



# Pitangüá Mais EDUCAÇÃO FÍSICA

3<sup>o</sup> a 5<sup>o</sup> anos

Anos Iniciais do  
Ensino Fundamental

**Organizadora:** Editora Moderna  
Obra coletiva concebida, desenvolvida  
e produzida pela Editora Moderna.

**Editora responsável:**  
**Ligia Aparecida Ricetto**

**Categoria 2:**  
Obras didáticas por  
componente ou especialidade

**Componente:**  
Educação Física

**MANUAL DO  
PROFESSOR**

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO. VERSÃO SUBMETIDA À AVALIAÇÃO.  
PNLD 2023 - Objeto 1  
Código da coleção:  
**0032 P23 01 02 000 160**

 **MODERNA**





**MODERNA**



# Pitanguá Mais

## EDUCAÇÃO FÍSICA

**3<sup>o</sup> a 5<sup>o</sup>**  
anos

Anos Iniciais do Ensino Fundamental

**Organizadora: Editora Moderna**

Obra coletiva concebida, desenvolvida  
e produzida pela Editora Moderna.

**Editora responsável:**

**Ligia Aparecida Ricetto**

Licenciada em Pedagogia pela Universidade Paulista.  
Autora de livros didáticos e paradidáticos, arte-educadora. Editora.

**Categoria 2:** Obras didáticas por componente ou especialidade

**Componente:** Educação Física

# MANUAL DO PROFESSOR

1<sup>a</sup> edição

São Paulo, 2021

#### Elaboração dos originais:

##### André Mello

Bacharel em Educação Física pela Uniflato (SP).  
Especialista em Educação Física Escolar pela Universidade Estácio de Sá (RJ).  
Professor de Educação Física.

##### Daiana Silva

Licenciada em Educação Física pela Universidade de São Paulo.  
Especialista em Arte na Educação: Teoria e Prática pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo.  
Professora de Educação Física.

##### Fabiana Queirolo

Licenciada em Educação Artística pela Fundação Armando Álvares Penteado (SP).  
Mestre em Artes pela Universidade de São Paulo.  
Professora de Arte do Ensino Fundamental - Anos finais.  
Elaboradora e revisora crítica de materiais didáticos.  
Artista e pesquisadora de processos artísticos.

##### José Roberto Mariano Rodrigues Junior

Bacharel e Licenciado em Educação Física pelo Centro Universitário Sant'Anna (SP).  
Professor de Educação Física e técnico de Basquete em escola.  
Coordenador técnico de Basquete 3x3.

**Edição de texto:** Cintia Kanashiro (Coord.), Olívia Yumi Duarte, Marina Candido

**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:** Scriba, Bruno Tonel

**Capa:** Daniela Cunha

*Ilustração:* Carlitos Pinheiro

**Coordenação de arte:** Wilson Gazzoni Agostinho

**Edição de arte:** Regine Crema, Alberto Yukio Yamamoto

**Editoração eletrônica:** Casa de Ideias

**Edição de infografia:** Giselle Hirata, Priscilla Boffo

**Coordenação de revisão:** Elaine C. del Nero

**Revisão:** Kiel Pimenta, Palavra Certa, Rita Costa

**Coordenação de pesquisa iconográfica:** Luciano Baneza Gabarron

**Pesquisa iconográfica:** Márcia Mendonça e Camila D'Angelo

**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)

Pitangú mais educação física : manual do professor / organizadora Editora Moderna ; obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela Editora Moderna ; editora responsável Ligia Aparecida Ricetto. -- 1. ed. -- São Paulo : Moderna, 2021.

3° a 5° anos : ensino fundamental : anos iniciais  
Categoria 2: Obras didáticas por componente ou especialidade

Componente: Educação Física  
ISBN 978-65-5816-139-4

1. Educação física (Ensino fundamental)  
I. Ricetto, Ligia Aparecida.

21-72146

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



# Caros educadores,

Com o intuito de nortear suas práticas educacionais, este Manual do Professor pretende possibilitar recursos e ferramentas para enriquecer o diálogo sobre o trabalho da Educação Física no cotidiano escolar.

Sabemos o quão desafiador é propor uma Educação Física transformadora, reflexiva e coerente. Entendemos que aquela disciplina que reproduz apenas o “Quarteto Fantástico”<sup>1</sup> não cabe mais. Trabalhar as unidades temáticas propostas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um importante desafio, que consideramos ser com mais facilidade transposto se olharmos em conjunto.

A tematização de diferentes Esportes, Brincadeiras e Jogos, Danças, Ginásticas e Lutas é fundamental para o trabalho com as práticas corporais na escola. Sabemos a importância de mediar o aprendizado para que o estudante encontre possibilidade de ler e reler seu próprio mundo, sendo protagonista da sua história.

Esperamos que nas páginas seguintes você encontre auxílio, inspiração e motivação para produzir, em seu cotidiano, práticas educativas criativas e democráticas, pautadas em uma perspectiva que entenda a Educação Física como linguagem, em que as dimensões motora, cognitiva e socioemocional caminhem em paralelo, sendo igualmente reconhecidas.

Esperamos que seu protagonismo docente também seja respeitado e valorizado. Usufrua deste material, ressignifique-o. Sobretudo, defenda a aprendizagem de corpo inteiro.

Um abraço,

Os editores.

<sup>1</sup> Referência às quatro modalidades coletivas muito comumente trabalhadas nas escolas, a saber: basquetebol, futsal, handebol e voleibol. A ideia é a de que reproduzir um currículo estritamente esportivista não cabe mais nos dias atuais.

# Conheça seu livro

Este Manual do Professor é composto de 5 capítulos, referências comentadas e seções e partes específicas.

### 4 Roteiros de aula para o 4º ano

#### Olimpíadas

Observe as imagens.



1. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016.

2. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016. Há uma disputa em torno da bandeira nos Jogos Olímpicos de Rio, na Bahia, de 2016.

**Conectando ideias**

1. Qual das modalidades olímpicas não possui o trabalho em equipe?

2. O trabalho em equipe é uma característica importante das modalidades olímpicas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

3. O trabalho em equipe é uma característica importante das modalidades olímpicas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

4. O trabalho em equipe é uma característica importante das modalidades olímpicas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

5. O trabalho em equipe é uma característica importante das modalidades olímpicas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

## Roteiro de aula

Este volume contém planos de aula para o 3º ano (Capítulo 3), o 4º ano (Capítulo 4) e o 5º ano (Capítulo 5). Está estruturado nas seguintes partes:

- Unidade temática
- Objetos de conhecimento
- Competência específica de Educação Física
- Habilidades de Educação Física
- Tema
- Processo pedagógico
- Avaliação

### 3 Roteiros de aula para o 3º ano

#### Cultura Indígena

Observe as imagens.



1. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

2. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

**Conectando ideias**

1. Qual das danças indígenas não possui o trabalho em equipe?

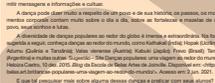
2. O trabalho em equipe é uma característica importante das danças indígenas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

3. O trabalho em equipe é uma característica importante das danças indígenas. Como podemos trabalhar em equipe em sala de aula?

### 5 Roteiros de aula para o 5º ano

#### Cidadão do Mundo

Observe as imagens.



1. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016.

2. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016. Há um cidadão do mundo em uma festa em São Paulo, em 2016.

**Roteiro de aula 5**

- Unidade temática: Lutas
- Objeto de conhecimento: História da luta
- Objeto de conhecimento: História da luta

## Conectando ideias

Seção que abre o capítulo e introduz o tema e as questões principais que serão abordadas. Apresenta questões iniciais que auxiliam na reflexão sobre a prática pedagógica, sobre a Educação Física e a integração com o componente Arte.

## Cidadão do Mundo

Seção que explora temas relacionados à formação da cidadania e da ética, com textos sobre iniciativas importantes na sociedade, ou mesmo nas escolas, contribuindo para análise da importância de trabalhar essa abordagem com os estudantes. O objetivo é favorecer a formação plena, integral e cidadã do grupo de alunos.

## Midialogando

Seção que contempla o uso de algum recurso tecnológico digital ou que trata da presença da tecnologia no cotidiano e na sociedade.

### 3 Tema Dança para todos

1. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

2. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

**Midialogando**

1. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

2. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016. Há uma dança indígena em uma festa em São Paulo, em 2016.

## Para saber mais

Seção que traz sugestões de leitura ou complementação para o professor. Livros, artigos, sites, filmes são alguns dos recursos propostos, seja para formação do professor, seja para trabalho com os estudantes.

# Sumário

Apresentação.....	6
-------------------	---

## Capítulo 1 – A Educação Física na Base

### Nacional Comum Curricular ..... 8

A Educação Física escolar e a inclusão ... 9

A Educação Física escolar ao longo do tempo .....9

Pressupostos teórico-metodológicos ....10

Unidades temáticas em Educação

Física na BNCC ..... 13

Lutas ..... 13

Quadro de conteúdos ..... 16

Educação Física 3º ano ..... 16

Educação Física 4º ano ..... 19

Educação Física 5º ano ..... 22

## Capítulo 2 – Desenvolvimento das crianças de 8, 9 e 10 anos ..... 25

### Introdução ..... 29

## Capítulo 3 – Roteiros de aula para o 3º ano .... 30

Cultura indígena ..... 30

Roteiro de aula 1 (Mãe da rua e brincadeiras de pegar) .....31

Roteiro de aula 2 (Voleibolão) ..... 33

Roteiro de aula 3 (Saltos) ..... 35

Roteiro de aula 4 (Danças em roda – ciranda) ..... 37

Roteiro de aula 5 (Cabo de guerra) ..... 40

Roteiro de aula 6 (Peteca) ..... 42

Roteiro de aula 7 (Futebol) ..... 45

Roteiro de aula 8 (Figuras acrobáticas) .... 47

Roteiro de aula 9 (Dança indígena – jacundá) ..... 48

Roteiro de aula 10 (Desequilíbrio) ..... 50

Roteiro de aula 11 (Jogo de matriz africana – *Da Ga*)..... 52

Roteiro de aula 12 (Flagbol) ..... 55

Roteiro de aula 13 (Ginástica geral – malabarismo) ..... 57

Roteiro de aula 14 (Registro de caminhos corporais na dança) ..... 60

Roteiro de aula 15 (Brincadeira de luta) ... 62

## Capítulo 4 – Roteiros de aula para o 4º ano ... 64

Olimpíadas ..... 64

Roteiro de aula 1 (Jogos de tabuleiro – *Shisima*)..... 66

Roteiro de aula 2 (Handebol) ..... 68

Roteiro de aula 3 (Ginástica artística) ..... 70

Roteiro de aula 4 (Brincadeiras rítmicas – escravos de Jó) ..... 72

Roteiro de aula 5 (Lutas de curta distância) ..... 74

Roteiro de aula 6 (Jogos cooperativos) .... 76

Roteiro de aula 7 (Basquetebol) ..... 78

Roteiro de aula 8 (Acrobacias individuais) ..... 80

Roteiro de aula 9 (Maculelê) ..... 81

Roteiro de aula 10 (Lutas de longa distância – esgrima) ..... 84

Roteiro de aula 11 (*Agú-Kaká*) ..... 86

Roteiro de aula 12 (Beisebol adaptado – Base 6) ..... 89

Roteiro de aula 13 (Malabarismo – manipulação de objetos) ..... 93

Roteiro de aula 14 (Coco de roda) ..... 95

Roteiro de aula 15 (Ikindene e Huka-Huka) ..... 97

## Capítulo 5 – Roteiros de aula para o 5º ano ..... 100

Esportes Paralímpicos..... 100

Roteiro de aula 1 (Queimada)..... 102

Roteiro de aula 2 (*Flag*) ..... 105

Roteiro de aula 3 (Ginástica rítmica) ..... 106

Roteiro de aula 4 (Dança para todos)..... 109

Roteiro de aula 5 (Capoeira) ..... 111

Roteiro de aula 6 (Pique-bandeira) ..... 114

Roteiro de aula 7 (Beisebol)..... 115

Roteiro de aula 8 (Pirâmide humana)..... 117

Roteiro de aula 9 (Frevo) ..... 119

Roteiro de aula 10 (*Kung Fu*) ..... 120

Roteiro de aula 11 (Haneqe) ..... 122

Roteiro de aula 12 (*Ultimate*) ..... 124

Roteiro de aula 13 (Tônus muscular) ..... 127

Roteiro de aula 14 (*Breakdance*) ..... 128

Roteiro de aula 15 (Luta marajoara) ..... 131

## Conclusão ..... 134

## Referências bibliográficas ..... 135



# Apresentação

Observe as imagens.



PEOPLEIMAGES/GETTY IMAGES



IAKOV FILIMONOV/SHUTTERSTOCK



SALAJEANS/SHUTTERSTOCK



ULRIK PEDERSEN/PHOTO/GETTY IMAGES

Crianças e jovem em diferentes práticas corporais, usando o próprio corpo e implementos, como corda e bola.

## Conectando ideias

1. Quais dessas práticas corporais os estudantes são capazes de reconhecer e quais não conseguem identificar?

Resposta pessoal. As imagens retratam diferentes práticas corporais que fazem menção às unidades temáticas que serão trabalhadas neste ciclo de escolarização.

2. Essas práticas corporais já foram vivenciadas pelos estudantes? Convide-os a relatar as próprias experiências.

Os alunos são convidados a relacionar seus conhecimentos prévios aos temas que serão trabalhados ao longo do ano.

3. Quais dessas práticas corporais são possíveis de vivenciarmos na escola?

Procure refletir sobre as experiências corporais vivenciadas na escola e as semelhanças e diferenças entre elas: quais são ao ar livre? Em quais se usam objetos? Quais são feitas em duplas ou em grupos? E individualmente? Quais usam o corpo todo?

Conforme apresentado no Volume 1 desta coleção, o movimento é condição primordial para o desenvolvimento integral de todo ser humano. É a partir do corpo que o indivíduo se percebe e estabelece relação com o outro e com o mundo. Com o corpo em movimento, ele encontra elementos para poder ler o mundo e nele intervir.

A Educação Física, portanto, é o componente curricular que, ao tematizar as mais diversas práticas corporais, oferece ao sujeito elementos para que ele possa entender a sua própria corporalidade. Trata-se de um componente curricular de características motoras, mas também cognitivas e socioemocionais. Aprender de corpo inteiro é uma máxima que faz parte dos objetivos de um professor de Educação Física.

Assim, a Educação Física assume o compromisso com todo o projeto pedagógico de formar cidadãos que sejam autônomos, empáticos, capazes de perceber a si mesmos e ao outro em diferentes esferas sociais e que sejam protagonistas de suas próprias trajetórias.

Pensando dessa maneira, propomos este Manual do Professor, um documento de caráter norteador cuja intenção é auxiliar o professor na construção de um currículo coerente com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).



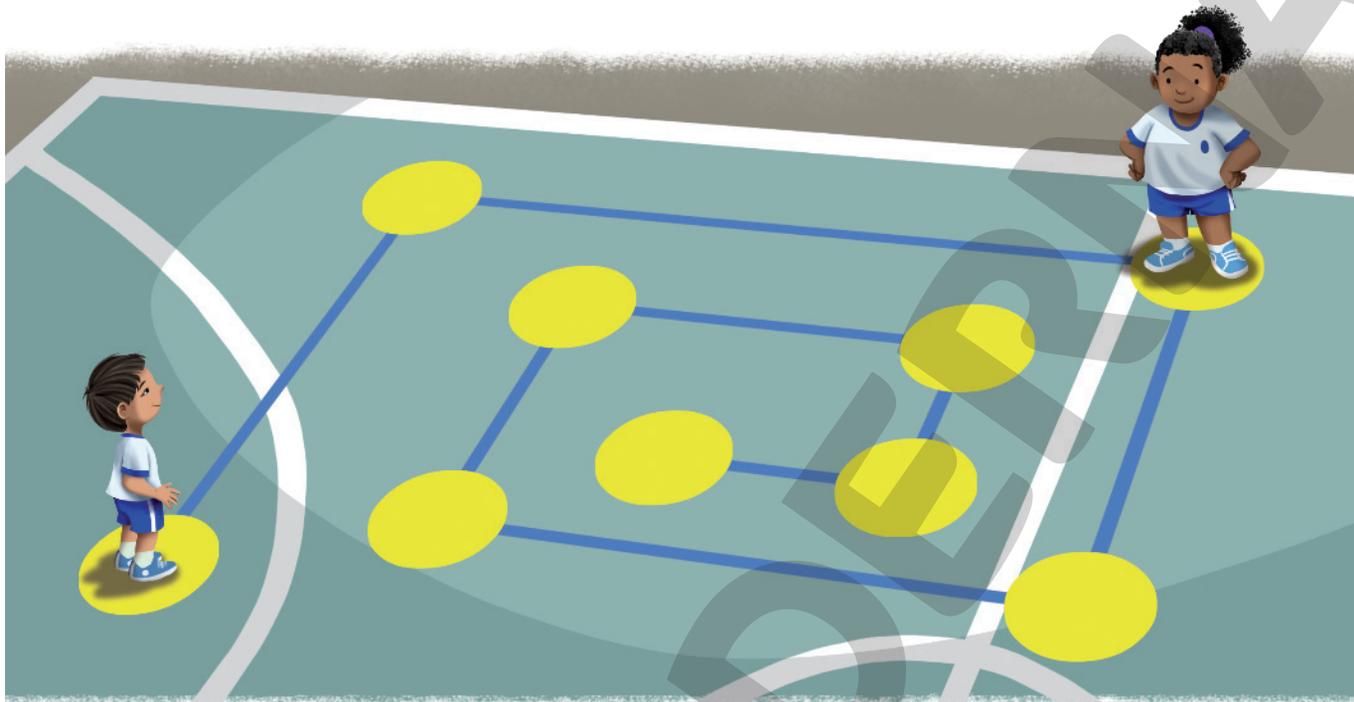
Para saber mais sobre a concepção de Educação Física e as relações desse componente curricular com a área de Linguagens, retome o Volume 1 do Manual do Professor – Impresso, Capítulo 1 (páginas 8 até 27).

Este Manual do Professor é composto de 5 capítulos, organizados da seguinte forma: no Capítulo 1, trazemos as especificidades da Base Nacional Comum Curricular para o Ensino Fundamental – Anos Iniciais (3º ao 5º anos); no Capítulo 2, dialogamos sobre o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças de 8, 9 e 10 anos, faixa etária predominante do ciclo escolar aqui discutido; o Capítulo 3 apresenta propostas de roteiros de aula para o 3º ano; o Capítulo 4 é composto de roteiros de aula para o 4º ano, e o Capítulo 5 é composto de roteiros de aula para o 5º ano.

# A Educação Física na Base Nacional Comum Curricular

Observe a imagem.

ALBERTO DE STEFANO



Jogo de matriz africana, tem origem em Moçambique. Você sabe o nome desse jogo?

## Conectando ideias

### 1. Você sabe o nome do jogo mostrado na imagem?

Trata-se do Labirinto, jogo de matriz africana.

### 2. Como esse jogo pode ser adaptado para a aula de Educação Física?

Esse jogo pode ser brincado na quadra ou no pátio da escola. Com um giz, desenha-se um labirinto no chão e as crianças devem começar na extremidade externa do desenho (elas podem ficar em pé ou usar uma pedra para representar cada jogador). Para avançar pelo caminho, os jogadores tiram par ou ímpar, ou joquempô, e o vencedor de cada rodada avança para a posição seguinte. Isso se repete várias vezes, e vence a partida aquele que chegar ao final primeiro.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento oficial norteador das propostas pedagógicas que compõe os currículos escolares por todo o país. Assim, a Educação Física, componente curricular da área de Linguagens, tematiza e sistematiza as práticas corporais que compõem todo o universo da cultura corporal, com o objetivo de ampliar as experiências dos estudantes. Essas experiências, de caráter corporal e lúdico, devem ser facilitadas e ancoradas em aprendizagens motoras, cognitivas e socioemocionais.

É importante que, durante todo o planejamento de um período – que pode ser bimestral, trimestral, semestral ou anual –, consideremos as competências específicas do componente, as habilidades propostas para o ciclo escolar e os objetos de ensino sugeridos. Esse alinhamento entre objetivos, competências, habilidades, conteúdos e avaliação é condição essencial para o sucesso de um currículo.

## A Educação Física escolar e a inclusão

De acordo com a Lei Brasileira de Inclusão de Pessoas com Deficiência (Lei n. 13.146/2015), no artigo 2º:

Art. 2º Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas.

Ao propormos a inclusão nas aulas de Educação Física, procuramos abordar as práticas corporais a todos os estudantes, dentro de seu contexto comunitário e escolar, uma vez que as práticas estão voltadas para cada estudante experimentar as vivências motoras. Um exemplo prático dessa inclusão seria um estudante cadeirante que, para fazer uma apresentação de dança, pode fazer movimentos com os braços, ou movimentar os braços e partes do corpo para praticar algum esporte.



Exemplo de escola brasileira que põe em ação as práticas pedagógicas inclusivas. Foto de 2020.

## A Educação Física escolar ao longo do tempo

Retomando o que foi dito no Volume 1, ao longo do tempo, a Educação Física escolar passou por diversas mudanças. Apesar de sua história estar muito atrelada ao entendimento higienista do corpo e do movimento, nos anos 1980, com base em estudos específicos da área, houve um grande movimento que colocou em xeque seus objetivos. Com base no que foi dito anteriormente, muitas abordagens e muitos currículos foram criados com o intuito de delimitar objetivos próprios para a área. Inseridos nesse contexto, surgiram os currículos

Desenvolvimentista (TANI et al., 1988), Psicomotor (FREIRE, 1989), Crítico-Superador (COLETIVO DE AUTORES, 1992) e Currículo da Saúde (GUEDES, 1995). Atualmente, os estudos pós-críticos resvalam em outra possibilidade de currículo: a Educação Física Cultural (NEIRA; NUNES, 2006).

Atualmente, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), o componente curricular Educação Física está inserido na área de Linguagens e suas Tecnologias, e um dos objetivos é tematizar as práticas corporais que fazem parte da cultura, não mais valorizando somente a progressão da aptidão física e das técnicas esportivas.

O Ensino Fundamental – Anos Iniciais propõe um grande desafio aos estudantes: reconhecer as experiências pessoais e sociais.

Os alunos do Ensino Fundamental – Anos Iniciais possuem modos próprios de vida e múltiplas experiências pessoais e sociais, o que torna necessário reconhecer a existência de infâncias no plural e, conseqüentemente, a singularidade de qualquer processo escolar e sua interdependência com as características da comunidade local. É importante reconhecer, também, a necessária continuidade às experiências em torno do brincar, desenvolvidas na Educação Infantil. As crianças possuem conhecimentos que precisam ser, por um lado, reconhecidos e problematizados nas vivências escolares com vistas a proporcionar a compreensão do mundo e, por outro, ampliados de maneira a potencializar a inserção e o trânsito dessas crianças nas várias esferas da vida social. (BRASIL, 2018, p. 224).

Neste Manual, tratamos das brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana e das brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, conforme propõe a Base Nacional Comum Curricular nos objetos de conhecimento.

