referentes às heranças dos negros na Amazônia e no Pará.

SOARES, A. *Brincadeiras e jogos da criança indígena da Amazônia: algumas brincadeiras da criança Tikuna*. Motricidade On-line – Portal dos professores e profissionais de educação física e desporto. Disponível em: <<http://www.motricidade.com/index.php/repositorio-aberto/40-docencia/1194-brincadeiras-e-jogos-da-crianca-indigena-da-amazonia-algumas-brincadeiras-da-crianca-tikuna>>. Acesso em: 17 mar. 2021.

Nesse artigo, Artemis Soares, professora titular da Ufam, membro da Academia Brasileira de Educação Física, mestre em Educação Física pela USP e doutora em Ciências do Desporto pela Universidade do Porto, além de pós-doutora pela Université de Paris e pela Université Rennes, compartilha sua experiência ao observar algumas localidades Tikunas, povos indígenas que localizam-se na região do Alto Rio Solimões no estado do Amazonas, retratando suas brincadeiras e jogos característicos.



MODERNA



MODERNA

ISBN 978-85-16-13143-2



9 788516 131432