## ▶ Pressupostos teórico-metodológicos

Para propiciar a prática pedagógica do professor de Educação Física, este Manual tem os seguintes objetivos:

- destacar a importância das práticas corporais nos processos pedagógicos do ensino de Educação Física;
- proporcionar sugestões de avaliação tanto do professor quanto dos estudantes, que serve de instrumento de formação;
- consolidar as aprendizagens da Educação Infantil;
- trabalhar a progressão no desenvolvimento de novas formas de se relacionar com o corpo e com o mundo.

Ao levar em consideração a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), propomos uma possibilidade de modelo curricular de Educação Física que converse com as especificidades do Ensino Fundamental – Anos Iniciais, ao organizar os saberes que correspondem às competências, às habilidades, às unidades temáticas e aos objetos de conhecimento.

Este Manual oferta possibilidades de diálogo para o docente, que, ao tomar como base os conhecimentos sobre a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), pode se pautar na ideia de ser um professor autor de sua prática na sala de aula, adotando uma postura autônoma, crítica, significativa e aprofundada.

## ▶ **Competências específicas de Educação Física para o Ensino Fundamental**

Há dez competências específicas do componente curricular Educação Física para o Ensino Fundamental, que levam em conta o caráter experiencial e subjetivo dessa disciplina. São elas:

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.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Versão final. Brasília: MEC, 2018. p. 223. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br>>. Acesso em: 26 maio 2021.

Além das competências específicas citadas anteriormente, há também 15 habilidades específicas para o ciclo de escolarização do Ensino Fundamental – Anos Iniciais (3º, 4º e 5º). Essas habilidades estão diretamente relacionadas às unidades temáticas propostas a seguir.

Assim, com base nas competências específicas de Educação Física, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) propõe que os currículos sejam pensados em função de unidades temáticas, que reúnem objetos de conhecimento (nossos temas e conteúdos de aula) e habilidades a serem desenvolvidas.

Vale lembrar que o “saber fazer” é uma das premissas básicas do trabalho por competências proposto na Base Nacional Comum Curricular. De acordo com a BNCC, por meio dos conteúdos e das aprendizagens, é possível desenvolver as competências, com o intuito de valorizar o protagonismo juvenil.

Essa visão e perspectiva permite que as práticas de Educação Física sejam valorizadas e, dessa forma, o “saber fazer” possibilita a todos que ampliem o conhecimento do componente curricular, valorizando as aulas de Educação Física.

## Objetos de conhecimento

As unidades temáticas são organizadas, na BNCC, em dez objetos de conhecimento. Os objetos de conhecimento são os precursores dos temas e conteúdos de um currículo. Para o 3º, 4º e 5º anos, os objetos de conhecimento estão assim organizados:

Unidades temáticas	Objetos de conhecimento
Brincadeiras e jogos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo</li><li>• Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana</li></ul>
Esportes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esportes de campo e taco</li><li>• Esportes de rede/parede</li><li>• Esportes de invasão</li></ul>
Ginásticas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ginástica geral</li></ul>
Danças	<ul style="list-style-type: none"><li>• Danças do Brasil e do mundo</li><li>• Danças de matriz indígena e africana</li></ul>
Lutas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lutas do contexto comunitário e regional</li><li>• Lutas de matriz indígena e africana</li></ul>

Esses objetos de conhecimento serão trabalhados com base nas necessidades de cada turma, considerando-se também o contexto social em que se encontram a escola e a comunidade.

## Unidades temáticas em Educação Física na BNCC

Os estudantes devem acessar diferentes práticas corporais ao longo do ciclo de escolarização. Essas práticas corporais estão organizadas em **unidades temáticas**, segundo a BNCC. Assim, a Educação Física do Ensino Fundamental – Anos Iniciais organiza seus conhecimentos em seis unidades temáticas: Brincadeiras e jogos; Esportes; Ginásticas; Danças; Lutas e Práticas corporais de aventuras.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) propõe para o Ensino Fundamental – Anos Iniciais que o trabalho seja organizado em quatro unidades temáticas – Brincadeiras e jogos, Esportes, Ginásticas, Danças. Já para o 3º, 4º e 5º anos, além das quatro unidades temáticas selecionadas, há o acréscimo da unidade temática Lutas.

Retome a explicação de todas as unidades temáticas no Volume 1, nas páginas 19 a 28. Neste momento, acrescentamos aqui a unidade temática **Lutas**. Vale ressaltar que, no Ensino Fundamental – Anos Iniciais, as práticas das unidades temáticas devem ser ajustadas de acordo com o contexto da comunidade escolar e devem ser trabalhadas e desenvolvidas de forma **lúdica**.

### Lutas



O trabalho das Lutas como conhecimento estruturado no currículo escolar é sugerido a partir do 3º ano do Ensino Fundamental, sob duas perspectivas: **Lutas do contexto comunitário e regional** e **Lutas de matriz indígena e africana**. Aqui, é importante que os estudantes tenham acesso às manifestações da cultura carregadas de símbolos, códigos, condutas e valores.

O universo das Lutas possibilita desenvolver aprendizados corporais específicos, como desequilibrar, imobilizar, cair, levantar; além de lidar com um oponente em um espaço predeterminado, segundo regras específicas de conduta.

Possibilita a discussão não só sobre guerra e paz, mas sobre a cultura de determinados contextos sociais. O acesso a esse patrimônio deve também permear a escola e a Educação Física.

## Para saber mais

- *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física*, de Luiz Gustavo B. Rufino e Suraya C. Darido. Porto Alegre: Penso, 2015. Esta obra foi escrita por e para professores interessados em aprender a ressignificar novas maneiras de abordar as lutas nas aulas de Educação Física. Os autores propõem nesta obra atividades ricas e diversificadas, com base em fundamentos, para que as lutas façam parte do projeto pedagógico das escolas e possam auxiliar no planejamento, na organização e na avaliação do conteúdo.



## Cidadão do Mundo

Qual é a diferença entre luta e briga?

Trabalhar Lutas no currículo de Educação Física nos ajuda a desmistificar que luta e briga são sinônimos.

As lutas são sistematizadas com base em regras próprias do esporte, validadas por árbitros, campeonatos, premiações, e são praticadas geralmente em um momento pré-organizado para a prática.

Já a briga não corresponde a nenhum dos componentes mencionados anteriormente e, geralmente, a violência é um grande motivador nesse momento.

Além disso, as lutas caracterizam um universo da cultura corporal que correspondem fortemente a determinadas culturas. São exemplos de lutas o *kung fu*, o judô e a capoeira.



SERGIO PEDREIRA/PULSAR IMAGENS



KADEROV ANDRII/SHUTTERSTOCK

### Habilidades específicas de Educação Física para 3º, 4º e 5º anos

**(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.

**(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).

**(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.

**(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.

**(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.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Versão final. Brasília: MEC, 2018. p. 223. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br>>. Acesso em: 23 maio 2021.

Nos próximos capítulos, exemplificaremos os roteiros de aula em consonância com as competências, habilidades, unidades temáticas e objetos de conhecimento para o 3º, 4º e 5º anos no ensino de Educação Física.

Os quadros de conteúdos a seguir são uma sugestão de como trabalhar no ano letivo os roteiros de aula sugeridos nos próximos capítulos (capítulos 3 a 5 deste Manual do Professor).

# Quadros de conteúdos

## ■ Educação Física 3º ano

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Fevereiro	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Mãe da rua e Brincadeiras de pegar (Capítulo 3, roteiro de aula 1)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
Março	Aulas 1 e 2	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Danças em roda – Ciranda (Capítulo 3, roteiro de aula 4)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Registro de caminhos corporais na dança (Capítulo 3, roteiro de aula 14)
Abril	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de rede/parede	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de rede/parede	Voleibolão (Capítulo 3, roteiro de aula 2)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de rede/parede	
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de rede/parede	
Maio	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Saltos (Capítulo 3, roteiro de aula 3)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica geral	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Junho	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Cabo de guerra (Capítulo 3, roteiro de aula 5)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Brincadeira de luta (Capítulo 3, roteiro de aula 15)
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	
Agosto	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	Peteca (Capítulo 3, roteiro de aula 6)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	Jogo de matriz africana - <i>Da Ga</i> (Capítulo 3, roteiro de aula 11)
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	
Setembro	Aulas 1 e 2	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Danças indígenas – jacundá (Capítulo 3, roteiro de aula 9)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças de matriz indígena e africana	
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças de matriz indígena e africana	
Outubro	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de invasão	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de invasão	Futebol (Capítulo 3, roteiro de aula 7)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de invasão	Flagbol (Capítulo 3, roteiro de aula 12)
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de invasão	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Novembro	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Figuras acrobáticas (Capítulo 3, roteiro de aula 8)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica geral	Malabarismo (Capítulo 3, roteiro de aula 13)
Dezembro	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Desequilíbrio (Capítulo 3, roteiro de aula 10)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	

- Consideramos 10 meses de aula, retirando do calendário janeiro e julho, prováveis meses de recesso/férias no calendário escolar.
- Estão sinalizados no campo **TEMA DA AULA** do cronograma os roteiros de aulas descritos no Capítulo 3 deste manual.
- As cores sinalizam os meses de aula e uma possibilidade de trabalho com as unidades temáticas.

(\*) A avaliação diagnóstica é sugerida em cada início de unidade temática, de cada semestre, para que o professor possa identificar o que as crianças já conhecem a respeito dela, inclusive sobre a prática corporal de cada uma e o quanto a dominam. No segundo semestre, pode-se retomar o que foi visto e desenvolvido no semestre anterior, o que ficou de aprendizado, além de ampliar para outros repertórios e vivências semelhantes, ressignificando o percurso do estudante.

A avaliação formativa é proposta em todo o percurso de aprendizado, de modo a realizar a constante avaliação e o monitoramento dos estudantes ao longo do ano letivo com vistas a garantir seu sucesso escolar. Nos roteiros de aula deste volume há sugestões de avaliações formativas com o intuito de aferir não apenas a expressividade e habilidade físico-motora, mas também as dimensões cognitiva e socioemocional.

## ■ Educação Física 4º ano

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Fevereiro	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	Jogos de tabuleiro – <i>Shisima</i> (Capítulo 4, roteiro de aula 1)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	<i>Agú-Kaká</i> (Capítulo 4, roteiro de aula 11)
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana	
Março	Aulas 1 e 2	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Brincadeiras rítmicas – Escravos de Jó (Capítulo 4, roteiro de aula 4)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Coco de roda (Capítulo 4, roteiro de aula 14)
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças de matriz indígena e africana	
Abril	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de invasão	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de invasão	Handebol (Capítulo 4, roteiro de aula 2)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de invasão	
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de invasão	
Maio	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Ginástica artística (Capítulo 4, roteiro de aula 3)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	Malabarismo – manipulação de objetos (Capítulo 4, roteiro de aula 13)
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica geral	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Junho	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Lutas de curta distância (Capítulo 4, roteiro de aula 5)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	
Agosto	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Jogos cooperativos (Capítulo 4, roteiro de aula 6)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
Setembro	Aulas 1 e 2	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças de matriz indígena e africana	Maculelê (Capítulo 4, roteiro de aula 9)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças de matriz indígena e africana	
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças de matriz indígena e africana	
Outubro	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de invasão	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de invasão	Basquetebol (Capítulo 4, roteiro de aula 7)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de invasão	
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de campo ou taco	Beisebol adaptado (Base 6) (Capítulo 4, roteiro de aula 12)
Novembro	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Acrobacias individuais (Capítulo 4, roteiro de aula 8)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica geral	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Dezembro	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Lutas de longa distância – Esgrima (Capítulo 4, roteiro de aula 10)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Ikindene e Huka-
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas de matriz indígena e africana	Huka (Capítulo 4, roteiro de aula 15)

- Consideramos 10 meses de aula, retirando do calendário janeiro e julho, prováveis meses de recesso/férias no calendário escolar.
- Estão sinalizados no campo **TEMA DA AULA** do cronograma os roteiros de aulas descritos no Capítulo 4 deste manual.
- As cores sinalizam os meses de aula e uma possibilidade de trabalho com as unidades temáticas.

(\*) A avaliação diagnóstica é sugerida em cada início de unidade temática, de cada semestre, para que o professor possa identificar o que as crianças já conhecem a respeito dela, inclusive sobre a prática corporal de cada uma e o quanto a dominam. No segundo semestre, pode-se retomar o que foi visto e desenvolvido no semestre anterior, o que ficou de aprendizado, além de ampliar para outros repertórios e vivências semelhantes, ressignificando o percurso do estudante.

A avaliação formativa é proposta em todo o percurso de aprendizado, de modo a realizar a constante avaliação e o monitoramento dos estudantes ao longo do ano letivo com vistas a garantir seu sucesso escolar. Nos roteiros de aula deste volume há sugestões de avaliações formativas com o intuito de aferir não apenas a expressividade e habilidade físico-motora, mas também as dimensões cognitiva e socioemocional.



CESAR DINIZ/PULSAR IMAGENS

## ■ Educação Física 5º ano

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Fevereiro	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Queimada (Capítulo 5, roteiro de aula 1)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Haneque (Capítulo 5, roteiro de aula 11)
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.	
Março	Aulas 1 e 2	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Dança para todos (Capítulo 5, roteiro de aula 4)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças do Brasil e do mundo	
Abril	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de invasão	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de invasão	<i>Flag</i> (Capítulo 5, roteiro de aula 2)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de invasão	<i>Ultimate</i> (Capítulo 5, roteiro de aula 12)
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de invasão	
Maio	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Ginástica rítmica (Capítulo 5, roteiro de aula 3)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	Tônus muscular (Capítulo 5, roteiro de aula 13)
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica de conscientização corporal	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Junho	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas de matriz indígena e africana	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas de matriz indígena e africana	Capoeira (Capítulo 5, roteiro de aula 5)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas de matriz indígena e africana	
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas de matriz indígena e africana	
Agosto	Aulas 1 e 2	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	Pique-bandeira (Capítulo 5, roteiro de aula 6)
	Aulas 5 e 6	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Brincadeiras e jogos	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo	
Setembro	Aulas 1 e 2	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Danças	Danças do Brasil e do mundo	Frevo (Capítulo 5, roteiro de aula 9) <i>Breakdance</i> (Capítulo 5, roteiro de aula 14)
	Aulas 5 e 6	Danças	Danças do Brasil e do mundo	
	Aulas 7 e 8	Danças	Danças do Brasil e do mundo	
Outubro	Aulas 1 e 2	Esportes	Esportes de campo e taco	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Esportes	Esportes de campo e taco	Beisebol (Capítulo 5, roteiro de aula 7)
	Aulas 5 e 6	Esportes	Esportes de campo e taco	
	Aulas 7 e 8	Esportes	Esportes de campo e taco	
Novembro	Aulas 1 e 2	Ginásticas	Ginástica geral	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Ginásticas	Ginástica geral	Pirâmide humana (Capítulo 5, roteiro de aula 8)
	Aulas 5 e 6	Ginásticas	Ginástica geral	
	Aulas 7 e 8	Ginásticas	Ginástica geral	

	Aulas	Unidade temática	Objetos de conhecimento	Tema da aula
Dezembro	Aulas 1 e 2	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Avaliação diagnóstica (*)
	Aulas 3 e 4	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	<i>Kung fu</i> (Capítulo 5, roteiro de aula 10)
	Aulas 5 e 6	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	Luta marajoara (Capítulo 5, roteiro de aula 15)
	Aulas 7 e 8	Lutas	Lutas do contexto comunitário e regional	

- Consideramos 10 meses de aula, retirando do calendário janeiro e julho, prováveis meses de recesso/férias no calendário escolar.
- Estão sinalizados no campo **TEMA DA AULA** do cronograma os roteiros de aulas descritos no Capítulo 5 deste manual.
- As cores sinalizam os meses de aula e uma possibilidade de trabalho com as unidades temáticas.

(\*) A avaliação diagnóstica é sugerida em cada início de unidade temática, de cada semestre, para que o professor possa identificar o que as crianças já conhecem a respeito dela, inclusive sobre a prática corporal de cada uma e o quanto a dominam.

No segundo semestre, pode-se retomar o que foi visto e desenvolvido no semestre anterior, o que ficou de aprendizado, além de ampliar para outros repertórios e vivências semelhantes, ressignificando o percurso do estudante.

A avaliação formativa é proposta em todo o percurso de aprendizado, de modo a realizar a constante avaliação e o monitoramento dos estudantes ao longo do ano letivo com vistas a garantir seu sucesso escolar. Nos roteiros de aula deste volume há sugestões de avaliações formativas com o intuito de aferir não apenas a expressividade e habilidade físico-motora, mas também as dimensões cognitiva e socioemocional.



PIXEL-SHOT/SHUTTERSTOCK

## Desenvolvimento das crianças de 8, 9 e 10 anos



ALEX RODRIGUES

### Conectando ideias

1. Como a percussão corporal pode estar presente em seus planejamentos de aula?
2. Você já levou seus alunos a perceber quais partes do corpo podem produzir sons? E que tipos de sons?

Refleta neste momento que a Música e a Educação Física podem ser integradas no trabalho de percussão corporal e na percepção de que partes de nosso corpo podem produzir sons. Usando os dedos da mão, toque uma música e crie sons e ritmos ao estalar os dedos, bater palmas etc.

Perceber o próprio corpo como um instrumento musical pode ser muito divertido! Inclua a temática da percussão corporal para seus planejamentos de aula. O que é um som grave? E um som agudo? O que é timbre? Quais partes do nosso corpo podem produzir sons com essas características? Investigar a música que todos nós produzimos por meio do corpo não exige nenhum material, apenas criatividade. Mãos à obra!

## ► Características da faixa etária de 8, 9 e 10 anos de idade

Para que o trabalho desenvolvido com as crianças seja potente e significativo, é necessário entender as características da faixa etária na etapa do 3º ao 5º anos, em que os estudantes têm, em geral, 8, 9 e 10 anos de idade. No volume anterior, tratamos das características das crianças que iniciam sua jornada no Ensino Fundamental I. A partir de agora, neste capítulo, veremos como ocorre a evolução das crianças nos aspectos motor, cognitivo e socioemocional.

Os seres humanos vivem em constante mudança, recebendo a todo momento estímulos que os fazem rever-se e transformar-se, criando novas possibilidades de pensar e agir. Essas mudanças são bastante perceptíveis nas crianças, nas quais a relação com os estímulos acontece a todo momento, sendo cada vez mais nítida a mudança em seu comportamento, entendimento sobre o corpo e suas formas de pensar e interpretar a realidade.

O desenvolvimento motor é entendido como um processo relacionado ao movimentar-se, que ocorre em razão de aspectos genéticos, ambientais e também da própria tarefa que realiza. O desenvolvimento motor ocorre de diferentes formas e não atinge sempre um resultado comum, está associado às experiências corporais às quais a criança foi submetida ao longo de sua história. Isto é, ocorre de forma dinâmica e em consonância com sua própria experiência.

As crianças que estão nos últimos anos do Ensino Fundamental – Anos Iniciais enquadram-se no primeiro estágio da fase de movimentos especializados, no qual podem ser propostas atividades em que haja a combinação de habilidades fundamentais exploradas anteriormente. Exemplo: resolução de determinada tarefa que una o salto e o arremesso.

Nessa faixa etária, portanto, inicia-se a combinação de habilidades motoras, aumentando gradativamente sua complexidade durante o percurso escolar.

O professor deve atentar-se a não só aumentar a complexidade das tarefas exigidas, mas também diversificar ao máximo os estímulos disponibilizados, para que a aprendizagem do aluno seja estimulada sob diversos aspectos.

Cada indivíduo tem um tempo único para aquisição e para o desenvolvimento de habilidades motoras:

Embora o “relógio biológico” seja bastante específico quando se trata de sequência de aquisição de habilidades motoras, o nível e a extensão do desenvolvimento são determinados individual e dramaticamente pelas exigências da tarefa em si.

(GALLAHUE; OZMUN, 2005, p. 37.)



Com base na ideia de que a Educação Física considera o estudante de corpo inteiro, o desenvolvimento cognitivo também impacta e reverbera diretamente na maneira como a criança entende e interpreta o mundo.

De acordo com os estágios de desenvolvimento propostos por Piaget, a faixa etária dos 8 aos 10 anos se enquadra no estágio de operações concretas, em que a criança passa a operar sobre os objetos, ou seja, ela é capaz de classificar, ordenar, organizar espacialmente. A criança forma uma representação mental de uma série de ações com diferentes dimensões, sempre atrelada ainda ao objeto. A criação de hipóteses e o pensamento abstrato são características da próxima fase.

Outros pontos importantes para considerar relacionados a essa faixa etária:

- poder de criação e imaginação estão muito presentes no cotidiano;
- o entendimento ocorre por meio de exemplos concretos;
- final desse ciclo de escolarização, começam as possibilidades de operar as habilidades cognitivas abstratas mais sofisticadas

Por causa do desenvolvimento no processo cognitivo e motor, o nível de atenção e preocupação com o outro e com o grupo também se torna mais complexo.

A busca pelo bem-estar coletivo deve ser estimulada nessa fase, para que as crianças não fiquem centradas em resolver apenas seus problemas diante de um



desafio. Deve-se levá-las a conseguir pensar na resolução de problemas do outro e do grupo, em um exercício de empatia e alteridade, cooperando e respeitando o colega com quem convive, desenvolvendo, assim, algumas competências socioemocionais. É papel da Educação Física pensar em atividades sistematizadas que possibilitem esse aprendizado.

Portanto, nesse ciclo de escolarização, apresentam-se aos alunos os jogos de regras, em que a união dos aspectos motor, cognitivo e socioemocional torna-se evidente. As frustrações, a não compreensão das regras, o esquecimento da utilização de alguma regra, a necessidade de perceber o outro, para o bom andamento da atividade, são questões que fazem parte do desenvolvimento da criança e devem ser experienciadas na escola.

As crianças de 8, 9 e 10 anos podem aprender a pensar sobre as emoções que sentem e vivenciar isso corporalmente. Nas aulas de Educação Física, o sentir, o pensar e o agir são colocados à prova a todo momento.

## Para saber mais

- *Crescimento, maturação e atividade física*, de Robert M. Malina, Claude Bouchard e Oded Bar-Or. São Paulo: Phorte Editora, 2009. O livro é composto de 29 capítulos e aborda conceitos introdutórios e conteúdo sobre crescimento pré-natal, crescimento pós-natal, desenvolvimento funcional, maturação biológica, entre outros.



## Cidadão do Mundo



Os valores morais também são um assunto a ser trabalhado nas aulas de Educação Física. Enquanto o aluno vivencia determinada prática corporal, ele exercita também o respeito, a justiça, a empatia e a autonomia. Converse com a turma sobre os valores morais: É possível ter um adversário no jogo e ser respeitoso, justo e empático em uma competição? O que pensam sobre isso?

Nos próximos capítulos, vamos propor roteiros de aula para trabalhar com crianças do 3º, 4º e 5º anos, de 8, 9 e 10 anos, com sugestões para que elas possam vivenciar práticas corporais e o desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional. Será uma oportunidade de levá-las a perceber as emoções que sentem e como as vivenciam corporalmente. Pois, como já dito, nas aulas de Educação Física, o sentir, o pensar e o agir são colocados à prova a todo momento e atuam juntos no desenvolvimento dos estudantes.



# Introdução

Os capítulos a seguir apresentam roteiros de aula e têm por objetivo auxiliar o professor na construção da sua prática pedagógica. Pensando nas características do 3º, 4º e 5º anos do Ensino Fundamental – Anos Iniciais –, explicitadas ao longo dos capítulos anteriores, propomos o planejamento de aulas com base em sugestões de temas.

O objetivo dos roteiros é possibilitar que os estudantes experimentem um variado repertório de práticas corporais ao longo de toda a sua escolarização, para que possam exercer, com autonomia, o respeito a si e ao outro através da multiplicidade de possibilidades que seus corpos são e do que produzem.

Para cada ano escolar, propomos o trabalho de dois temas em cada uma das unidades temáticas, a saber: Brincadeiras e jogos, Danças, Ginásticas, Esportes e, para essa faixa etária, Lutas. Cada uma das unidades temáticas são textos da cultura, que denominamos práticas corporais. Neira (2014, p. 16) nos ajuda a entender que:

Práticas corporais são os produtos da gestualidade sistematizados com características lúdicas, isto é, as brincadeiras, danças, lutas, esportes e ginásticas. Logo, fazem parte da cultura corporal desde as regras da amarelinha até o desenho tático do futebol, passando pelas técnicas do balé, a história do judô e os nomes dos aparelhos de ginástica. Também compõem esse repertório a noção de esporte como meio de ascensão social [...], a utilização da ginástica como aquisição de uma determinada estética corporal, entre tantos outros significados em circulação.

Os objetivos pedagógicos dos roteiros de aula são:

- Desenvolver competências e habilidades de Educação Física por meio das unidades temáticas e objetos do conhecimento, com base na BNCC;
- Aprender conhecimentos culturais e socioemocionais relacionados, por meio das atividades práticas.

Para alcançar esses objetivos, cada roteiro apresenta os seguintes recursos ao professor:

1. Tema e processo pedagógico, onde estruturamos e sugerimos possíveis intervenções práticas para a elaboração da aula;
2. Proposta de avaliação, que pode ser diagnóstica ou formativa, a depender dos objetivos traçados para o percurso;

Ressaltamos que o professor deve ter completa autonomia em reelaborar as propostas de trabalho aqui descritos, de maneira a adaptá-los de acordo com os objetivos de trabalho, o contexto específico em que atua com seus estudantes, as características de cada turma, o espaço e os materiais disponíveis, para um projeto curricular eficiente.

## Cultura indígena

Observe as imagens:



(1) Indígenas da etnia Kalapalo fazendo a dança Tawarawanã, na aldeia Aiha, em Querência (MT), em 2018. (2) Dança da flauta, na aldeia indígena Kalapalo, no Parque Indígena do Alto Xingu (MT), em 2009.

A cultura indígena é plural e cheia de sentidos e significados. As danças têm diversas finalidades: comemorar, festejar, agradecer, despedir. Entender as danças e as lutas de diferentes grupos é também entender a pluralidade de nossa cultura.

### Conectando ideias

1. Você já trabalhou conteúdos de matriz indígena em suas aulas? Como a Educação Física pode colaborar para a superação das práticas corporais eurocentradas?

Possível resposta: Quando possibilitamos aos estudantes práticas corporais não só de origem europeia, mas também das matrizes africanas e indígenas, ensinamos que todos esses conhecimentos estão em igualdade e merecem ser conhecidos e vivenciados.

2. A Educação Física é uma das disciplinas que compõem a área de Linguagens e devem trabalhar as danças. Quais danças indígenas você conhece e gostaria de trabalhar com os estudantes?

Possível resposta: São danças de matriz indígena o cateretê, caiapós, cururu e matipu, por exemplo.

3. As brincadeiras indígenas também fazem parte do repertório cultural a que todos os estudantes devem ter acesso na escola. A peteca é um exemplo de brincadeira indígena ressignificada em nossas práticas. Quais outras brincadeiras de matriz indígena são possíveis de vivenciar nas escolas?

Possível resposta: O arco e flecha, arranca mandioca, jogo da onça etc.

Este capítulo tem a intenção de auxiliar o professor em relação aos currículos específicos, por meio de roteiros de aula. Pensando nas características do 3º ano do Ensino Fundamental – Anos Iniciais, propomos dois temas para cada uma das unidades temáticas.

## ► Proposta de roteiros de aulas

### Roteiro de aula 1

#### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

#### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo.

#### ■ Competência específica de Educação Física

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.

#### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.



SYDA PRODUCTIONS/SHUTTERSTOCK

## ■ Tema: Mãe da rua e brincadeiras de pegar

A brincadeira “mãe da rua” também é conhecida por outros nomes, dependendo da região onde é praticada. Ela pode ser conhecida como “rio vermelho”, dependendo da região. Essa brincadeira permite que a criança explore vários tipos de deslocamento e experimente a tomada de decisão para a execução da atividade.

### ■ Processo pedagógico:

- Para iniciar a aula, exponha as obras do artista Ivan Cruz e peça que os estudantes identifiquem as brincadeiras representadas. Peça que identifiquem em quais há locomoção do corpo. Indague quais brincadeiras geralmente fazem com os amigos e que também poderiam estar presentes na imagem.



LUDMILA GUERRA - ACERVO DA ARTISTA

*Várias brincadeiras II*, de Ivan Cruz, 2006. Técnica: A.S.T, 1,30 m × 1,70 m.

- Em seguida, converse com os estudantes e pergunte a eles como normalmente costumam brincar de pega-pega. Para iniciar a aula, peça que escolham um tipo de “pega-pega”; depois, retome com eles o pega-pega jogado de forma diferente, ou seja, “mãe da rua”.
- No decorrer da aula, você vai ensinar a brincadeira “mãe da rua”, em que os estudantes ficarão de um lado da quadra e, ao comando do professor, deverão atravessar para o outro lado, sem serem pegos por um pegador que vai se posicionar no meio da quadra. Todos que forem pegos vão ajudar até restar somente um estudante.

- Durante a atividade, pode-se colocar variações como: quem for pego deve ajudar o pegador: 1. Parado no lugar que foi pego; 2. Deslocando-se de forma diferente (de costas, por exemplo); 3. Movimentando-se livremente pela quadra.
- Depois dessa vivência, os estudantes são estimulados a discutir quais são os desafios da brincadeira.

## ■ Avaliação

Os estudantes, após vivenciarem diferentes possibilidades de brincar de “mãe da rua”, agora têm repertório e autonomia para explorar mais esse tipo de brincadeira.

Com o uso de diferentes materiais, você pode propor a eles que, com base na criatividade e na imaginação, criem seus próprios desenhos, o que envolve o nível do registro artístico.

As possibilidades de instrumentos avaliativos são diversas e podem ser aplicadas por meio de vários tipos de registro (desenhos, colagens, fotografias e vídeos), fichas de observação, portfólios, autoavaliação e/ou rodas de conversa.

## Roteiro de aula 2

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de rede/parede.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Voleibolão

Alguns esportes têm como objetivo a necessidade de rebater determinado material por cima de uma rede. Isso pode ser feito com as próprias mãos ou com algum implemento. São exemplos desses esportes: vôlei, peteca, tênis de campo, tênis de mesa, *badminton*.

É importante que os estudantes explorem ao máximo as possibilidades de execução dessa tarefa, diversificando cada vez mais os estímulos para a aprendizagem.



### ■ **Processo pedagógico:**

- Converse com os estudantes sobre o conhecimento deles relacionado a esportes que envolvem rede e, inclusive, se algum deles envolve outro tipo de material ou não.
- O desenvolvimento da aula se dará inicialmente por meio de um jogo, que em alguns lugares pode ser conhecido como “lixo na casa do vizinho”, mas a nomenclatura varia de região para região.
- Você pode organizar a turma em dois times, e cada time vai ficar de um lado da quadra, que estará dividida por uma rede. A altura da rede deve ser condizente com o nível de habilidade dos participantes.
- Espalhados pela quadra, terão diversas bolas, de tamanhos e pesos diferentes. O objetivo dos estudantes é rebater as bolas por cima da rede, fazendo com que a bola vá para a área do “vizinho”. Depois de determinado tempo, você para a rodada, fazendo a contagem das bolas de ambos os lados, computando um ponto para o time que tiver menos bola ao seu lado.
- Os estudantes deverão rebater a bola da maneira que lhes for mais conveniente, pois não existe uma forma certa de rebater a bola.
- Depois disso, com apenas uma bola grande, os estudantes vão poder vivenciar o jogo Voleibolão. Nesse jogo, eles não podem deixar a bola cair no chão. Para evitar que isso aconteça, podem segurar a bola, rebater, sempre com o objetivo de preservar o campo e derrubar a bola no campo adversário.

### ■ **Avaliação**

Antes da vivência prática, traga para os estudantes, no início do processo, jornais e revistas em que haja alguma imagem de esporte de rebater.

Depois da vivência, eles deverão conversar sobre as regras estabelecidas em cada um dos jogos e o que poderia ser feito, a fim de melhorar a participação de todos. Conversar sobre as regras implica a participação de todos para o sucesso da atividade.

## Roteiro de aula 3

### ■ Unidade temática

Ginásticas.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.



### ■ Tema: Saltos

Os saltos são componentes de diversas atividades físicas e, na ginástica, representam um papel fundamental. Além de ser uma habilidade motora fundamental para a exploração nessa faixa etária, sua capacidade lúdica permite a exploração de uma gama de possibilidades e brincadeiras.

### ■ Processo pedagógico:

- Inicialmente, promova uma roda de conversa com os estudantes e explique que na aula eles vão explorar diferentes tipos de salto, sendo eles sobre alguns obstáculos.

- Para o início da aula, os estudantes podem vivenciar em um espaço bastante reduzido o pega-pega canguru, em que os pegadores só podem se movimentar saltando com os dois pés. Quem for pego imediatamente vira “canguru” também.
- Depois, organize um circuito motor na quadra, onde os estudantes vão explorar alguns saltos sobre obstáculos. Esses obstáculos podem ser feitos com: cordas, cones, bambolês, colchões, bancos e cadeiras. Se tiver disponível, poderá incrementar alguns saltos com trampolins e *minitramp*. É importante diversificar os materiais de acordo com a disponibilidade de cada contexto.
- Os obstáculos mais difíceis ou mais altos deverão ser protegidos com colchões laterais, prezando sempre a segurança do estudante.
- É possível realizar alguns níveis de dificuldade no próprio percurso, já que na turma normalmente há estudantes de diferentes níveis de aprendizagem.

## ■ Avaliação

Em uma roda de conversa, leve os estudantes a refletir sobre os diferentes tipos de salto que viram nesta aula e quais as dificuldades e os benefícios que eles encontraram na realização.

Os estudantes, divididos em pequenos grupos, deverão fotografar as etapas do circuito que eles considerem de fácil execução, média execução e difícil execução. Assim, ao dividir as imagens em três etapas, os minigrupos poderão reconhecer os níveis de dificuldade do circuito motor. Caso não haja disponibilidade de material para a fotografia, ela poderá ser substituída por desenhos.

Depois, proponha o compartilhamento dos registros de cada grupo com toda a turma, favorecendo trocas e reflexões acerca de estratégias e dicas para superar dificuldades da prática de saltos.



RIDO/SHUTTERSTOCK

## Roteiro de aula 4

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

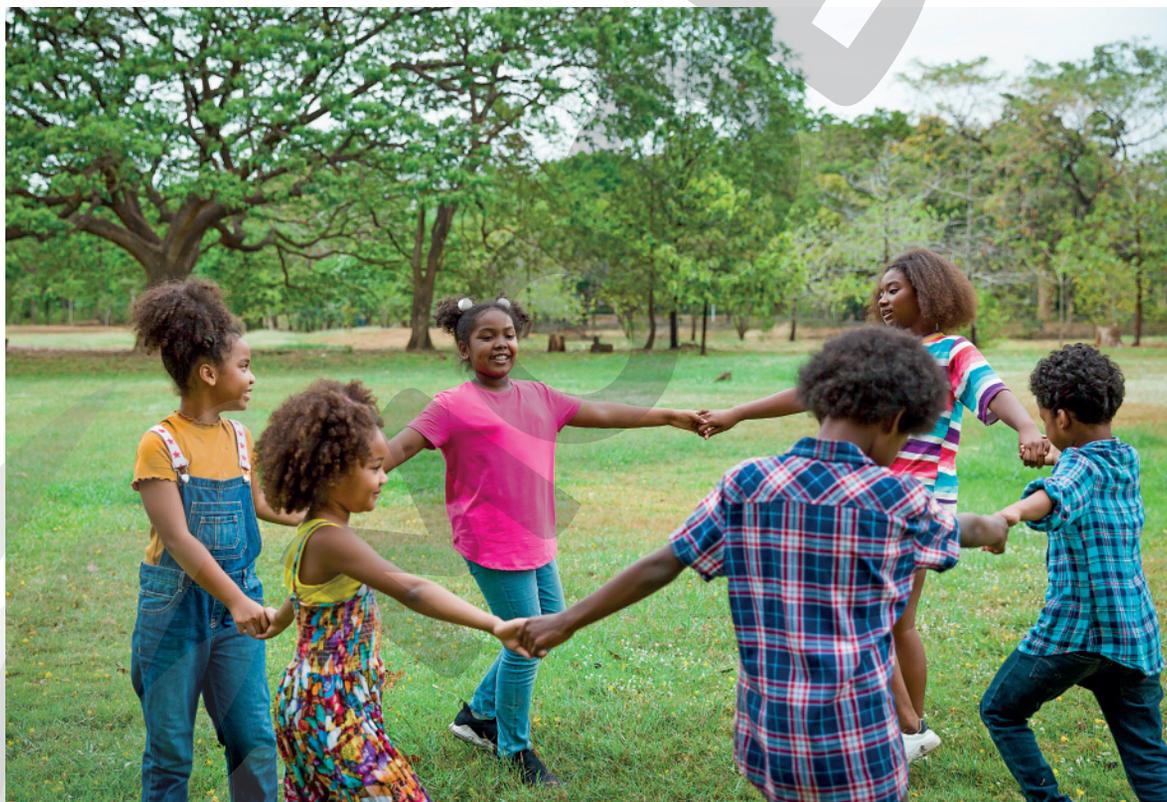
Danças do Brasil e do mundo.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.



### ■ Tema: Danças em roda – ciranda

A dança é uma prática corporal que está presente em nossa sociedade e constrói nossa cultura. Existem diversas possibilidades de dançar: sozinho, em duplas ou em grupo. A proposição é que os alunos saibam identificar e experimentem as danças que envolvem um grupo de pessoas em sua experimentação.

## ■ Processo pedagógico:

- Convide os estudantes a falar todas as danças que conhecem ou das quais já ouviram falar. Faça uma lista com o nome das danças e, com base nessa lista, os estudantes classificarão se elas são realizadas de forma individual, em duplas ou em grupos.
- Em seguida, sinalize quais são as danças realizadas em grupo e a importância do envolvimento de todos para a realização da atividade.
- Em roda, de mãos dadas, os estudantes são convidados a experimentar diferentes movimentos: todos para o centro; todos para fora, todos para a direita ou o mais rápido possível; todos para a esquerda da forma mais lenta possível. Depois de explorar diversas possibilidades, apresente a manifestação da cultura corporal ciranda, realizada em quatro tempos.
- Os estudantes experimentam algumas formas de marcar quatro tempos (batendo o pé no 1 e palmas no 2, 3 e 4, por exemplo).
- Para finalizar, ao som de uma ciranda, todos são convidados a experimentar a música dançando em roda.

## ■ Avaliação

Você pode registrar em formato de vídeo a experimentação da manifestação ciranda. Depois, ao assistir, eles são convidados a dialogar sobre os potenciais e os desafios de terem produzido, em conjunto, uma dança.



Brincadeira de roda, de Marta Diniz, 2018.  
Ilustração bordada em tecido, 40 × 40 cm.

- Danças brasileiras de matrizes africanas e indígenas: dialogando com a diversidade, de Cláudia Foganholi. Programa de Pós-Graduação em Educação/Universidade Federal de São Carlos (PPGE/UFSCar). In: V Colóquio de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana: Motricidade, Educação e Experiência, out. 2012. Disponível em: <<http://www.ufscar.br/~defmh/spqmh/pdf/2012/foganholicurso2012.pdf>>. Acesso em: 2 jun. 2021.

O artigo da autora destaca que as danças brasileiras são manifestações da cultura popular, como o samba de coco e a ciranda, que, em diferentes partes do país, apresentam matrizes indígenas, africanas e europeias. A autora afirma que a dança é uma prática que contribui para a luta pela transformação de situações e realidades opressivas, injustas e discriminatórias, em busca de equidade e respeito. Leia um trecho do artigo:

[...]

A cosmovisão africana presente em tais danças possibilita o reconhecimento das identidades brasileiras e a reflexão sobre maneiras de nos educarmos para as relações, pautadas na afirmação das diferenças e valorização da diversidade.

[...]

### **Algumas reflexões: compondo e cantando nossos versos**

[...]

A sociedade brasileira passa por um momento de singular importância para os estudos sobre a África e as diásporas africanas, que “[...] não atendem apenas a uma demanda exclusiva do movimento social negro, mas de toda a sociedade, e tornam-se indispensáveis para o conhecimento do mundo no qual vivemos e dos mundos que nos precederam” (MOORE, 2008). Sobretudo pela variedade de formação étnica da população, a sociedade brasileira tem buscado compreender as formas de ver o mundo dos povos africanos e seus descendentes no Brasil, a fim de promover a discussão das relações étnico-raciais, com base na afirmação das diferenças e na valorização da diversidade humana. Entre as reflexões propostas pela vivência das danças brasileiras vale ressaltar as que se referem às possibilidades ou potencialidades que as danças brasileiras oferecem para a construção de espaços de diálogo e principalmente para as relações mais igualitárias com as pessoas com deficiências. Tais potencialidades são desenvolvidas a partir de características intrínsecas às matrizes africanas e indígenas, ou à cosmovisão africana presente nas manifestações da cultura popular (OLIVEIRA, 2006). Entre as possibilidades, propostas pela vivência das danças, é possível destacar: a valorização das identidades e da diversidade; a aproximação com a realidade e o cotidiano da comunidade; o estímulo à criatividade na construção de versos e músicas que comportem suas falas, críticas e reflexões; a identificação e valorização da possibilidade de ensinar e aprender; a consideração das subjetividades no processo do encontro; a construção de um grupo e o desenvolvimento da noção de coletividade e solidariedade, onde para a manifestação ocorrer é imprescindível a participação de todas e todos.

FOGANHOLI, Cláudia. Danças brasileiras de matrizes africanas e indígenas: dialogando com a diversidade. Programa de Pós-Graduação em Educação/Universidade Federal de São Carlos (PPGE/UFSCar). In: V Colóquio de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana: Motricidade, Educação e Experiência, out. 2012. Disponível em: <<http://www.ufscar.br/~defmh/spqmh/pdf/2012/foganholicurso2012.pdf>>. Acesso em: 2 jun. 2021.



### ■ Danças do mundo

É possível tornar-se um cidadão do mundo por meio do conhecimento, acesso e prática das danças ao redor do globo. A dança possibilita expressar emoções, sentimentos, histórias e ideias por meio do corpo. Em várias partes do mundo, as danças foram desenvolvidas em vilas, aldeias e templos e desde os primórdios é praticada para celebrar, transmitir mensagens e informações e cultivar.

A dança pode dizer muito a respeito de um povo e de sua história; os passos, os movimentos corporais contam muito sobre o dia a dia, sobre as fortalezas e mazelas de um povo, seus sonhos e lutas.

A diversidade de danças populares ao redor do globo é imensa e extraordinária. Na fonte sugerida a seguir, conheça danças ao redor do mundo, como Kathakali (Índia); Hopak (Ucrânia); Adumu (Quênia e Tanzânia); Valsa vienense (Áustria); Kabuki (Japão); Frevo (Brasil); Tango (Argentina) e muitas outras. Sugestão – *Site Danças populares: uma viagem ao redor do mundo*, Heloiza Castro, 10 dez. 2015. *Blog da Escola de Belas Artes de Joinville*. Disponível em: <<https://belas.art.br/dancas-populares-uma-viagem-ao-redor-do-mundo/>>. Acesso em: 2 jun. 2021.

E que tal pesquisar mais sobre alguma dessas danças e praticar com seus alunos? As roupas, acessórios, passos, tudo compõe a cena e a arte da dança. Aproveite e pratique com seus alunos!

VIACHESLAV MADIYEVSKYY/UKRINFORM/  
BARCROFT MEDIA/GETTY IMAGES



Meninos se apresentam no evento HopakFest, festival de dança da Ucrânia, em Kharkiv, no nordeste do país. Foto de 2019.

LINDA VARTOOGIAN/ARCHIVE PHOTOS/GETTY IMAGES



Apresentação de dança *Nihon Buyo Kabuki*, na Sociedade Japonesa, em Nova York, em 2012.

## Roteiro de aula 5

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional.

## ■ Competência específica de Educação Física

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.

## ■ Habilidade de Educação Física

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

## ■ Tema: Cabo de guerra

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) sugere que o trabalho da unidade temática Luta seja feito a partir do 3º ano. Aqui, podemos experimentar e vivenciar diversas possibilidades dos jogos de oposição.

## ■ Processo pedagógico:

- Como início de um trabalho com estudantes que nunca vivenciaram o amplo campo das lutas, você pode trabalhar com jogos de oposição.
- O cabo de guerra é um jogo com uma característica diferente das lutas tradicionais, ou seja, ele é coletivo, mas se assemelha às lutas em outros aspectos.



- No início do processo, pergunte se eles conhecem algum tipo de luta e, caso conheçam, pergunte qual é o fator importante para se sair bem em uma luta. Observe e anote as respostas para comentar ao final da aula.
- Propor o cabo de guerra por equipes formadas por 4 pessoas, divididas de forma equilibrada.
- Para valorizar a segurança dos estudantes, aspecto fundamental em qualquer trabalho corporal, sobretudo nas lutas, você deve construir um contrato de acordo coletivo, elaborando condutas de segurança sobre possíveis quedas e a observação da corda que eles estarão puxando, para que não machuquem as mãos.
- Após algumas rodadas, pode-se trocar algumas pessoas de time ou formar times com novas configurações.

## ■ Avaliação

Os estudantes deverão realizar uma autoavaliação, identificando as emoções presentes durante a atividade (medo, raiva, frustração, alegria, ansiedade), além da sua participação e envolvimento nos procedimentos da aula.



## Roteiro de aula 6

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.

### ■ Competências específicas de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.
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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

## ■ Tema: Peteca

A peteca é um brinquedo muito comum no Brasil, de origem indígena, que não exige necessariamente um espaço para acontecer. Brincar de peteca é reconhecer um importante objeto da nossa cultura e sua característica lúdica.

Leia o texto:

Uma brincadeira indígena: a peteca!

De origem indígena, a palavra *peteca* significa, em tupi, esbofetear, golpear com a mão espalmada. A prática do jogo de peteca, pode-se dizer, é uma criação puramente brasileira. O Brasil ainda não havia sido descoberto pelos portugueses e a peteca já era popular entre os nativos da região: os indígenas. Junto dela, faziam-se canções e danças para acompanhar. Dessa forma, com o passar do tempo e a permanência da prática da peteca pelos portugueses, as gerações que se sucederam também pegaram o hábito de jogá-la. É muito fácil, vamos brincar?

Para fazer em casa. Educação Física. Disponível em: <<https://portal.sme-mogidascruzes.sp.gov.br/storage/uploads/para-fazer-em-casa/s2/S2%20Atividade%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20F%C3%ADsica%20-%20o%20Ano.pdf>>. Acesso em: 2 jun. 2021.



## ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, convide os alunos a explorar livremente as petecas ali dispostas.
- Em seguida, convide os alunos a brincar em duplas, rebatendo o objeto o tanto quanto possível.
- Depois de experimentar a brincadeira com diferentes duplas, o professor pode formar quartetos, em que o objetivo continua sendo derrubar o implemento a menor quantidade de vezes possível.
- O desafio final é conseguir, por meio do movimento de rebatida, acertar um cesto que você disponibilizará pelo espaço da aula.

## ■ Avaliação

Reúna os estudantes em grupos e peça que pensem em novas maneiras com as quais poderiam variar a brincadeira. Cada grupo vai explicar para toda a turma a variação proposta e todos vão vivenciar as diversas maneiras.



WAVEBEMEDIA/SHUTTERSTOCK

Os estudantes podem construir suas próprias petecas. Para tal, usarão materiais recicláveis e/ou materiais de papelaria.

Sugestões de fontes sobre como construir uma peteca:

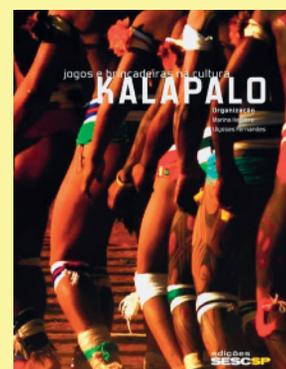
- Como fazer uma peteca superfácil. Canal Artesanatos sem mistérios. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=xDbFEuKaVTA>>.
- Canal Najara Ribeiro. Como fazer peteca de papel. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=qnzPyUMPhc>>.
- Para fazer em casa. Educação Física. Uma brincadeira indígena: a peteca! Disponível em: <<https://portal.sme-mogidascruzes.sp.gov.br/storage/uploads/para-fazer-em-casa/s2/S2%20Atividade%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20F%C3%ADsica%20-%20o%20Ano.pdf>>.

Acessos em: 2 jun. 2021.

## Para saber mais

- *Jogos e brincadeiras na cultura Kalapalo*, de Marina Herrero e Ulysses Fernandes. São Paulo: Sesc, 2010.

Nessa obra, os autores registram 25 jogos e brincadeiras da aldeia Kalapalo, em Mato Grosso. A obra contém textos sobre a cultura Kalapalo, fotos de objetos, além de desenhos de pintura corporal e imagens de indígenas brincando, entre outras atividades. É possível utilizar esse material para que os estudantes ampliem seu conhecimento étnico-cultural, por meio das brincadeiras.



REPRODUÇÃO

## Roteiro de aula 7

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de invasão.

### ■ Competência específica de Educação Física

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Futebol

#### Futebol

Futebol se joga no estádio?

Futebol se joga na praia,

futebol se joga na rua,

futebol se joga na alma.

A bola é a mesma: forma sacra  
para craques e pernas de pau.

[...]

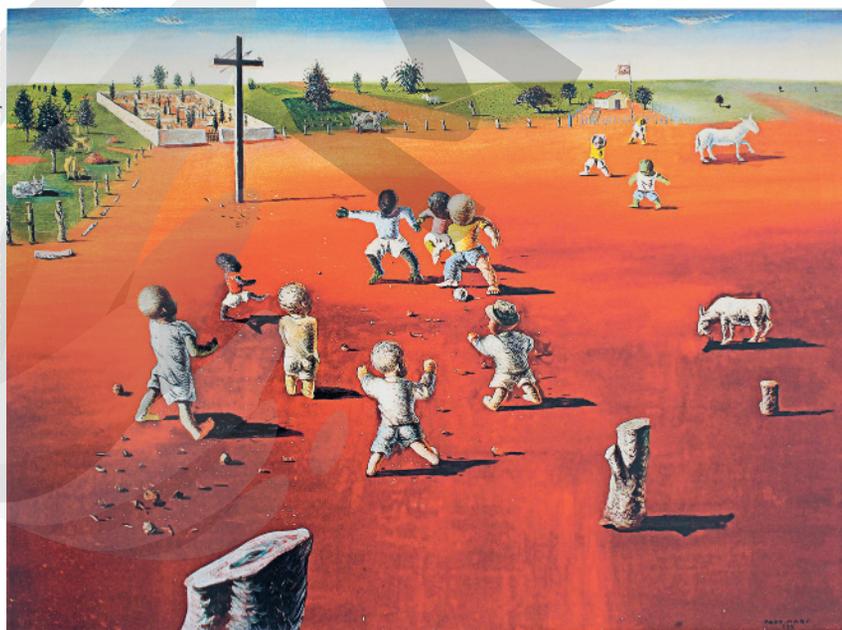
Instantes lúdicos: flutua

o jogador, gravado no ar

– afinal, o corpo triunfante  
da triste lei da gravidade.

ANDRADE, Carlos Drummond. Futebol. In: *Quando é dia de futebol*. São Paulo: Companhia das Letras, 2014.

DIREITO DE REPRODUÇÃO GENTILMENTE CEDIDO POR JOÃO CÂNDIDO PORTINARI/IMAGEM DO ACERVO DO PROJETO PORTINARI - COLEÇÃO PATRICULAR



*Futebol*, 1935, de Candido Portinari. Óleo sobre tela, 97 × 130 cm sem moldura. Rio de Janeiro, Projeto Portinari.

Como disse o poeta nos versos anteriores e como mostra a obra de arte de Candido Portinari, “futebol se joga na rua, futebol se joga na alma”. O futebol é uma paixão nacional. Muitos afetos são despertados em razão dessa manifestação cultural. Existem, porém, muitos jeitos de praticar o futebol.

### ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, os estudantes podem ser divididos em dois times com o número total de jogadores na turma (se na turma houver 30 estudantes, serão dois times de 15 integrantes). Nesse jogo, eles devem tentar fazer gol na trave do adversário por determinado tempo, que vai ser controlado por você, professor. Para isso, serão disponibilizadas muitas bolas leves (quaisquer bolas a que você tenha acesso e com as quais os estudantes não se machuquem caso levem uma bolada enquanto estão distraídos).
- Depois dessa vivência, eles deverão explorar o futebol em miniquadras, em trios.
- Por último, eles deverão vivenciar o futebol de botão.

### ■ Avaliação

Organize uma roda de conversa e pergunte a eles como foram as diferentes experiências, jogando em grupos maiores e depois em trios. Pergunte como foi a atitude do grupo, se o foco foi a competição ou se houve também a cooperação.



## Midialogando

Alguns jogos eletrônicos simulam a prática de alguns esportes. O *videogame* e muitos aplicativos de jogos eletrônicos infantis fazem parte de um processo de aprendizagem que está vinculado a dimensões de novos significados dos esportes, de forma geral.

Pergunte aos estudantes se eles conhecem e gostam de videogames. Caso já tenham jogado algum jogo de futebol, por exemplo, pergunte se eles acham que por meio de jogos eletrônicos eles aprendem sobre o esporte praticado e se esses jogos estimulam a praticar o jogo em seu cotidiano.

Convide-os também a refletir sobre os benefícios que apenas a prática esportiva é capaz de oferecer.



SERGEY PETERMAN/SHUTTERSTOCK

*Smartphone* conectado a *gamepad*. Os jogos eletrônicos podem ser utilizados como ferramentas pedagógicas, e não apenas como vilões, pois eles envolvem aspectos motores, cognitivos e sociais entre os estudantes.

## Roteiro de aula 8

### ■ Unidade temática

Ginásticas.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Figuras acrobáticas

Perceber o próprio corpo como possibilidade de construção de figuras a partir do encontro com o outro possibilita o exercício do respeito por si, pelo outro e pelo grupo, de forma lúdica e potente.

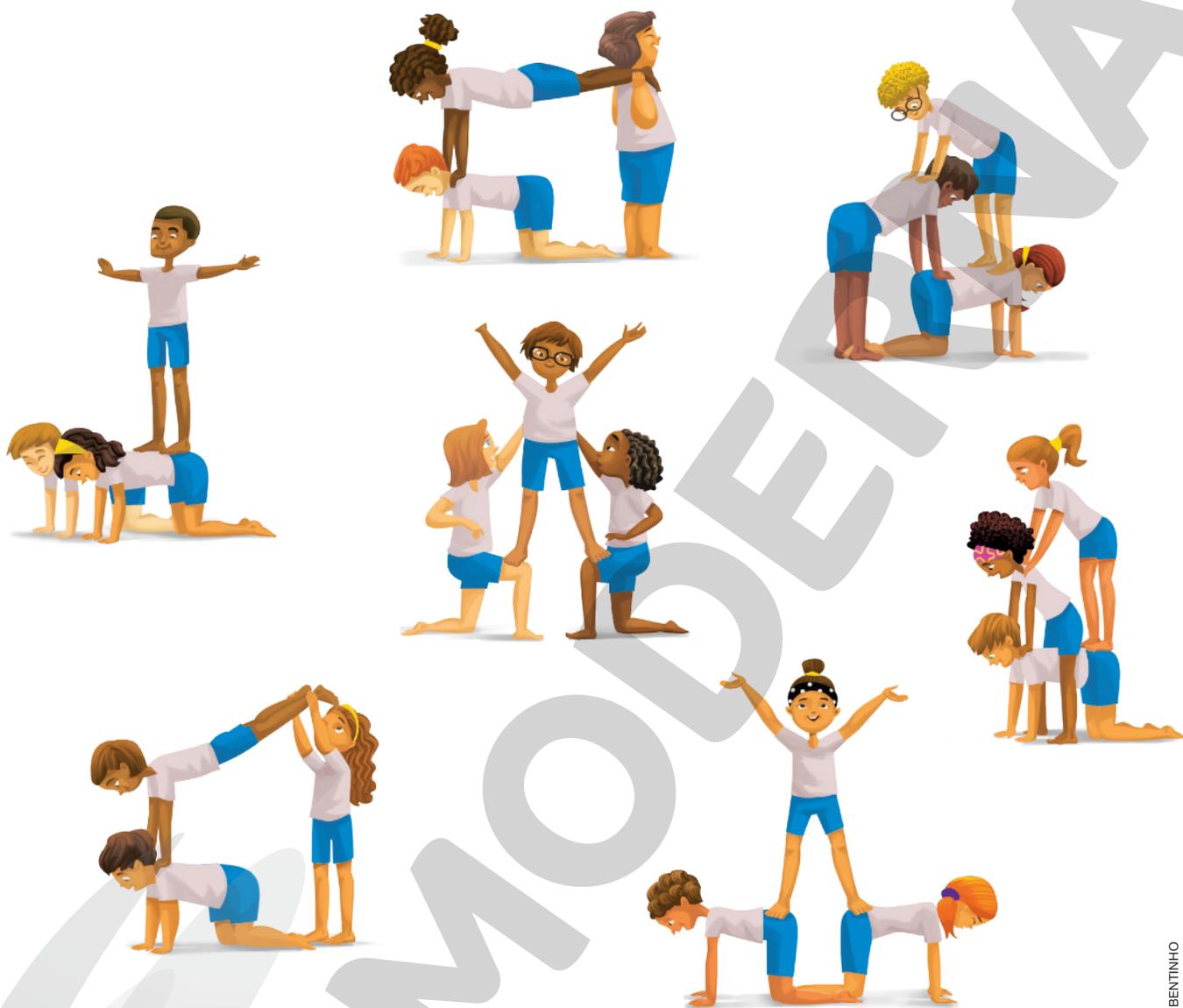
### ■ Processo pedagógico:

- Inicie a aula pedindo para que individualmente os estudantes construam determinada imagem: um círculo, um quadrado ou a letra **T**, por exemplo.
- Em seguida, eles deverão construir novas possibilidades de figura, só que dessa vez em quartetos.
- O professor mostra três imagens e os estudantes deverão tentar reproduzir. Sempre que dois estiverem fazendo o movimento, os outros dois estarão atentos como “seguranças”. Essa troca de papéis é fundamental para o exercício de desenvolvimento de responsabilidade, respeito e empatia.



- Em seguida, eles deverão elaborar uma figura acrobática em dupla.

- Mostre novamente algumas figuras acrobáticas em trios, e os estudantes deverão escolher apenas uma ou duas para reproduzir (em diferentes formações em seu próprio quarteto, sempre com alguém sendo apoio/segurança). Caso você tenha tempo, ele poderá propor a escolha de mais imagens.



- Os estudantes deverão elaborar uma figura acrobática com três colegas.

### ■ Avaliação

Por último, os estudantes deverão escolher quatro figuras acrobáticas de que mais gostaram e praticá-las em sequência, para uma breve apresentação. Dois grupos ao mesmo tempo deverão mostrar as produções feitas para a classe.

## Roteiro de aula 9

### ■ Unidade temática

Danças.

## ■ Objeto do conhecimento

Danças de matriz indígena e africana.

## ■ Competência específica de Educação Física

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.

## ■ Habilidade de Educação Física

(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.

## ■ Tema: Dança indígena – jacundá

### Jacundá

[..]

A palavra *Jacundá* é o nome genérico de vários peixes da família dos ciclídios, que medem até 26 cm de comprimento e se alimentam de insetos como o jacundá-coroa e o jacundá-pinima. Esta palavra designa, ainda, uma dança indígena, que imita a pesca do jacundá. Nela, homens e mulheres formam um círculo de mãos dadas, alternadamente. Para o centro da roda vai um casal de cada vez, em torno do qual o círculo gira ao som de uma música. Na região onde fica o município há grande quantidade desse peixe, daí a origem do nome. Jacundá também é uma planta da família das miriáceas.

Fonte do histórico: Jacundá (PA). Prefeitura. In: Catálogo IBGE. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/biblioteca-catalogo.html?id=3759&view=detalhes>>. Acesso em: 2 jun. 2021.



Entre tantas danças tradicionais de diversos povos indígenas do Brasil, o jacundá representa uma dança realizada em roda. As danças expressam a cultura de seus povos.

As danças indígenas geralmente são rituais realizados para homenagear os ancestrais ou em agradecimento à colheita e aos ciclos da natureza.

## ■ **Processo pedagógico:**

- No início da aula, converse e contextualize que a dança é uma arte milenar, e os povos indígenas do Brasil, muito antes de os portugueses chegarem aqui, já realizavam essa prática cultural milenar.
- Para dançar, os estudantes vão formar uma roda, podendo ser de mãos dadas ou não, a depender do grupo.
- Durante a dança, dois estudantes vão para o centro da roda e ficarão dançando livremente. Proponha que eles mexam principalmente determinada parte do corpo (apenas os braços/só os pés/quem manda na dança é o quadril...).
- Após um tempo eles deverão tentar sair da roda e os outros integrantes deverão impedir que eles saiam. Caso consigam sair, os participantes que permitiram a saída deverão entrar na roda e realizar o mesmo processo.
- Experimente fazer esse processo sem o comando musical (os dois estudantes que estão no centro da roda podem tentar sair a qualquer momento) ou por meio de um comando (quando a música parar, quem estiver no meio da roda tenta sair).
- Por último, com sua ajuda, deverão pesquisar o significado do nome dessa dança. Ao descobrir que se trata também de um peixe, eles deverão propor hipóteses para a semelhança da nomenclatura, explicitada em texto citado anterior.

## ■ **Avaliação**

Os estudantes deverão pesquisar outras danças indígenas que tenham pelo menos um elemento parecido com a que foi proposta. Ao realizar essa pesquisa, com sua mediação, eles deverão escolher um ou dois exemplos e experimentá-los durante as aulas.

## **Roteiro de aula 10**

### ■ **Unidade temática**

Lutas.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

### ■ **Habilidades de Educação Física**

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

(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.

## ■ Tema: Desequilíbrio

Nas lutas, a tentativa de desequilibrar um oponente é muito válida e importante. Em algumas delas, é essencial que se provoque o desequilíbrio corporal do oponente para ter sucesso na tarefa. É possível desequilibrar o outro e garantir que isso seja feito sempre com respeito.

## ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, lembre com os estudantes os combinados sobre segurança e respeito, tão necessários em qualquer prática corporal.
- Em seguida, proponha diversas atividades em que seja necessário desequilibrar o outro. O primeiro jogo é conhecido como “João bobo”, em que os estudantes em trios desequilibram e seguram o participante que está entre eles.



- Em seguida, em duplas, os estudantes vivenciam o jogo do Saci, em que, apoiados em apenas um pé e em contato por apenas uma mão, o objetivo é desequilibrar o adversário até ele cair ou encostar os dois pés no chão.
- Logo após, eles experimentam o jogo em que se posicionam um de frente para o outro, em quatro apoios (posição de prancha). O objetivo é que, com o auxílio das mãos, consigam desequilibrar o colega e derrubá-lo, puxando as mãos ou os pés dele. Para essa atividade é recomendado o uso de colchões ou tatames, para garantir a segurança de todos.
- Em seguida, os estudantes experimentam as mesmas atividades, porém com outros grupos de formação.

- Por último, os estudantes deverão se reunir em duplas e criar algum jogo em que um deles precise desequilibrar o oponente. Se possível, a dupla deve ensinar para o restante da turma as regras da atividade. Sistematizar uma atividade é exercitar o protagonismo em sua trajetória de aprendizagem

## ■ Avaliação

Cinema na escola: Os estudantes deverão assistir ao filme *Kung Fu Panda* ou *Mulan* e discutir os aspectos da luta que os protagonistas praticam. O que eles aprenderam lutando? Reforce que, ao praticar a luta em suas trajetórias e nas diversas situações que atravessam, as personagens também aprenderam valores que podem ser levados para a vida, como a importância da amizade, de buscar realizar os sonhos, de ter determinação, disciplina e coragem para enfrentar as dificuldades etc.

### Para saber mais

- *Kung Fu Panda*. Direção: Mark Osborne e John Stevenson. EUA, 2008, 1h30min.

O filme narra as aventuras de um panda que sonha em tornar-se um mestre de *kung fu* e, para isso, de forma inesperada ele precisa cumprir uma profecia e estudar a arte marcial e para isso ele vai precisar unir força, habilidade e sabedoria para realizar esse sonho.



### Cidadão do Mundo

Os eventos esportivos na escola são, além de motivantes e atraentes aos estudantes, uma oportunidade pedagógica para desenvolver valores como cooperação, trabalho em equipe e respeito a serem vivenciados na prática. A possibilidade de organizar um campeonato esportivo possibilita que os estudantes se relacionem de outra maneira.



## Roteiro de aula 11

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos e matriz indígena e africana.

## ■ Competência específica de Educação Física

6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

## ■ Habilidades de Educação Física

(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.



## ■ Tema: Jogo de matriz africana – *Da Ga*

### ■ Processo pedagógico:

Inicie a aula pelo aquecimento que faz parte de seu ritual de início de aula. Aquecimento articular é uma boa opção de aquecimento antes de um jogo de corrida.

Este jogo, segundo o livro *Jogos de todo o mundo*, de Oriol Ripoll e Rosa Maria Curto, tem origem em Gana. Pergunte aos estudantes se eles já ouviram falar nesse país. Se possível, mostre sua localização em um mapa e conte algumas curiosidades sobre o país, como animais nativos, pontos geográficos interessantes, idioma etc.

A área de jogo pode ser um pátio ou uma quadra. Dentro desse espaço delimite uma área (3 m x 3 m) como a toca da serpente. Escolha um estudante para ser a serpente (pegador), que sairá da toca quando os demais estudantes o chamarem. Quando a serpente pega um estudante, ambos se dirigem para a toca e,

a partir daí, de mãos dadas, devem tentar pegar os demais estudantes. Cada vez que os pegadores que estão no papel de serpente pegam um colega, este passa a integrar o corpo da serpente.

Se as mãos dos pegadores se soltarem, a serpente deve retornar à sua toca para se “recuperar” antes de tornar a pegar os fugitivos quando chamada por eles. O jogo chega ao fim quando todos os fugitivos forem pegos.

Após a realização desta brincadeira, pergunte aos estudantes se conhecem algum pega-pega parecido. É provável que eles citem o pega-pega corrente. Pergunte sobre as regras do pega-pega corrente ou outro jogo que eles tenham citado. Em seguida, proponha a realização do jogo com as regras dos estudantes.

Depois deste momento de ampliação de significados, estabeleça com base nas falas, pontos de aproximação e diferenciação entre os jogos *Da Ga* e pega-pega corrente.

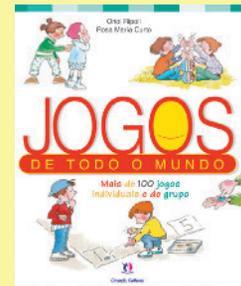
Estimule uma discussão e peça aos estudantes que criem hipóteses a respeito do motivo de um jogo assumir diferentes formas em diferentes culturas.

O ato de brincar e jogar não obedece a fronteiras políticas e reflete também as formas de viver e pensar de determinadas comunidades.

## Para saber mais

A obra **Jogos de todo o mundo** apresenta mais de cem jogos individuais ou coletivos, suas origens e as regras necessárias para reproduzir cada um deles.

Por meio de jogos de várias partes do mundo, é possível conhecer outras culturas, reconhecer outras percepções e entendimentos, além de se divertir.



### ■ Avaliação

Em uma roda de conversa, pergunte o que acharam mais interessante nessa brincadeira. Qual é a principal diferença entre o *Da ga* e o pega-pega do qual as crianças costumam brincar? Os estudantes podem apontar que o pega-pega é uma brincadeira mais ágil e a outra depende do grupo. Ajude-os a refletir que uma enfatiza a ação individual, enquanto a outra considera o coletivo.

Pergunte qual é a sensação após serem “pegos”, em cada brincadeira. Pergunte também qual foi a sensação de fazer parte da serpente. Como atuaram no grupo?

Ajude-os a refletir se participaram ativamente, se ajudaram os colegas e como enfrentaram eventuais dificuldades durante a atividade. Veja, por fim, se os estudantes relacionam esse jogo a outros jogos da região.

## Roteiro de aula 12

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de invasão.

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Flagbol

### ■ Processo pedagógico:

Acredita-se que o flagbol ou *flag football* tenha sido criado por soldados estadunidenses durante a Segunda Guerra Mundial com a finalidade de recreação em seus momentos livres. Este jogo é uma adaptação do futebol americano e utiliza duas tiras de tecido (*flags*) presas a um cinto utilizado pelos jogadores e quando retiradas, substituem os movimentos mais contundentes de contenção do adversário que ataca com a bola.

Antes de iniciar a atividade, pergunte aos estudantes se já conhecem ou já ouviram falar desse jogo e em caso afirmativo, solicite que compartilhem seu conhecimento com o grupo. Se ninguém conhecer esse esporte, deixe para contar sobre sua relação de derivação do futebol americano no final da aula, a fim de evitar que representações desta modalidade interfiram no gesto dos estudantes.

Para auxiliar os estudantes na apropriação do gesto de retirar as *flags*, proponha um jogo de “pega rabinho”. Na organização desse jogo, peça aos estudantes que prendam um pedaço de tecido por dentro da calça. Combine que esse rabinho deve ter um tamanho mínimo e que ele deve ficar na linha da coluna vertebral. O objetivo é pegar o tecido do colega e proteger o seu próprio com o tronco, portanto, os braços devem ficar para cima e não vale utilizar as mãos para bloquear a mão do colega. Isto evitará choques nas mãos dos estudantes.

Esta atividade de aquecimentos pode ser realizada inicialmente em duplas, quartetos, sextetos e assim por diante, desde que haja número igual de participantes em oposição. Em seguida, explique as regras do jogo de flagbol.



Seu objetivo é levar a bola ao campo do time adversário (determine este espaço).

O manejo da bola é realizado com as mãos e é permitido deslocar em qualquer velocidade e direção segurando a bola.

Para tomar a posse de bola é preciso retirar o *flag* do jogador que detém a posse de bola antes que ele realize um passe (a bola precisa estar em contato com o jogador na hora de retirar a *flag*). É possível interceptar um passe ou fazer com que a bola saia da área de jogo pelas mãos dos jogadores da outra equipe.

São consideradas faltas as ações contra os corpos dos jogadores como empurrar, puxar a roupa, derrubar ou quaisquer ações inadequadas para o contexto do jogo.

Um ponto é marcado quando um jogador entra com a bola (carregada nas mãos) dentro do campo adversário ou quando um jogador recebe um passe dentro do campo do adversário sem deixá-la cair.

Para realizar os agrupamentos entre equipes, procure utilizar estratégias diversificadas e que correspondam aos seus objetivos pedagógicos. Mesmo que os grupos fiquem desequilibrados em relação às habilidades motoras individuais, é importante lembrar os estudantes que fatores como a condição física e psicológica dos jogadores e as estratégias e táticas adotadas são determinantes.

Quando se têm equipes tecnicamente equilibradas, geralmente são criadas as mesmas soluções de resolução de problemas e os mais habilidosos detêm a posse de bola durante um tempo maior de aula. Lembre-se de que um número maior de participantes por rodada aumenta a complexidade do jogo e diminui o tempo da experiência individual ativa.

## Para saber mais

- *Flag football Brasil*. Disponível em: <<https://flagfootballbrasil.com.br/o-flag-football-2/>>. Acesso em: 20 jul. 2021.

Neste *site* oficial de flagbol no Brasil, você poderá aprofundar seus conhecimentos sobre a história desta modalidade, suas regras e sua presença no Brasil e no mundo.

### ■ Avaliação

Ao final, reúna a turma em uma roda de conversa para avaliar a experiência. Pergunte como se sentiram ao participar das atividades. Como foi a experiência de jogar em oposição à outra equipe? Quais foram as dificuldades enfrentadas e como a solucionaram? Como atuaram com a sua equipe?

Os *flags* são um material indispensável para a realização do jogo de flagbol. Você pode confeccionar os *flags* com os alunos utilizando materiais como TNT, tiras de sacolas plásticas, barbantes etc. As cores diferentes dos materiais utilizados podem representar a cor de cada equipe. Os alunos poderão criar e testar diferentes formatos de *flags*.

## Roteiro de aula 13

### ■ Unidade temática

Ginásticas.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Ginástica geral (malabarismo)

### ■ Processo pedagógico:

O tema malabarismo está descrito na Base Nacional Comum Curricular como um dos conteúdos a serem trabalhados na unidade temática Ginásticas, especificamente na tematização da ginástica geral.

Ao pensar no malabarismo, a primeira representação que se tem desta prática é a de lançar objetos para pegá-los novamente sem deixar cair. Na contrapartida dessa concepção, existe a manipulação como vertente contemporânea do malabarismo, que permite a exploração de outras ações sobre o objeto. A quantidade de objetos manipulados deixa de ser o mais importante, como no malabarismo tradicional, e a expressividade ganha maior destaque.

Providencie para essa aula pequenas bolas (50 a 70 mm de diâmetro). O uso de bolas de tênis permite ações como quicar, mas seu peso pode dificultar alguns movimentos. Você também poderá confeccionar as bolinhas com os estudantes com meias ou bexigas (veja a seção **Para saber mais**).

Procure saber o que os estudantes entendem por malabarismo, como pensam que ele é feito (com quais ações e movimentos) e com quais e com quantos objetos é possível fazê-lo.

Em seguida, distribua uma bola para cada estudante e inicie com o aquecimento. Para descobrir caminhos de passagem da bola pelo corpo, proponha aos estudantes que finjam que a bola é um sabonete e eles devem ensaboar todas as partes do corpo. Tome nota dos caminhos de passagem criados pelos estudantes para socializar posteriormente.



ALBERTO MASNOVO/SHUTTERSTOCK



YAROSLOVE\_PHOTO\_VIDEO/SHUTTERSTOCK

## ■ Possibilidades de movimento

- 1) Segurar a bola com partes do corpo exceto as mãos. Neste exercício, aparecerá o movimento de trava. **Trava** é o gesto de prender a bola entre duas partes do corpo, por exemplo, entre o braço e o tronco, entre cabeça e joelho, entre cotovelo e joelho, entre braço e antebraço (na articulação do cotovelo), entre perna e coxa (na articulação do joelho), entre a bochecha e o ombro etc.
- 2) Equilibrar a bola em partes do corpo, como na palma da mão aberta, sobre o polegar e indicador com o punho cerrado, sobre a dobra da articulação do cotovelo, sobre o dorso do pé ou da mão. Esse movimento de equilíbrio com partes do corpo é também conhecido como **cradle**, que, em inglês, significa “berço”.

3) Rolar a bola em partes do corpo com ou sem a mão auxiliar. A bola pode ser conduzida por uma das mãos para rolar pelo corpo. É possível explorar sulcos do corpo, como na linha da coluna vertebral nas costas ou unindo membros para formar um sulco entre as pernas, entre os antebraços ou entre as palmas das mãos. Alguns rolamentos podem surgir das travas e são chamados de **trava-rolamento**.

4) Levar e/ou buscar o objeto. Outra forma de explorar o objeto no espaço é levar o objeto de um ponto a outro. Pode ser feito de uma mão para a outra, passando por caminhos do corpo, ou pode ser levado a uma trava com uma mão e retirado dela com a outra mão ou com a mesma mão por outro caminho.

5) Deixar cair. Neste movimento a bola perde contato com o corpo por um intervalo de tempo, mas diferente do lançamento, a bola irá se mover pela ação da força da gravidade e não pela ação muscular das alavancas do corpo. A bola deve ser solta em um ponto e aparada em outro mais abaixo do início da trajetória. É possível passar o objeto de uma mão à outra, de uma trava para a mão etc. Deixar cair na mão não é obrigatório, mas é a saída mais simples para o objeto não cair no chão.

6) Lançamentos. Podem ser realizados para a mesma mão ou para a outra mão explorando as passagens pelos diferentes caminhos do corpo na saída ou na chegada do lançamento. Exemplos: lançar por baixo da perna, por baixo do braço, lançar para cima e pegar por baixo do braço, por baixo da perna etc.

Evite demonstrar o que os estudantes devem fazer com o objeto para não condicionar o gesto deles. Cada gesto sugerido pode ser encaminhado por meio de perguntas como: “O que você pode fazer para a bola chegar a este ponto do corpo?”, “Por onde a bola pode passar até chegar ao ponto desejado?”. A criação dos estudantes pode ser socializada com o grupo pela mediação docente.

As bolas de malabarismo que serão utilizadas nesta aula podem ser confeccionadas pelos alunos. Você pode providenciar meias velhas ou bexigas coloridas para que construam cada bolinha. Caso usem meias, será necessário recheá-las com grãos de feijão ou arroz e costurá-las em seguida. É possível também utilizar bexigas, preenchidas com sementes de painço utilizando um funil ou garrafa pet recortada.

O cuidado com o uso das cores, combinando com alguma peça da roupa ou com as cores do ambiente, será importante caso realizem uma apresentação.



MARIA PLAMEN/SHUTTERSTOCK

## Para saber mais

- *Como fazer bolinhas de malabares – Tutorial* (How to build your own juggling balls). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=1nfkMaquCXM&t=2s>>. Acesso em: 20 jul. 2021.
- *Conceitos de manipulação com bolas – tutorial malabarismo*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=znY4iiXOqg8>>. Acesso em: 20 jul. 2021.

Nos vídeos sugeridos é possível aprender a confeccionar bolinhas para a aula de malabares, caso elas não estejam disponíveis em sua escola. Além disso, é possível ampliar o repertório de movimentos dos estudantes.

### ■ **Avaliação**

Converse com os estudantes e pergunte se, na opinião deles, a turma contribuiu com a construção da aula, compartilhando conhecimentos prévios ou dando sugestões. Os desafios propostos no decorrer da aula foram superados? Quais foram as estratégias utilizadas para manusear as bolinhas? Quais sensações essa atividade despertou em cada estudante?

## Roteiro de aula 14

### ■ **Unidade temática**

Danças.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Danças do Brasil e do mundo.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

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.

### ■ **Habilidade de Educação Física**

(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.

### ■ **Tema: Registro de caminhos corporais na dança**

### ■ **Processo pedagógico:**

Providencie com antecedência giz de cera, carvão ou giz de lousa; papel pardo; um aparelho de som e as músicas para tocar durante a atividade.



JAKOV FILIMONOV/SHUTTERSTOCK

Crianças expressam os contrastes da música por meio de seus movimentos.

Para esta atividade, selecione músicas que fazem parte do repertório cultural regional dos estudantes. O aquecimento pode ser realizado de maneira ritmada com os movimentos ginásticos escolhidos. Isso ajudará os estudantes a sensibilizarem seus corpos para o ritmo da dança. Por se tratar de um momento de aquecimento, opte por músicas mais lentas no início.

Para um segundo momento, escolha uma música que contenha alternâncias de sons e estímulos para gerar uma diferenciação por contraste entre sons fortes e fracos, graves e agudos ritmos rápidos e lentos etc.

Estimule os estudantes a recriar os contrastes da música em seus movimentos com saltos, entradas e saídas do piso, giros em pé ou no piso, movimentos de braços, pernas, cabeça ou qualquer outra parte do corpo que possa guiar os movimentos. Depois de tomar nota da produção dos estudantes, você pode pedir que socializem alguns dos movimentos.

No segundo momento da aula, o papel pardo será utilizado como suporte de registro da partitura corporal criada pelos estudantes. Escolha uma parede para colar o papel pardo ao longo de toda sua extensão. No eixo vertical, esse papel deve partir do chão e ser maior do que estudante mais alto da turma. Uma segunda folha pode ser colada no chão. Outra opção é utilizar somente a folha de papel pardo que reveste o piso e na falta do papel pardo, pode ser utilizado jornal velho para forrar parede e chão; ou mesmo nenhum papel e apenas o chão pode ser usado como suporte, contudo esse registro terá um tempo de duração menor (procure usar pigmentações de fácil limpeza).

Antes de riscar o material, estimule os estudantes a planejar o movimento que irão registrar. Algumas perguntas podem orientá-los nesta etapa:

- Como podemos registrar um salto no papel?
- Como podemos registrar o movimento de agachar e levantar?
- Como podemos registrar o movimento de rolar?
- Como podemos registrar a mudança de espaço?

Faça o mesmo tipo de pergunta em relação aos outros movimentos criados pelos estudantes durante esta aula, mas tome cuidado para não generalizar uma única resposta para cada movimento. Acolha mais de uma opção para representar cada movimento.

No momento do registro da dança, distribua o material escolhido para desenhar (um para cada estudante) e deixe que experimentem esse registro com base na música. Peça aos estudantes que troquem o material de riscar para a outra mão ou qualquer outra parte do corpo com a qual consigam segurar este material.

Depois de realizado o registro, solicite aos estudantes que façam uma leitura do registro e identifiquem o que cada traço pode representar nessa partitura corporal que fizeram.

### ■ **Avaliação**

Depois da atividade, pergunte para a turma como foi a participação deles nos diferentes momentos da aula: aquecimento por meio da dança, dança sem registro, planejamento do registro, registro e leitura do registro.

Pergunte se acham que conseguiram expressar, por meio do registro, os movimentos do corpo. Questione-os, em seguida, se na leitura dos registros e seus contrastes conseguiram interpretar os movimentos que haviam sido realizados.

## **Roteiro de aula 15**

### ■ **Unidade temática**

Lutas.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.

### ■ **Habilidades de Educação Física**

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

(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.

## ■ Tema: Brincadeira de luta

## ■ Processo pedagógico:

O objetivo desta aula é resgatar a dimensão lúdica das lutas por meio das brincadeiras de combate presentes no cotidiano das crianças relacionando-as com o contexto histórico que geraram essas formas de jogo. Pergunte aos estudantes sobre as lutas que conhecem e suas regras. Questione como se determina o que é e o que não é permitido. Apresente para a turma a obra de arte *Jogos infantis*, de Peter Bruegel.



MUSEU KUNSTHISTORISCHES, VIENNA

Na área central da obra, é possível notar um grupo de seis garotos (três contra três) disputando por um cinto, em uma espécie de cabo de guerra. Pergunte aos estudantes o que acham que está acontecendo e quais seriam as regras dessa brincadeira.

Questione se essa atividade representada na pintura contém características de luta e o porquê. Sabe-se que boa parte das lutas que têm suas técnicas sistematizadas surgiram em contexto bélico. O arranjo corporal das crianças remete a uma disputa entre cavaleiros em seus cavalos, demonstrando relação com as formas de disputas bélicas da época.

Incentive-os a pensar em como criar uma luta que seja saudável e estratégica, que não coloque a integridade física em risco, e que seja disputada por duplas ou trios que cooperam como parte de um time. Proponha a criação de regras para que adaptem essa brincadeira e a vivenciem. Dê um tempo para os estudantes explorarem o papel de quem atua na “linha de frente” da disputa com o outro time, e de quem desempenha o papel de apoio e sustento.

Depois da vivência, debata sobre a experiência que tiveram. Pergunte se sugerem alguma alteração de regras ou se desejam propor jogos semelhantes que já conheçam.

## ■ Avaliação

A avaliação desta aula deve ser realizada processualmente, ao longo e ao final da aula. Durante a realização do jogo, verifique como os estudantes avaliam suas atitudes e quais alterações propõem para melhorar a maneira de se praticar a atividade coletivamente.

Ao final, converse com a turma e verifique se os estudantes conseguem estabelecer uma relação entre o jogo e a luta, considerando o aspecto lúdico, a existência de regras e a necessidade de respeito e de igualdade aos participantes.

## Olimpíadas

Observe as imagens.



(1) Anéis olímpicos em frente às bandeiras das nações no Parque Olímpico de Sochi, na Rússia. (2) Prova feminina de atletismo valendo ouro nos 400 metros com obstáculos, no Estádio Olímpico do Rio de Janeiro (RJ), em 18 de agosto de 2016.

Os Jogos Olímpicos são considerados o maior evento esportivo do mundo. Isso porque com o esporte eles propõem a justa competição entre os povos dos cinco continentes, que são representados pelos arcos coloridos do símbolo.

### Conectando ideias

#### 1. Quais das modalidades olímpicas são possíveis de trabalhar na escola?

Possível resposta: Faça uma lista daquelas com as quais você já trabalhou. Uma Educação Física que proporcione um vasto repertório de práticas corporais aos alunos é fundamental para o acesso às mais diversas manifestações da cultura corporal.

#### 2. Os valores olímpicos têm muita semelhança com algumas competências socioemocionais que podemos intencionalmente desenvolver em nossas aulas. Os valores olímpicos como a amizade, o respeito e a excelência são trabalhados nas suas aulas? De que forma?

Resposta pessoal. Esse é um momento para refletir sobre amizade, respeito e excelência e o modo como são desenvolvidos em seu planejamento e em suas aulas. Pergunte aos alunos em quais momentos de sua vida escolar eles praticam esses valores. Discuta que, para obter excelência em relação a algum objetivo, por exemplo, é necessário ter muita resiliência e persistência. Comente que, quando nos propomos a atingir algum objetivo, podem acontecer falhas, erros e surgir muitos obstáculos no percurso. Por isso mesmo, para obter excelência, é necessário aprender com as falhas e os erros, buscar superar os obstáculos e persistir; não desistir. A trajetória de um atleta é repleta dessas questões: de superação dos próprios limites e da persistência, seja na carreira, seja na vida pessoal. Esse é um aprendizado que podemos levar para as nossas vidas.

Este capítulo tem a intenção de auxiliar o professor em seus currículos específicos, por meio de roteiros de aula. Pensando nas características do 4º ano do Ensino Fundamental – Anos Iniciais, propomos dois temas para cada uma das unidades temáticas: Brincadeiras e jogos; Danças; Ginásticas; Esportes; e Lutas. Neira (2014) nos ajuda a entender que:

Práticas corporais são os produtos da gestualidade sistematizados com características lúdicas, isto é, as brincadeiras, danças, lutas, esportes e ginásticas. Logo, fazem parte da cultura corporal desde as regras da amarelinha até o desenho tático do futebol, passando pelas técnicas do balé, a história do judô e os nomes dos aparelhos de ginástica. Também compõem esse repertório a noção de esporte como meio de ascensão social [...], a utilização da ginástica como aquisição de uma determinada estética corporal, entre tantos outros significados em circulação.

(NEIRA, 2014, p. 16).

Você sabia que a Grécia antiga, onde foram criadas as Olimpíadas, foi também o berço da prática esportiva organizada e estruturada que, hoje, chamamos de Educação Física?

É verdade! Os Jogos Olímpicos da Antiguidade eram um evento religioso e atlético, que se realizava de quatro em quatro anos no santuário de Olímpia, na Grécia, em honra a Zeus (maior Deus da mitologia grega, filho dos deuses Cronos e Reia. Segundo a mitologia, casou-se várias vezes e teve muitos filhos, entre eles, a deusa Atena, a mais inteligente de todas e que deu origem ao nome da principal cidade da Grécia).

Como Zeus era o maior dos deuses, seus poderes sempre perpassavam por inteligência e força e a ele foi atribuída a homenagem dos jogos, onde o lema era ser sempre mais forte.

A data tradicional atribuída à primeira edição dos Jogos Olímpicos é 776 a.C. e, para participar dessas competições, os atletas começaram a organizar suas formas e estratégias de treinamento utilizando sobrecargas de treinamento e metodologias que passaram a observar volume e intensidade de corridas e lutas para obter melhores performances, dando origem aos estudos que hoje chamamos de Educação Física.



Local que era usado para o treinamento de atletas em Olímpia, no período da Antiguidade. Hoje é chamado de Complexo Palaestra (Wrestling Hall), no sítio arqueológico da antiga cidade de Messene, Peloponeso, Grécia, julho de 2019.

MILOS BICANSKI/GETTY IMAGES

## Para saber mais

As mascotes dos Jogos Olímpicos são personagens criadas com o objetivo de simbolizar uma característica do país-sede no ano da Olimpíada. Por exemplo, o cachorro Waldi é a mascote que representou Munique (Alemanha), em 1972. Outra mascote que marcou muito os Jogos Olímpicos de Moscou (Rússia), em 1980, foi Micha.

COI - COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL



Mascote Waldi, dos Jogos Olímpicos de Munique, Alemanha, 1972.

COI - COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL



Mascote Micha, dos Jogos Olímpicos de Moscou, Rússia, 1980.

- As mascotes dos Jogos Olímpicos da Era Moderna proporcionam um possível trabalho conjunto com a disciplina Arte. Como trazer para as aulas esse conhecimento?

## Proposta de roteiros de aulas

### Roteiro de aula 1

#### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

#### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.

#### ■ Competência específica de Educação Física

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.

#### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

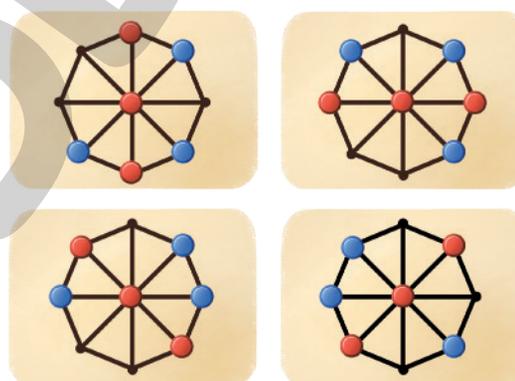
(EF35EF04) Recriar, individual e coletivamente, e experimentar, na escola e fora dela, brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo, incluindo aqueles de matriz indígena e africana, e demais práticas corporais tematizadas na escola, adequando-as aos espaços públicos disponíveis.

## ■ Tema: Jogos de tabuleiro – *Shisima*

A vivência de jogos de tabuleiro possibilita aos estudantes o acesso a diferentes brincadeiras que compõem o universo dos jogos; além disso, estimula o desenvolvimento do raciocínio lógico, da elaboração de estratégias e da comunicação oral. Muitos outros jogos de tabuleiro, como damas, xadrez e mancala, podem ser explorados nas aulas de Educação Física. O *Shisima* é um jogo de tabuleiro de matriz africana.

### ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, os estudantes devem construir coletivamente uma lista com todos os jogos de tabuleiro que conhecem.
- Em seguida, devem escolher alguns jogos que são possíveis de serem vivenciados na escola, em relação aos materiais (se são de fácil acesso e manuseio, por exemplo).
- Apresente para os estudantes o jogo de matriz africana *Shisima*. Com base nesse jogo, eles vão construir os próprios tabuleiros e vão experimentar brincar com esse jogo de matriz africana.
- A dinâmica do jogo é simples: um jogador contra o outro; o objetivo é mover uma peça por vez, alternando sempre a vez dos jogadores, e alinhar três peças da mesma cor, conforme se vê na sequência de imagens a seguir.
- Ao atingir esse objetivo primeiro, obtém-se a vitória.
- As duplas podem ser diversificadas durante a aula, para que cada estudante possa experimentar tanto o sucesso quanto o fracasso. Convide-os a refletir que ganhar e perder fazem parte do jogo e da vida e ambos são fundamentais e para o processo de se alcançar os objetivos.



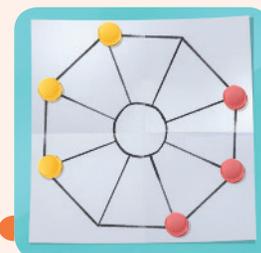
ILUSTRAÇÕES: ALEX RODRIGUES

Dinâmica do jogo *Shisima*, de matriz africana.

### ■ Avaliação

Após a vivência, proponha uma roda de conversa e faça uma mediação sobre as estratégias e os critérios selecionados pelos estudantes para obterem sucesso nesse jogo.

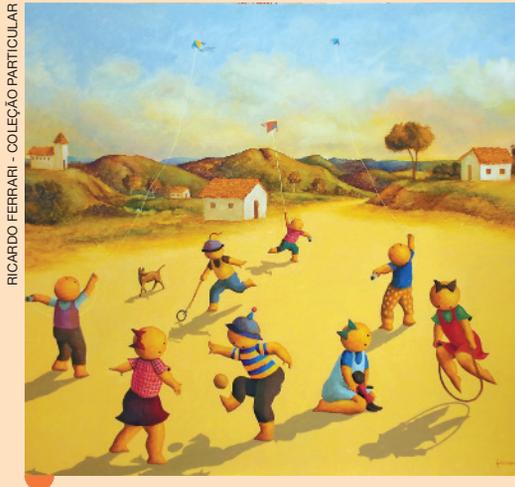
As próprias peças de jogo (seis tampinhas de garrafa de duas cores diferentes) e os tabuleiros serão construídos pelos estudantes. Deve-se propor o desenho em uma folha sulfite ou cartolina, da seguinte forma descrita ao lado. Disponibilize materiais para os estudantes colorirem e personalizarem seu próprio tabuleiro de *Shisima*.



Peças do jogo *Shisima*.

Um dos princípios da **Declaração Universal dos Direitos das Crianças** (Unicef, 20 de novembro de 1959) é que a criança deve desfrutar plenamente de jogos e brincadeiras, que estimularão seu desenvolvimento pleno. Assim, cabe à sociedade e às autoridades públicas promover o exercício desse direito.

Observe agora como o artista Ricardo Ferrari retratou algumas brincadeiras:



*Memórias de Infância: Brincadeiras e pipas*, de Ricardo Ferrari, 2016. Óleo sobre tela, 75 × 65 cm.



*Quintal*, de Ricardo Ferrari, 2013. Óleo sobre tela, 60 × 100 cm.

- Ao observar as imagens, quais emoções e sentimentos são despertados? Você acha que os direitos ao lazer e às brincadeiras são garantidos às crianças de sua escola? Explique seu ponto de vista.

## Roteiro de aula 2

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de invasão.

### ■ Competências específicas de Educação Física

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.
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.

## ■ Habilidade de Educação Física

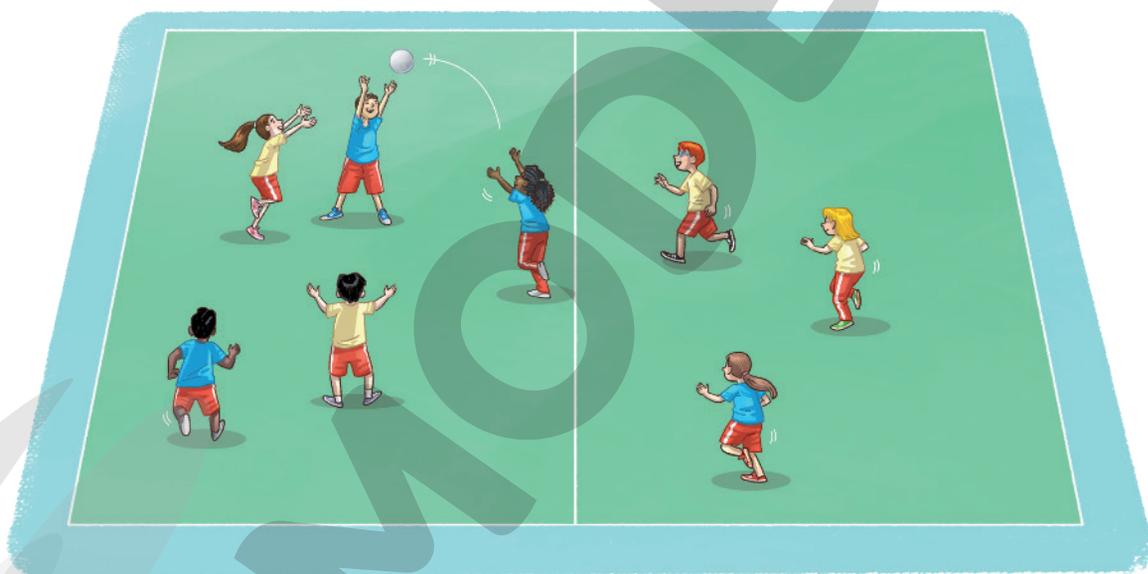
(EF35EF05) Experimentar e fruir diversos tipos de esportes de campo e taco, rede/parede e invasão, identificando seus elementos comuns e criando estratégias individuais e coletivas básicas para sua execução, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo.

## ■ Tema: Handebol

O movimento do arremesso está incorporado ao cotidiano, seja ele para fins recreativos e esportivos, seja nas atividades triviais do dia a dia. Muitos esportes envolvem arremesso, como basquete, handebol e futebol americano. Nessa aula, os estudantes deverão experimentar possibilidades de arremesso, em consonância com a ideia de invasão.

## ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, você vai propor o jogo conhecido como jogo dos 10 passes. Organizados em dois times, eles devem realizar 10 passes sem que a bola caia no chão.



Representação do jogo dos 10 passes.

- Primeiro, eles devem realizar esse exercício com uma bola de meia; depois, com uma bola de borracha. Por último, com uma bola oval, conhecida por ser usada em esportes como rúgbi ou futebol americano.
- Após essa atividade, eles deverão conversar sobre as dificuldades e facilidades do processo e escolher uma bola para a realização da próxima atividade.
- Depois, escolha o espaço onde a aula será realizada; pode ser a quadra de esportes, por exemplo. Organizados em dois times, os estudantes vão jogar handebol adaptado, de forma que não poderá haver dribles – apenas passes

– e eles devem encostar ou arremessar a bola em qualquer parte da trave adversária para fazer o ponto. Eles não podem correr com a bola na mão, apenas passar, sem permitir que o outro time interrompa.

- O time que completar os 10 passes ganha 1 ponto e o jogo se reinicia.
- Esse jogo pode ser realizado com regras das mais diversas ordens, dependendo da necessidade do grupo.

### ■ **Avaliação**

Os estudantes deverão fazer uma pesquisa sobre a modalidade olímpica handebol, incluindo nessa pesquisa as regras e as curiosidades e, dessa forma, favorecer a troca de experiências.

De acordo com as pesquisas anteriormente coletadas, peça aos estudantes que elaborem um folheto informativo sobre o tema handebol e suas principais informações. O folheto informativo pode conter também ilustrações e imagens sobre o esporte em questão.

## **Roteiro de aula 3**

### ■ **Unidade temática**

Ginásticas.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Ginástica geral.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

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.

### ■ **Habilidade de Educação Física**

(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.

### ■ **Tema: Ginástica artística**

Nas várias possibilidades de movimentos corporais, há alguns movimentos reconhecidos em nossa cultura infantil. A estrela, que é um desses movimentos específicos, possibilita uma aprendizagem corporal significativa para as crianças.

### ■ **Processo pedagógico:**

- Em um ambiente seguro para essa prática corporal, disponibilize tatames, colchões e almofadas para que os estudantes se sintam seguros para a realização de movimentos no eixo invertido.

- Primeiro, pergunte aos estudantes que movimentos com o corpo são possíveis para fazer uma **estrela**. Cada vez que um estudante fizer a demonstração, todos os outros deverão também fazer, como na brincadeira “O mestre mandou”.
- Na próxima atividade, ao som de uma música, os estudantes deverão correr pela quadra. Quando a música parar, deverão se direcionar para algum dos colchonetes disponibilizados no espaço e realizar o movimento do “burrinho”. Esse movimento é aquele em que as crianças colocam as duas mãos apoiadas nos colchonetes sobre o chão e elevam as duas pernas ao ar, mas não realizando a parada de mãos, apenas o movimento de chutar as pernas ao ar, uma perna após a outra.
- Depois disso, em cada colchão deverá haver uma caixa baixa, como a tampa de um plinto, ou um banco, onde, utilizando a mesma dinâmica da música, deverão fazer a transposição do corpo de um lado ao outro apoiando a mão no implemento selecionado.
- No último estágio, será retirado o implemento e os estudantes farão uma linha em cada colchão, utilizando giz ou fita. Agora, o objetivo de cada criança quando for realizar é colocar as mãos no chão e transpor o corpo por meio de um salto para o outro lado da linha.
- O ritmo de cada um deve ser respeitado, tendo em vista que alguns estudantes já de imediato vão conseguir realizar minimamente a estrela e outros terão mais dificuldade.
- É importante que você supervisione e auxilie todos os estudantes em cada etapa dessa aula, para que todos possam participar de maneira segura.



### ■ Avaliação

Os alunos, em grupos, deverão montar uma sequência de ginástica com uma demonstração dos níveis de estrela que experimentaram na aula. Nessa sequência, poderá haver outros elementos ginásticos, se assim os grupos decidirem. Cada apresentação deverá ter 1 minuto de duração, composta de três partes: começo, meio e fim. Todos os grupos se apresentarão para a turma.



A atividade corporal de fazer uma estrela pode ser relacionada a poemas que muitos escritores escreveram sobre as estrelas, o amor e o fascínio e o poder da natureza. Leia o poema de Olavo Bilac:

XIII

“Ora (dizeis) ouvir estrelas! Certo  
Perdeste o senso!”

E eu vos direi, no entanto,

Que, para ouvi-las, muita vez desperto

E abro as janelas, pálido de espanto...

E conversamos toda a noite, enquanto

A Via Láctea, como um pálido aberto, cintila.

E, ao vir do sol, saudoso e em pranto,

Inda as procuro pelo céu deserto.

Dizeis agora: “Tresloucado amigo!

Que conversas com elas? Que sentido

Tem o que dizem, quando estão contigo?”

E eu vos direi: “Amai para entendê-las!

Pois só quem ama pode ter ouvido

Capaz de ouvir e de entender estrelas.”

BILAC, Olavo. Via Láctea. Belém: NEAD, s/d. p. 7. Disponível em:  
<<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/ua000252.pdf>>. Acesso em: 10 jun. 2021.

- Quais sentimentos são despertados ao ouvir o poema?
- Para relacionar a aula a outras linguagens e recursos tecnológicos, peça aos alunos que criem um poema cujo tema sejam as estrelas e o poder e o fascínio da natureza. Organize um recital e grave um vídeo para mostrar a declamação dos alunos sobre cada poema.

## Roteiro de aula 4

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

Danças de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

## ■ Tema: Brincadeiras rítmicas – Escravos de Jó

As brincadeiras cantadas fazem parte da cultura brasileira. O ato de brincar e cantar é uma das formas de comunicação e de importância para o desenvolvimento das crianças. “Escravos de Jó” é um exemplo disso. A brincadeira, ao trazer possibilidades de se transformar em uma música com dinâmicas corporais, revela-se uma boa estratégia para a vivência do ritmo, tão importante nessa faixa etária. Além disso, essa brincadeira desenvolve a sociabilização, a coordenação motora, a linguagem oral, a consciência rítmica e a memorização.

### ■ Processo pedagógico:

- Em uma roda de conversa, fale com os estudantes sobre algumas músicas tradicionais que eles já conhecem. Antes de apresentar a música da brincadeira “Escravos de Jó”, investigue se eles conhecem a brincadeira e, caso já conheçam, incentive-os a falar o que sabem e sobre o conhecimento que têm a respeito da brincadeira. Neste momento, é importante que você converse com eles sobre a importância de compartilhar os conhecimentos prévios com os colegas, contribuindo, assim, para a própria cultura da infância.
- Explique que essa música é conhecida em todo o território nacional, mas algumas palavras da cantiga podem variar dependendo da região do país em que é cantada.
- Ao aprenderem a canção, os estudantes deverão vivenciar a brincadeira em roda, sentados e com um objeto à frente. Você faz os combinados do movimento.
- Os estudantes devem vivenciar a brincadeira fazendo movimentos tanto para a direita quanto para a esquerda.
- Depois, deverão fazer o mesmo passo a passo, só que substituindo a letra da canção por “Lá, lá, lá, lá, lá”.
- Na última fase, eles abandonam o objeto e, agora, devem fazer isso com o corpo, em pé.

### ■ Avaliação

Os estudantes deverão registrar em um caderno – escrevendo ou desenhando – a seguinte cantiga popular:

#### **Escravos de Jó**

(Cantiga popular)

Escravos de Jó

Jogavam Caxangá.

Tira, põe, deixa ficar...

Guerreiros com guerreiros

Fazem zigue-zigue-zá.

Guerreiros com guerreiros

Fazem zigue-zigue-zá.



## Roteiro de aula 5

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ Competência específica de Educação Física

6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Lutas de curta distância

As lutas podem ser classificadas de acordo com a proximidade dos envolvidos, sendo classificadas como de curta, média ou longa distância. As lutas de curta distância usam os fatores de equilíbrio, desequilíbrio e força a todo momento, de acordo com seu objetivo específico. É possível realizar diversos jogos e brincadeiras que trabalhem esses fundamentos, relacionando-se com as lutas de curta distância.

### ■ Processo pedagógico:

- Para iniciar o tema, você deve conduzir novamente uma discussão sobre a diferença entre luta e briga. Assim, na vivência dessa prática corporal, o respeito ao colega adversário e a segurança de todos são regras.

As capacidades físicas possibilitam desenvolver habilidades das práticas corporais e também das situações do dia a dia dos estudantes. Tanto é que podemos notar que o equilíbrio está presente nas práticas de lutas e também ao vermos um garçom equilibrando vários copos em uma bandeja, ao andarmos de bicicleta etc.

Por meio da experimentação das práticas corporais, é possível desenvolver equilíbrio e autoconhecimento, além de concentração e coordenação motora.



ROMPHOTO/SHUTTERSTOCK

- No início da aula, combine com os estudantes um código de conduta para que qualquer luta realizada pare, que são duas batidas no tatame/colchonete/chão. Como no judô, quando houver esse sinal, imediatamente aquela disputa está encerrada.
- Em duplas, os estudantes vão realizar dois jogos que envolvem equilíbrio, desequilíbrio e força, características de lutas de curta distância, como o judô.
 

1º jogo: Cada participante da dupla deve ficar de frente para o outro, com a base das pernas aberta e as duas mãos segurando os ombros do colega. O objetivo é desequilibrar o adversário para que ele tire ao menos um pé do chão. Ao realizar isso, marca-se um ponto.

2º jogo: Cada participante da dupla vai posicionar o pé direito ao lado do pé direito do colega. Pernas afastadas. Os estudantes vão segurar a mão direita do colega. O objetivo é desequilibrá-lo, fazendo com que ele tire ao menos um pé do chão.
- Os estudantes podem fazer um rodízio, para que todos possam vivenciar com o maior número de colegas possível.
- Para finalizar a aula, os estudantes vão escolher um jogo de desequilíbrio para realizarem, dois a dois, no centro da roda.



MADHOUSE/SHUTTERSTOCK

Jogo de desequilíbrio em dupla.

## ■ Avaliação

Caso sinta necessidade, peça aos estudantes que façam uma autoavaliação, organizando um documento anterior como um questionário, para que reconheçam suas emoções, assinalando os sentimentos e emoções que surgiram durante a aula.

Os estudantes deverão escrever e desenhar os sentimentos e emoções que surgiram durante a aula. Caso tenham sentido raiva, como ela apareceu no corpo? Se foi medo, a mão suou? O coração disparou? Alegria? Como conseguiram reconhecer os próprios sentimentos? Depois que terminarem o registro, peça, a quem tiver vontade, que mostre o desenho e explique os sentimentos e as reações percebidas no corpo. Você pode perguntar se alguém mais sentiu algo parecido ou quem sentiu coisas diferentes, para que haja uma troca e apropriação dos diferentes sentimentos e emoções mobilizados.



## Roteiro de aula 6

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

### ■ Tema: Jogos cooperativos

Os jogos cooperativos têm como característica o trabalho em grupo, com o intuito de resolver determinada questão. A escola é um espaço onde a convivência é fator primordial; portanto, é fundamental aprender a ouvir, debater, conceder, insistir, respeitando as diferenças.

### ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, é importante diferenciar o que são jogos competitivos de jogos cooperativos.
- Em seguida, os estudantes devem vivenciar um jogo cooperativo. Sugerimos o jogo denominado “Reunião”.
- Nesse jogo, dê um comando numérico seguido da palavra reunião e, em seguida, os estudantes deverão se agrupar dessa forma. Então, se você falar o número 2, eles precisam formar duplas; se você falar o número 3, eles devem se reunir em trios, e assim sucessivamente.
- Sempre lembrando que só estará autorizado o número falado se você falar a palavra “reunião” em seguida. Se for outra palavra, trata-se de uma pegadinha.



A formação de duplas e trios pode ser estimulada como parte dos jogos cooperativos.

### ■ Avaliação

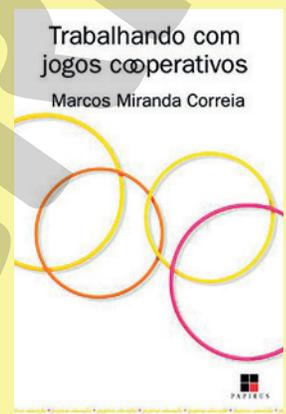
Os estudantes, em grupo, vão pesquisar e fazer o registro de alguns jogos cooperativos, criando, em seguida, uma apostila da turma. Depois, cada grupo ensinará ao outro o jogo que pesquisou e escolheu, de forma que a turma possa vivenciar os jogos que compõem a apostila da turma.

Como atividade complementar, para enfatizar a proposta inicial desta aula, prepare com os estudantes um cartaz – feito de papelão, papel-cartão ou cartolina – com uma lista que mostre os jogos competitivos e os jogos cooperativos. Se possível, peça que recortem de revistas e jornais e cole as imagens no cartaz. Essa atividade pode ser feita em grupos. Estipule um tempo para acompanhar os grupos e registre as percepções que obteve em sua ficha de acompanhamento de aprendizagem. De acordo com o diagnóstico, você saberá como proceder com o avanço ou a retomada do conteúdo visto nessa aula.

## Para saber mais

- *Trabalhando com jogos cooperativos*, de Marcos Miranda Correia. 5. ed. Campinas: Papirus, 2006.

O autor, nesta obra, discute os limites e as possíveis propostas pedagógicas no contexto da Educação Física escolar ao investigar como os jogos cooperativos podem desenvolver as habilidades sociais e motoras dos estudantes. Além disso, o autor oferece um conjunto de práticas que valorizam a cooperação e podem ser modificadas de acordo com a necessidade que o professor quiser aplicar no ambiente escolar.



## Roteiro de aula 7

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de invasão.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

## ■ Tema: Basquetebol

Os jogos adaptados são ótimas soluções para oferecer aos estudantes diferentes possibilidades. Nesta aula, inicialmente, sugere-se a prática do basquetebol.

## ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, os estudantes vão vivenciar o jogo dos números. O jogo consiste em organizar dois times, cada um disposto em uma lateral da quadra com os integrantes enfileirados um ao lado do outro. Assim, eles vão escolher um número (se houver 8 participantes, os números deverão ser de 1 até 8; se houver 10 participantes, os números deverão ser de 1 até 10).
- Disponibilize para os dois times duas bolas dispostas no centro da quadra; quando você falar um número, em seguida o estudante correspondente corre em direção à bola e tenta acertar a cesta disponível (que também pode ser adaptada).



SIMONE ZIASCH

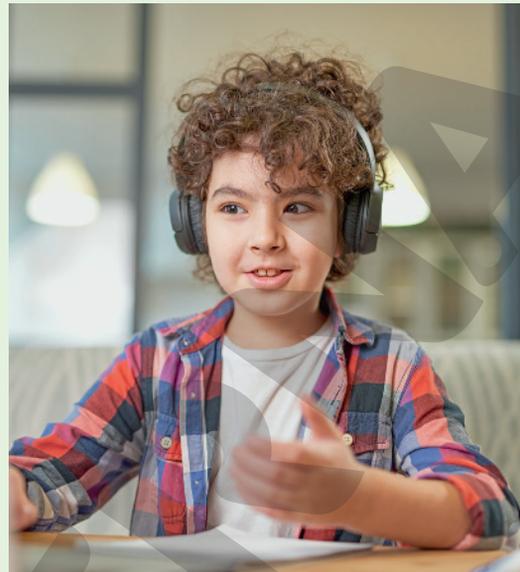
- O estudante que conseguir fazer a cesta antes marca um ponto para seu time.
- Você pode e deve aumentar a quantidade de números, aumentando, assim, a quantidade de estudantes que arremessam a bola ao mesmo tempo.
- Depois desse jogo, eles vão praticar um jogo conhecido como “Bola ao capitão”, em que a única pessoa autorizada ao arremesso é o capitão, disposto em uma plataforma um pouco mais alta que o nível da quadra: um *step*, um plinto ou um banco.

## ■ Avaliação

Os estudantes devem produzir uma **narrativa esportiva** relatando o jogo de basquetebol, escrevendo dois parágrafos sobre o que aprenderam nessa aula, atuando como um comentarista ou um narrador esportivo. Para que tenham mais elementos para a produção, forme uma roda de conversa e diga a eles que esse jogo adaptado é considerado de invasão ou territorial, pois tem como objetivo final invadir o espaço do outro time e acertar a cesta. Peça que compartilhem quais foram as dificuldades que surgiram durante a realização da aula e como foram solucionadas. Peça que registrem essa produção no caderno.



Proponha aos estudantes que produzam um vídeo com a narração esportiva de um jogo de basquete da própria turma ou de outra turma da escola. Primeiro, eles devem filmar o jogo ou parte dele. Depois, devem preparar um texto com a narração do jogo, incluindo informações sobre o esporte obtidas durante as aulas ou por meio de pesquisa. O texto escrito na atividade anterior também poderá ser utilizado. Peça que pesquisem *softwares* para fazer a combinação do vídeo e do áudio com a narração. Ao final, devem compartilhar os vídeos, para obter o retorno dos colegas quanto à qualidade da narração e também à riqueza de informações e conceitos sobre o esporte.



FRIENDS STOCK/SHUTTERSTOCK

### Roteiro de aula 8

#### ■ Unidade temática

Ginásticas.

#### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

#### ■ Competência específica de Educação Física

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.

#### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

#### ■ Tema: Acrobacias individuais

#### ■ Processo pedagógico:

- Nesta aula, os estudantes vão experimentar diversas posições acrobáticas individuais, como a ponte, a tesourinha, a vela, o arado e o avião.
- No aquecimento, eles vão fazer um pega-pega ginástica: quem for pego tem de escolher uma das posições acrobáticas e permanecer ali até alguém fazer a mesma posição a uma distância em que consigam se encostar.

- Depois de vivenciar cada uma das posições acrobáticas, eles deverão montar sequências individuais.
- Por último, deverão criar uma figura estática, usando a criatividade. Todos vão imitar a figura que o colega vai propor para a turma toda.



Crianças fazem as posições acrobáticas de vela e ponte.

## ■ Avaliação

Proponha aos estudantes que pesquisem em revistas e jornais imagens que poderão ser traduzidas e remetidas ao corpo. Por exemplo, se encontrarem o recorte de uma ponte, como fazê-la imitando-a com algum movimento corporal? Combine com eles que fotografem os movimentos dos colegas, para poderem analisá-los e também para utilizar o material na exposição proposta a seguir.

Os estudantes deverão montar uma exposição na escola com a dicotomia **expectativa** × **realidade**, apresentando o recorte de determinada imagem e uma fotografia que faça a tradução corporal.

## Roteiro de aula 9

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

Danças de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

## ■ Tema: Maculelê

O maculelê é uma manifestação da cultura afro-brasileira e indígena que mistura história, ritmo e potência, desafiando os estudantes a construir as próprias coreografias rítmicas, com o auxílio da utilização de um implemento.

### Maculelê

O Maculelê é uma dança folclórica originalmente praticada por negros e caboclos do Recôncavo Baiano, que simula uma luta com bastões de madeira, ao som de atabaques e cânticos. No século 20, alguns praticantes passaram a usar fações em lugar de bastões, em apresentações folclóricas.

Acredita-se que essa manifestação cultural exista, na Bahia, desde o século 18, onde chegou possivelmente através de escravizados africanos ou através dos portugueses, que praticavam a antiga dança dos paulitos ou, ainda, uma mistura de ambos. Incorporou elementos indígenas, africanos e europeus.

Hoje, o Maculelê é muito praticado por grupos baianos de Capoeira, mas diferente desta, que se transformou em arte marcial pelos grandes mestre baianos, o Maculelê continuou como folclore.

## ■ Processo pedagógico:

- No início da aula, é importante contextualizar o maculelê como uma manifestação presente na cultura brasileira, que tem sua história interligada à capoeira.
- Em seguida, os estudantes são convidados a, usando um implemento (sugestão de adaptação: garrafa PET), perceber que, toda vez que uma garrafa bate na outra, produz um som. Isso é fundamental nessa manifestação.



Roda de maculelê em comemoração ao Dia de Iemanjá, em Ruy Barbosa (BA), em 2002.

- Individualmente, proponha aos estudantes sequências para que eles possam experimentar a garrafa ao tocar o próprio corpo e também o chão (por exemplo, você pode sugerir esta sequência: mão, barriga, perna e chão/cabeça, mão, chão, mão).
- Em duplas, proponha aos estudantes que experimentem uma nova sequência, ainda comandada por você. Nessa sequência, a garrafa de um aluno deve encontrar a de outro, invariavelmente.
- Por último, as duplas devem formar quartetos e criar as próprias coreografias.



SIMONE ZIASCH

## ■ Avaliação

Peça que façam uma pesquisa no laboratório de informática, com seu auxílio, sobre as histórias e lendas do maculelê e anotem no caderno as informações coletadas. Depois dessa pesquisa, ao final do processo, os estudantes, divididos em grupos, deverão gravar um vídeo com a própria apresentação coreografada de maculelê. Para isso, eles devem contar com seu auxílio. Depois, devem assistir e compartilhar as partes que mais gostaram de fazer e falar sobre as possíveis dificuldades.

## Para saber mais

- “O maculelê como conteúdo afro-indígena nas aulas de Educação Física: um relato a partir das intervenções no PIBID”, de Paulo Maciel Cordeiro Martins e Andreia Cristina Peixoto Ferreira. VII ENALIC. Fortaleza, 5-7 dez. 2018. Disponível em: <<http://editorarealize.com.br/editora/anais/enalic/2018/443-54439-24112018-114334.pdf>>. Acesso em: 10 jun. 2021.

Neste artigo, o coletivo PIBID de Educação Física da Universidade Federal de Goiás (UFG/CAC) apresenta uma discussão sobre conteúdos temáticos da cultura corporal, tendo como eixo interdisciplinar e curricular a História e Cultura Africana e Afro-Brasileira. Trata metodologicamente do maculelê, manifestação cultural inserida atualmente nos rituais da capoeira e demarcada com potencial de Patrimônio Imaterial da Humanidade. Essa dança/jogo/luta de matriz afro-brasileira e indígena é considerada expressão da história e da cultura afro-brasileira e vem sendo tratada pelo coletivo PIBID como eixo temático de interação social, viabilizador entre os conteúdos da cultura corporal: Jogos e Brincadeiras, Dança, Ginástica Geral e Lutas.

## Roteiro de aula 10

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Lutas de longa distância – Esgrima

A esgrima é uma luta de combate muito antiga, em que os praticantes usam um material (espada, sabre e florete) para encostar no oponente e marcar o ponto. Pelo uso de implementos, a esgrima é classificada como uma luta de longa distância.

### ■ Processo pedagógico:

- Inicie a aula explicando um pouco sobre alguns pontos da esgrima, como: origem, materiais utilizados, cuidados necessários, principais regras.
- Os estudantes vão construir suas próprias espadas confeccionando-as com o uso de materiais como jornal e fita crepe.

- Antes da construção do material, proponha aos estudantes uma brincadeira em duplas. O objetivo é encostar o material no ombro do colega, iniciando assim a dinâmica da esgrima.
- Depois, as duplas vão usar o material construído para explorar a luta, com o objetivo, como dito anteriormente, de encostar o sabre nos ombros (10 pontos) ou nas pernas (5 pontos) do oponente. Ganha a disputa quem fizer 40 pontos primeiro. Você pode alterar a pontuação e revezar as duplas, escolhendo a dinâmica que melhor se aplique ao contexto.



O esgrimista olímpico da Grã-Bretanha Marcus Mepstead treina durante uma sessão no Clube de Esgrima, em Nova York, em 2021.

## ■ Avaliação

Durante todo o ano, os estudantes foram levados a refletir sobre as ações dos valores morais tanto nas aulas de Educação Física quanto nas ações cotidianas, como a cooperação, o trabalho em equipe, o respeito e a justiça.

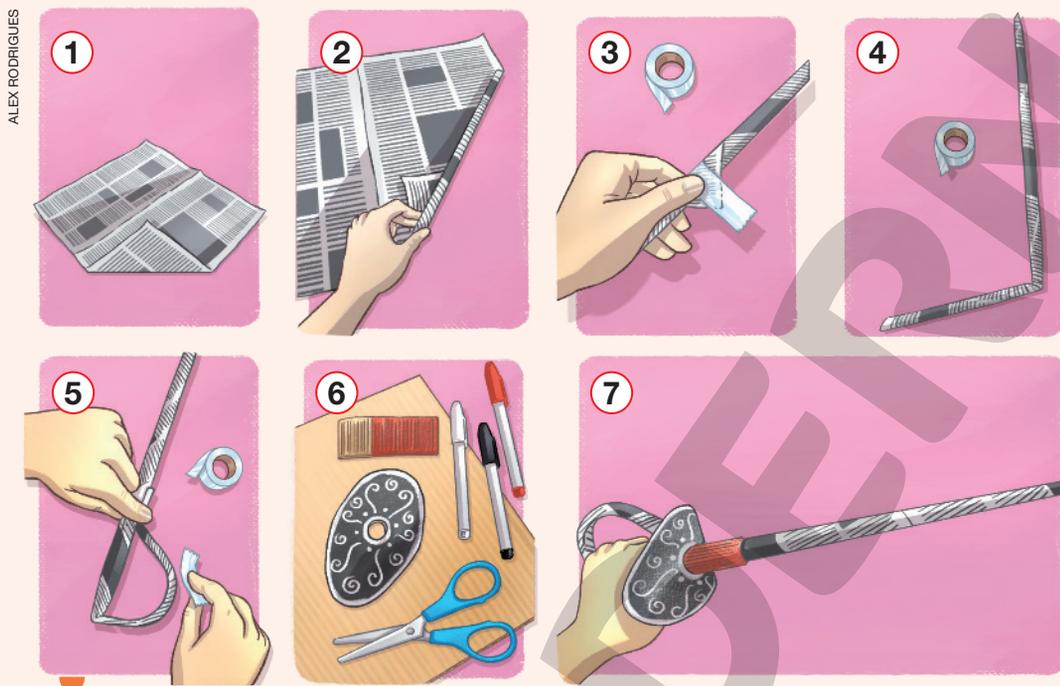
Proponha aos estudantes a elaboração de uma obra de arte (desenho, fotografia, apresentação de dança) que se relacione com uma situação de aula, um valor moral e uma situação da própria vida.

Essa pode ser uma avaliação para o final do percurso, mas também uma maneira de os estudantes produzirem algo significativo diante dos aprendizados socioemocionais que desenvolveram.

A construção do implemento (no caso, as espadas da esgrima) é um passo fundamental para a experiência da aula. Os estudantes deverão confeccionar o próprio implemento e, com seu auxílio, vão fazer um manual de instruções simples de como criá-lo.

Chamamos de texto instrucional ou injuntivo a tipologia textual que está em diversos gêneros, por exemplo, os manuais de instrução, as receitas culinárias, os textos que contêm regras de jogos.

Para essa atividade, oriente os estudantes a associar as imagens às instruções textuais que vão escrever. Na sequência, depois de pronto o manual de instruções, faça com eles novamente a leitura. Por fim, solicite que algum estudante leia as instruções oralmente. Caso eles tenham dificuldade em alguma etapa, converse com todos e diga a eles que cada dificuldade que venham a ter faz parte das etapas do aprendizado.



- 1º passo: um jornal de papel impresso aberto;
- 2º passo: uma mão dobrando o jornal na diagonal;
- 3º passo: uma mão passando um durex na ponta do jornal já enrolado;
- 4º passo: o jornal já enrolado, em formato de canudo, e dobrado em uma parte;
- 5º passo: uma mão amassando a parte dobrada, formando a alça de uma espada;
- 6º passo: desenhe num papelão um círculo ou forma oval com um furo no centro;
- 7º passo: a espada de esgrima já finalizada.

## Roteiro de aula 11

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.

## ■ Habilidade de Educação Física

(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.



### ■ Tema: *Agú-Kaká*

### ■ Processo pedagógico:

Esta brincadeira se chama *Agú-Kaká* e se relaciona com os modos de viver do povo Kalapalo, pois envolve a preparação para os papéis sociais da vida adulta e reflete a maneira como eles observam e concebem seu entorno.

Essa brincadeira é realizada durante a festa do macaco junto com uma variação chamada *Tsine*. A gestualidade de ambas faz referência aos movimentos de um tipo de centopeia que aparece no mês de janeiro. Essas centopeias se aglutinam umas sobre as outras nas folhas de uma vegetação rasteira da região do Alto Xingu.

O aquecimento para esta aula deve envolver, entre outros exercícios de sua escolha, um gesto leve de fricção da mão (a intensidade pode aumentar ao longo da duração desse gesto) por toda a superfície da pele de cada estudante, pois esta brincadeira irá gerar atrito de pele entre os estudantes.

Ao apresentar a brincadeira dos povos originários do Alto Xingu, conte como ela está relacionada ao modo de viver e de conceber a natureza por meio do olhar desse povo. Ela também mobiliza diferentes papéis de gênero em sua realização original e envolve as capacidades de força e resistência, muito valorizadas entre os povos originários em geral.

Para o desenvolvimento desta aula, providencie um mastro de madeira ou uma coluna de alvenaria ou um tronco de árvore no qual os estudantes sejam capazes de se agarrar firmemente com os braços na posição ajoelhada. Certifique-se de que haja uma proteção com um tapete ou colchonete ao redor do mastro, coluna ou tronco de árvore escolhidos para a brincadeira, a fim de evitar que os estudantes se machuquem.

Para iniciar a brincadeira, os meninos devem ser organizados em fila cada um com a mão no ombro do companheiro à sua frente, fazendo um percurso sinuoso enquanto entoam o nome da brincadeira: “Agú-kaká, Agú-kaká, Agú-kaká...”. Depois, a fila deve se posicionar de frente para o mastro de madeira. O primeiro da fila ficará de joelhos e o abraçará. Em seguida, um a um dos participantes se ajoelham e abraçam o companheiro da frente.

Quando todos estiverem abraçados, as meninas entram em cena para remover cada menino do abraço, a começar pelo fim da fila e respeitando a paridade entre tamanho e força de cada participante.

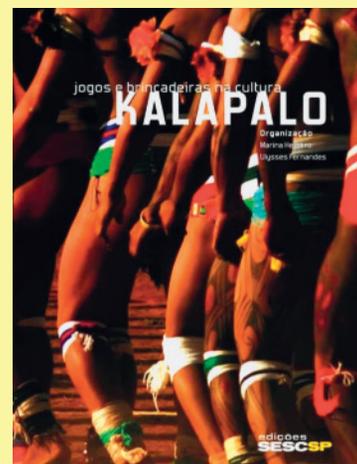
Para remover cada participante do lugar, é permitido fazer cócegas e/ou puxar pelos braços para desprendê-lo da pessoa à frente dela. Previna os estudantes para que não realizem movimentos bruscos ao desprender os colegas, propondo que a força exercida sobre o corpo do outro seja sempre aplicada de maneira gradual e cuidadosa. A brincadeira tem um tempo de duração variável, mas só acaba quando o último menino for removido.

Originalmente, não há uma troca de papéis entre homens e mulheres na execução desta brincadeira, mas para fins didáticos e pedagógicos, é válido propor grupos mistos.

A versão similar dessa brincadeira é chamada *Tsine*. Nesta não é necessário nenhum material para agarrar-se. Basta que os meninos façam sua entrada e se deem ao chão lado a lado entrelaçando seus braços. A regra para separá-los é a mesma do *Agú-kaká*.

## Para saber mais

- *Kalapalo – Jogo 13 – Agú Kaká*. Disponível em: <<https://vimeo.com/5644188>>. Acesso em: 20 jul. 2021. No vídeo é possível ver a explicação e a realização da brincadeira *Agú-Kaká* pelos Kalapalo.
- *Jogos e brincadeiras na cultura Kalapalo*, de Marina Herrero e Ulysses Fernandes. São Paulo: Sesc, 2010. Nessa obra, os autores registram 25 jogos e brincadeiras da aldeia Kalapalo, em Mato Grosso. A obra contém textos sobre a cultura kalapalo, fotos de objetos, desenhos de pintura corporal e imagens de indígenas brincando ou praticando outras atividades.



REPRODUÇÃO

## ■ Avaliação

Depois da atividade, reúna a turma para analisar alguns pontos da atividade. Utilize as perguntas a seguir para nortear sua avaliação. Inclua outros questionamentos se julgar necessário.

Pergunte se a brincadeira aconteceu de acordo com os combinados e regras estabelecidas. Como os estudantes da fila entoaram o canto de Agú-Kaká? Escolheram uma melodia já conhecida? A turma teve uma postura respeitosa frente à cultura dos povos originários? Ao realizar a brincadeira, mantiveram cuidado para não machucar os colegas? Quais relações podem ser estabelecidas entre as brincadeiras e o modo de viver dos povos originários?

Por fim, peça aos estudantes que reflitam e avaliem suas próprias participações. Se participaram ativamente, se ajudaram os colegas e se superaram eventuais dificuldades durante a aula.

## Roteiro de aula 12

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de campo ou taco.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Beisebol adaptado (Base 6)



## ■ Processo pedagógico:

Inicie a aula perguntando aos estudantes se conhecem o jogo de beisebol e estimule-os a pensar nas características e regras deste jogo. Pergunte:

- Qual é a origem do jogo?
- Em que espaço se joga o beisebol?
- Quais materiais são usados nesse jogo?
- Qual é o objetivo dos jogadores?
- Quais habilidades são necessárias para jogar o beisebol?
- Como se marcam pontos?

Proponha uma adaptação do jogo de beisebol com regras simplificadas, que enfatizem mais o deslocamento e a movimentação próprios do beisebol do que as habilidades de lançar e rebater.

Para auxiliar no desenvolvimento da habilidade de rebater com um taco, proponha que a rebatida seja feita com uma raquete. Se julgar necessário, substitua a rebatida pelo gesto de outra modalidade já trabalhada, como a manchete do voleibol ou o chute do futebol, variando o tamanho da bola (quanto maior, mais fácil rebater) ou variando o movimento de lançamento com o movimento de rolar a bola.

Há uma versão do beisebol que trabalha com o rolar (executado pela defesa) e o chutar da bola (executado pelo ataque), conhecida como Base 6 ou Chutebol. Fique à vontade para renomear o jogo com seus estudantes, tornando-os protagonistas desse processo. Como ponto de partida, sugerimos a adaptação de regras básicas.

- O jogo é realizado entre duas equipes com número igual de jogadores.
- O espaço pode ser uma quadra poliesportiva, um pátio ou gramado.
- No chão devem ser marcadas de quatro a seis bases para serem percorridas pelos jogadores que atacam.
- Procure deixar distâncias iguais entre as bases, se optar por utilizar quatro bases, os estudantes terminarão o percurso de corrida antes e poderão ficar livres para voltar a rebater, dando mais ênfase a esta última habilidade.
- Para a equipe que defende, deve haver uma grande base ao centro.



## ■ Dinâmica do jogo

- Os jogadores de ataque e de defesa se alternam nessas funções, realizando-as em momentos distintos da partida, uma equipe de cada vez.
- Para iniciar o jogo, toda a equipe que inicia atacando deve estar disposta em fila, na ordem em que os jogadores ou o professor determinar. Não é permitido a troca de lugares entre os jogadores, para garantir que todos tenham a oportunidade de rebater e de correr.
- Os jogadores da defesa devem se espalhar por todo o espaço para aguardar a bola que será rebatida. O jogador da defesa que irá colocar a bola em jogo (por escolha do grupo ou do professor) irá rolar a bola na direção do rebatedor da vez, que irá chutar a bola e correr em direção à primeira base. A passagem pela base só é válida se o estudante pisar dentro da base. É permitido correr mais de uma base após cada chute.
- A tarefa da equipe defensora é pegar a bola rebatida e correr para a grande base do centro com a bola. Quando o defensor, que pegou a bola, e toda sua equipe, até o último jogador, entrarem na grande base central, o jogador que corre entre as bases do ataque não pode mais se deslocar, estando a salvo somente se estiver dentro de uma de suas bases.
- Jogadores do ataque são eliminados quando estiverem correndo entre duas bases, até que o último jogador da defesa entre na grande base. Cada jogador eliminado tem a chance de entrar na fila dos atacantes e aguardar sua vez para rebater novamente.
- Quando a defesa realiza três eliminações, os papéis de ataque e defesa se alternam. No caso da alternância de papéis antes de todos os atacantes tentarem rebater a bola, na troca seguinte, estudantes que ainda não rebateram devem ser os primeiros da fila.
- A equipe que ataca marca um ponto a cada volta completada por um jogador, que ao terminar a volta retorna para rebater. Outra possibilidade é continuar correndo da base seis para a um, iniciando uma segunda volta, mas este detalhe deve ser combinado com os estudantes.
- Quando uma jogada acaba (com a entrada dos jogadores da defesa no círculo do centro) o lançador colocará a bola novamente em jogo para um segundo rebatedor chutar a bola.
- Os jogadores do ataque que já estiverem correndo entre as bases somente podem voltar a correr quando a bola for rebatida por seu companheiro de equipe. Se saírem antes do chute, podem ser eliminados.
- O final do jogo pode ser definido pela pontuação (quem marca 10 pontos primeiro vence a rodada) ou até que todos os atacantes rebatem uma vez, encerrando a rodada.

## ■ Avaliação

A atividade proposta pode exigir um pouco mais de tempo até que os alunos se apropriem das regras. Com base na avaliação processual feita pelo professor, é possível simplificar as regras do jogo ou torná-las mais complexas, conforme julgar adequado.

Um aspecto comportamental a ser observado é se os estudantes respeitam a ordem dos rebatedores. Verifique e ajude-os a refletir se todos tiveram a oportunidade de rebater ou se houve alguma decisão para que alguém assumisse esse papel mais vezes em uma rodada.

Alternadamente, convoque alguns estudantes para comporem a equipe de arbitragem. Ao final, peça aos estudantes que jogaram que avaliem o papel dos colegas que atuaram na arbitragem. Solicite ao próprio grupo que avalie como foi o seu trabalho e relate quais foram as dificuldades.

É possível utilizar os conceitos e elementos que aparecem no jogo, como oposição, invasão e uso de rede, raquete ou taco, para que os estudantes avaliem seus papéis e como foi a experiência em desempenhá-los.

Os itens utilizados pelos árbitros de cada rodada podem ser confeccionados pelos alunos, uma vez que todos irão passar pela experiência da arbitragem. Com eles, confeccione bandeirinhas coloridas para demarcar as bases, a fim de auxiliar na verificação de lances e da entrada de jogadores do ataque e da defesa, mesmo a distâncias maiores. Portanto, procure utilizar cores bem vivas para sua confecção. Use pedaços de cabos de vassoura e fixe o tecido (TNT) com cola.



DRAZEN ZIGIC/SHUTTERSTOCK

## Roteiro de aula 13

### ■ Unidade temática

Ginástica.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Malabarismo (manipulação de objetos)

#### ■ Processo pedagógico:

A prática da manipulação de objetos do malabarismo contemporâneo tem se mostrado mais acessível como atividade de lazer. Para esta aula de manipulação malabarística, serão trabalhados os conceitos de **agarre** e **armado**. Esses conceitos são aplicados à manipulação com as mãos, sendo o agarre a presença de um objeto em uma mão e o armado a presença de dois ou mais objetos em uma mão. Para esta aula, trabalhe apenas com dois objetos para cada estudante.

Utilize materiais variados para esta aula, como bastões de diferentes tamanhos, bolas pequenas (40 a 65 mm de diâmetro) e bambolês. Inicie retomando as possibilidades de manipulação de objetos com seus estudantes: lançar e pegar; deixar cair e pegar sem derrubar no chão; rolar no corpo; travar entre duas partes do corpo; travar entre o corpo e outro objeto; e equilibrar em uma parte do corpo. Com o bambolê especificamente é possível atravessar por dentro e girar em uma parte do corpo.

Após a retomada desses eixos malabarísticos, apresente os conceitos de **agarre** e **armado**. Esses conceitos podem ser trabalhados de forma diretiva junto com os estudantes como em uma brincadeira de vivo ou morto com os seguintes comandos: agarre; armado; armado na mão direita; armado na mão



VLUE/SHUTTERSTOCK

esquerda. E a brincadeira pode evoluir para a combinação dos eixos malabarísticos com os conceitos apresentados nesta aula: uma trava com agarre na mão direita; um equilíbrio com agarre na mão esquerda.

Em um segundo momento, podem ser exploradas poses, imagens, figuras acrobáticas ou acrobacias individuais que contenham armados e agarres, como fazer um aviãozinho com os objetos em agarre, um em cada mão; fazer estrela com uma mão enquanto segura os objetos em armado na outra mão; imitar um animal e utilizar os objetos em armado ou agarre para simbolizar uma parte do corpo deste animal; fingir que o objeto é outra coisa relacionada ao cotidiano etc.

Por fim, um momento mais técnico pode tratar da resolução de problemas. Seguem alguns exemplos de tarefas:

- 1) Passar o armado de uma mão à outra utilizando uma trava.
- 2) Buscar um objeto que esteja em armado, passando a mão por baixo da perna e ficando com dois agarres.
- 3) Levar um objeto que esteja em armado, para a outra mão, passando o armado pelas costas.
- 4) Fazer um agarre e equilibrar o objeto com o membro.
- 5) Fazer um agarre e equilibrar o objeto com outro membro.

À medida que os estudantes criarem suas próprias soluções, dedique tempo para socializar e ampliar as produções entre os estudantes.

## Para saber mais

- *Conceitos de manipulação com bolas – tutorial*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=znY4iiXOqg8>>. Acesso em: 20 jul. 2021.
  - *Menos é mais – Simplificando o malabarismo tutorial (Simplifying juggling)*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ydl36llAzqU>>. Acesso em: 20 jul. 2021.
- Nesses dois vídeos, os eixos malabarísticos de manipulação são apresentados e exemplificados com demonstrações simples, intermediárias e avançadas de manipulação com bolinhas.

## ■ Avaliação

Organize os estudantes em uma roda de conversa e verifique se eles conseguem distinguir agarres e armados. Avalie em seguida se conseguem citar os eixos malabarísticos (equilíbrios, rolamentos, travas, deixar cair etc.). Veja se algum estudante buscou mais informações sobre possibilidades de movimento dos eixos malabarísticos. Pergunte se a turma compartilhou descobertas estimulando os colegas a criar movimentos coletivamente. Eles podem descrever verbalmente ou demonstrar os movimentos para compartilhar o que aprenderam.

Você poderá pedir aos alunos que criem sequências de manipulação baseadas no trabalho realizado em aula. Essas sequências podem ser gravadas pelo professor e compiladas em um único vídeo no qual sejam mostradas as performances dos alunos. Além de ser um excelente material de estudo e compartilhamento, por meio do qual os estudantes podem se observar e aperfeiçoar seus movimentos, esse registro poderá ser apresentado em eventos da escola.

## Roteiro de aula 14

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

Danças de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.



CESAR DINIZ/PULSAR IMAGENS

## ■ Tema: Coco de roda

## ■ Processo pedagógico:

Acredita-se que o coco de roda tenha tido suas primeiras manifestações no Nordeste brasileiro, mais precisamente nos estados de Pernambuco, Alagoas e Paraíba, em meados do século XVIII. A composição do ritmo musical e a gestualidade da dança possuem influências tanto de matriz africana quanto dos povos originários.

Todos os elementos básicos da dança podem ser explorados por meio da musicalidade do coco de roda: o ritmo, movimentos corporais dos membros e a exploração do espaço.

Para iniciar a aula, apresente algumas músicas do coco de roda para os estudantes. Peça que ouçam com atenção os sons dos instrumentos. Pergunte:

- Quantos sons diferentes podem ser reconhecidos?
- É possível imitar este som com a voz?
- Qual parece ser o mais alto?
- Algum instrumento faz pausa?
- Algum instrumento toca continuamente?

Depois, faça um exercício com percussão corporal. Peça aos estudantes que batam uma palma no tempo em que o instrumento toca mais alto/forte. Deixe-os tentar entrar no ritmo sozinhos e ajude somente se eles demonstrarem muita dificuldade. Troque as palmas por uma batida em outras partes do corpo, como coxas, peito, braços etc., depois, sugira estalar com a língua no céu da boca, estalar de dedos, saltar, bater os pés no chão.

Em seguida, tente marcar o ritmo com três palmas e uma pausa (contra tempo). Faça este exercício primeiramente sem música. Se necessário, conte cada palma: “1-2-3 (pausa), 1-2-3 (pausa), 1-2-3 (pausa)”. Estabeleça três ritmos diferentes: lento, rápido e intermediário. Faça uma variação com palmas nas coxas para estabelecer uma relação com os passos do coco. Seguindo a contagem “1-2-3 (pausa)”, a palma nas coxas segue o mesmo padrão: “direita-esquerda-direita (pausa)”. O passo do coco irá seguir a mesma sequência com os pés marcando o ritmo no chão: “pé direito pisa – pé esquerdo pisa – pé direito bate no chão (pausa)”.

O próximo passo é tentar marcar o ritmo com os pés enquanto realizam um deslocamento pelo espaço (para frente; para trás; alternando para a frente e para trás; de um lado para o outro) e, posteriormente, uma dissociação de outras partes do corpo (elevar os braços acima da cabeça ou elevar o calcanhar cruzando as pernas por trás, sempre na batida mais forte).

Procure fazer com que cada exercício seja uma brincadeira com o corpo e a música, criando uma atmosfera de experimentação e pesquisa dos movimentos e sons que o corpo pode produzir.

## Para saber mais

### Músicas de Coco de roda

- *Caiana dos crioulos – Cantigas, coco de roda e outros cantos (2003)*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=sbKeTg6ogW8>>. Acesso em: 20 jul. 2021.

### Sobre o coco de roda

- *Curta! Danças regionais – Coco de roda*. Disponível em: <[https://www.youtube.com/watch?v=G1\\_Bz6yg9Wo](https://www.youtube.com/watch?v=G1_Bz6yg9Wo)>. Acesso em: 20 jul. 2021.

Neste vídeo a professora Isabela de Castro conta as origens e vertentes do coco de roda.

- *Coco – Dança de roda – Aula de dança – Gustavo Fernandes – Programa Birigui Integral*. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=S2mT0GRWpIY>>. Acesso em: 20 jul. 2021.

Neste vídeo o professor Gustavo Fernandes ensina o passo base da dança do coco de roda com variações de giro e outros movimentos corporais.

## ■ Avaliação

A avaliação desta aula consiste em reconhecer o envolvimento dos alunos com cada exercício proposto. Pode ser que alguns estudantes não consigam acompanhar alguns dos exercícios, conforme se tornam mais complexos. Oriente esses alunos a fazer o movimento da maneira como o compreenderem ou conseguirem. Deixe que os estudantes permaneçam mais tempo realizando os exercícios que tiverem facilidade e crie um ambiente acolhedor, mostrando que são possíveis diferentes formas de expressão, não havendo uma única maneira considerada certa.

Para avaliar a apropriação conceitual, peça que identifiquem os movimentos que compõem a dança. Eles podem verbalizar os movimentos que fizeram ou viram o colega fazer.

Observe se respeitam e acolhem diferentes maneiras de se movimentar ao dançar o coco. Você poderá convidá-los a refletir sobre as danças e músicas apreciadas pela maioria das pessoas e verificar qual é a cultura de referência. É possível que a maioria de nós conheça muito pouco sobre as culturas e danças de matriz africana e dos povos originários. Questione-os, deixando que expressem suas opiniões.

## Roteiro de aula 15

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas de matriz indígena e africana.

## ■ Competências específicas de Educação Física

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.

## ■ Habilidades de Educação Física

(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.



## ■ Tema: Ikindene e Huka-Huka

### ■ Processo pedagógico:

*Ikindene* é o nome Kalapalo para essa luta, ao passo que em outras regiões do Alto Xingu é possível encontrar luta com movimentação e regras muito semelhantes com o nome *Huka-huka*. O ato de lutar, para os povos originários, remete ao ideal de sujeito que se busca alcançar, inspirados pela força e coragem do lutador ou lutadora.

Para os Kalapalo, a luta envolve uma série de rituais preparatórios, como jejum, pintura corporal e banhos de ervas. Todos praticam a luta na aldeia, homens e mulheres de todas as idades e a iniciação da luta em festividades é um momento de enorme pressão para os jovens.

Embora o *Ikindene* ou *Huka-Huka* sejam artes marciais dos povos originários, trata-se de uma prática corporal que assume um caráter competitivo para a celebração da paz entre as aldeias.

O *Ikindene* e o *Huka-Huka* são lutas de curta distância, cujo objetivo é derrubar ou agarrar as pernas do oponente por trás de suas coxas. Para realizar esta luta, é preciso escolher um local apropriado, pois ela é realizada com os lutadores apoiados sobre seus joelhos. Se a escola não dispuser de tatames, busque um espaço gramado.

Antes de iniciar a luta, é importante fazer um aquecimento preparando gradualmente os corpos dos estudantes para o contato corporal. A movimentação dessa luta envolve a proteção das costas, de maneira que os oponentes nunca ficam de costas um para o outro.

Primeiro, proponha um jogo a ser realizado em duplas, cujo objetivo seja apenas tocar as costas do adversário. Utilize um prendedor de roupas preso na parte de trás

da camiseta dos estudantes. O objetivo desta disputa é pegar o prendedor de roupas do companheiro, defendendo-se apenas com o corpo.

Se desejar simplificar a tarefa, peça a um estudante que tente retirar o prendedor enquanto o outro se defende com os braços para cima, apenas esquivando o tronco e se deslocando com as pernas. Isto evitará gestos contundentes de defesa contra o braço do companheiro que ataca.

Para deixar a disputa mais parecida com o gesto do *Ikindene* e *Huka-huka*, uma variação do exercício pode ser colocar os prendedores de roupa atrás das coxas dos estudantes, pois uma das regras que encerram a luta é segurar firmemente a parte de trás das coxas do companheiro. Para proteger essa parte do corpo, os lutadores se encaram com o tronco flexionado à frente para que o oponente não consiga alcançar suas pernas com as mãos.

### ■ Regras da luta

Para iniciar a luta, dois colegas se dirigem ao centro da área estabelecida para a realização da luta. Originalmente, essa luta ocorre no pátio central da aldeia onde todos se encontram, mas não há uma zona restritiva onde os participantes devam permanecer.

A luta envolve desequilíbrios laterais e puxões em direção ao chão. Somente é permitido tocar o chão com mãos, pernas e pés. Tocar o tronco no solo finaliza a luta e dá a vitória a quem permaneceu em pé. É muito importante que o gesto de empurrar o companheiro seja restringido, pois como essa luta ocorre sobre os joelhos, tal ação implica na hiper flexão dos joelhos, aumentando os riscos de lesão.

Não são permitidos socos, chutes, tapas ou beliscões. Os lutadores apoiam suas mãos sobre o ombro do companheiro e tentam derrubá-lo. O critério de formação das duplas pode ser aleatório, mas inicie os primeiros contatos com a luta formando pares entre os colegas de confiança, o que vai diminuir a ansiedade e manter o clima lúdico da prática.

### Para saber mais

- *Huka-Huka – a luta indígena brasileira*. Disponível em: <[https://www.youtube.com/watch?v=2tqrs1Q\\_6v0](https://www.youtube.com/watch?v=2tqrs1Q_6v0)>. Acesso em: 20 jul. 2021. Este vídeo traz uma narrativa sobre aspectos culturais dos agrupamentos dos povos originários do Alto Xingu.

### ■ Avaliação

Ao longo da atividade, observe se a turma teve uma postura respeitosa frente à cultura dos povos originários. Verifique se compreendem qual é significado da luta dos povos originários e se relacionam a conhecimentos prévios de outras lutas e rituais.

Por fim, peça aos estudantes que reflitam e avaliem suas próprias participações, analisando se participaram ativamente, respeitando as regras da luta e tomando medidas de precaução para evitar lesões em si e no companheiro.

## Esportes Paralímpicos

Observe as imagens.



TASSO MARCELO/AFP/GETTY IMAGES



FRIEDEMANN VOGEL/GETTY IMAGES

Atletas competindo nos Jogos Paralímpicos em 2016, no Rio de Janeiro (RJ).

Os Esportes Paralímpicos são uma realidade mundial. Os praticantes exercitam os valores do esporte sem desconsiderar suas possibilidades, potenciais e valor. O diálogo sobre a eficiência dos corpos e as práticas corporais possibilita a discussão de esporte para todos os estudantes.

### Conectando ideias

1. A deficiência e a eficiência podem caminhar juntas? Como conciliar as duas perspectivas?

Possível resposta: Um atleta paralímpico, por exemplo, mesmo com uma deficiência, pode ser extremamente eficiente na realização de determinada tarefa. Assim como todos os seres humanos, que têm dificuldades e facilidades a depender do contexto; portanto, não devemos ser rotulados por qualquer que seja a categorização.

2. Como experienciar modalidades paralímpicas na escola?

Resposta pessoal. Comente sobre as adaptações que podem ser feitas, as regras, o tempo de duração da modalidade, o grau de participação dos envolvidos e a importância da inclusão na escola e na sociedade como um todo.

3. Como proporcionar um ambiente realmente inclusivo aos estudantes com deficiência?

Possível resposta: Considerando-os seres potentes e que merecem respeito, assim como todo estudante, e, também, levando em consideração as práticas pedagógicas específicas para a aprendizagem nesse contexto.

Este capítulo tem a intenção de auxiliar o professor em seus currículos específicos, por meio de roteiros de aula. Pensando nas características do 5º ano do Ensino Fundamental – Anos Iniciais, propomos dois temas para cada uma das unidades temáticas: Brincadeiras e jogos, Danças, Ginásticas, Esportes e Lutas.

De acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), a Educação Física estuda o movimentar-se. Esse **movimentar** contempla as práticas corporais, o exercício físico, as atividades físicas, enfim, todos esses movimentos inseridos no âmbito cultural. Não podemos nos esquecer de que toda aprendizagem acontece por meio do corpo. Para Daolio:

O homem, por meio do seu corpo, vai assimilando e se apropriando dos valores, normas e costumes sociais, num processo de incorporação [...]. Diz-se correntemente que um indivíduo incorpora algum novo comportamento ao conjunto de seus atos, ou uma nova palavra no seu vocabulário, ou ainda, um novo conhecimento ao seu repertório cognitivo. Mais do que um aprendizado intelectual, o indivíduo adquire um conteúdo cultural, que se instala no seu corpo, no conjunto de suas expressões. Em outros termos, o homem aprende a cultura por meio do seu corpo. (DAOLIO, 2013, p. 37).

## Cidadão do Mundo

*Cuerdas* é um curta-metragem (2013) de animação espanhol de Pedro Solís. Ganha-dor do prêmio Goya de melhor curta-metragem de animação. O curta-metragem conta a história de Maria, que é uma menina que se tornou amiga de Nicolás, que tem paralisia cerebral. Entre Maria e Nicolás foram desenvolvidos laços de afetividade. Ela usa cordas para ajudar Nicolás a movimentar os braços e as pernas, incluindo-o nas atividades da escola.

- O curta-metragem faz perceber a empatia entre os dois personagens principais e nos faz questionar se os direitos às práticas corporais e às brincadeiras são garantidos às crianças de nossas escolas.

Cartaz do curta-metragem *Cuerdas* (2013), de Pedro Solís, em que a personagem Maria está sempre auxiliando seu colega Nicolás.



# Proposta de roteiros de aula

## Roteiro de aula 1

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

### ■ Tema: Queimada

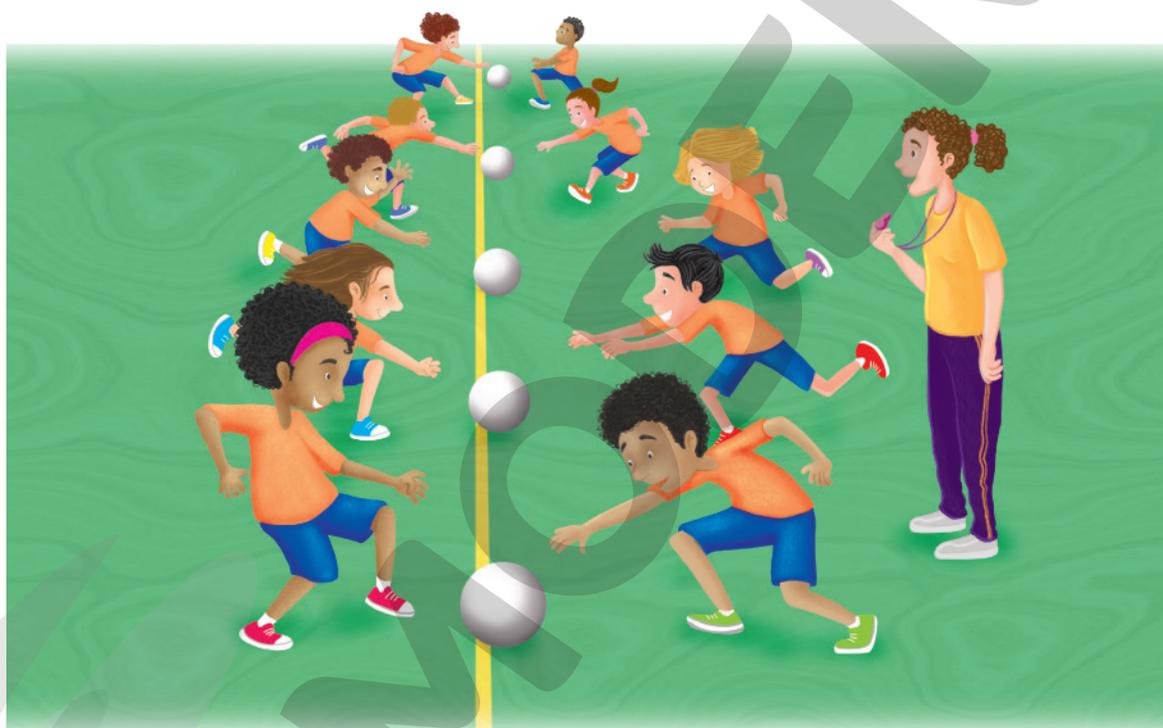
A queimada é um jogo de regra bastante conhecido na comunidade escolar. Nessa atividade, os estudantes coletivamente devem considerar diversos aspectos intrínsecos do jogo, como se proteger e se esquivar ao mesmo tempo que devem jogar a bola em direção ao adversário. Existem muitas possibilidades de jogar queimada e elas podem tornar-se cada vez mais complexas. Esse jogo promove a cooperação entre os estudantes, a capacidade de compreender regras e de desenvolver a mira e a agilidade de pensamento também.

### ■ Processo pedagógico:

- Muito provavelmente, os estudantes já vivenciaram em algum momento da vida um jogo de queimada. Proponha aos estudantes a vivência de diferentes jogos de queimada, para que eles possam experimentar o mesmo jogo com regras e objetivos diversos.
- Sugestões: 1) Queimadas 4 cantos; 2) Queimada invertida (todos começam no espaço do morto, apenas uma pessoa na quadra de jogo). Toda vez que algum participante do time conseguir queimar o participante do time

adversário dentro da quadra, ganha o direito de também ir para o centro da quadra. Ganha o time que conseguir levar todos para o centro da quadra primeiro. 3) Queimada xadrez (são três personagens que cada time deve combinar com você e comunicá-lo antes da partida: rei – acaba o jogo quando for queimado; rainha – volta todos os que foram queimados para o jogo; bispo – denuncia quem são o rei e rainha do próprio time).

- Por último, os estudantes devem vivenciar o jogo *Dodgeball*. Nesse jogo, cinco bolas são dispostas na linha central da quadra. O objetivo, assim como no outro jogo, é conseguir queimar todos os jogadores adversários. Nesse jogo, não há espaço para o “morto”. Quando alguém for queimado, deve-se fazer uma fila na lateral. Ele ganha o direito de voltar ao jogo se alguém do seu time recuperar a bola no ar. O jogo pode ser finalizado por tempo ou se um dos times conseguir eliminar todos os jogadores do outro time.



SIMONE ZIASCH

## ■ Avaliação

Os estudantes, em pequenos grupos, deverão propor a organização de uma das queimadas com base em novas regras (por exemplo, adicionando um novo papel na queimada xadrez; pensando em outra forma de os jogadores voltarem à quadra no *Dodgeball*). A turma toda deverá vivenciar a proposta feita pelos grupos, pensando se a regra aplicada possibilitou melhora no jogo ou não.

Pergunte a eles como foi a experiência de criar novas regras e se elas funcionaram na prática, durante o jogo. Peça que todos reflitam como foi o trabalho em equipe, na definição das regras e durante o jogo.

Uma ideia para explorar uma brincadeira de matriz indígena e aproveitar os princípios da brincadeira queimada é propor o jogo a seguir. Leia o texto.

## Peteca

O nome “peteca” – de origem Tupi e que significa “tapear”, “golpear com as mãos” – é hoje o mais popular entre todos os nomes desse brinquedo tão conhecido no Brasil.

Ainda hoje muitas pessoas aguardam o tempo das colheitas para elaborar seus brinquedos. Com as palhas do milho trançam diferentes amarras e laços e criam petecas de vários formatos.

Conheça um exemplo de peteca feita pelos povos indígenas.

[...]

Depois de pronto, o brinquedo xavante está leve e ágil para ser usado em um jogo que exige as mesmas habilidades dos participantes: leveza e agilidade.

Essa brincadeira indígena é muito parecida com uma partida de “queimada” – aquele jogo de arremessar a bola no adversário – mas há algumas diferenças: troca-se a bola por meia dúzia de *tobdaés*; não existe um campo definido por linhas no chão; e, no lugar das duas equipes, dois adversários disputam a partida.

Cada jogador começa a partida com uns três *tobdaés* nas mãos. Ao mesmo tempo em que faz seus lançamentos, precisa fugir dos arremessos do adversário para não ser queimado. Esse “corre e pega” só termina quando uma pessoa é atingida por um dos *tobdaé* do outro. A pessoa “queimada” sai do jogo e dá a vez para um novo jogador, e a disputa recomeça.

A cada colheita do milho, as partidas recomeçam e, assim, trazem muita diversão para as crianças xavante. Dos campos do cerrado do Mato Grosso, onde está localizada a aldeia Xavante, às florestas de mata atlântica em São Paulo, habitadas por comunidades indígenas Guarani, este brinquedo passa por várias mudanças.

*Mangá* é o nome dado pelos Guarani a esse brinquedo – o verdadeiro avô das petecas encontradas principalmente no interior paulista.

A palha do milho está dentro e fora do brinquedo. Recheia o interior, apoia o fundo circular ao mesmo tempo que amarra as penas com um laço forte e resistente.

[...]

Brincadeiras. Mirim Povos Indígenas do Brasil. *Instituto Socioambiental (ISA)*. Disponível em: <<https://mirim.org/pt-br/como-vivem/brincadeiras>>. Acesso em: 17 jun. 2021.

Que tal confeccionar com os alunos uma peteca com palha do milho e propor a queimada igual os Xavante jogam? Na internet há vários tutoriais que orientam como montar uma peteca; você pode pesquisá-los neste momento. Mãos à obra!



Peteca feita de palha de milho, São Paulo (SP), 2013.

JUNIOR ROZZORCZO IMAGENS

## Roteiro de aula 2

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de invasão.

### ■ Competências específicas de Educação Física

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.
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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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).

### ■ Tema: *Flag*

*Flag* é um esporte muito parecido com futebol americano, mas sem contato físico. Nesse jogo, você para a jogada quando consegue retirar do jogador uma de suas bandeirinhas laterais, as famosas *flags*. Nesse esporte questões físicas, como agilidade e velocidade, são importantes, mas também uma boa estratégia é essencial para o bom andamento do jogo.

### ■ Processo pedagógico:

- Para essa aula, é importante que cada estudante tenha a posse de duas *flags*, que serão utilizadas durante toda a aula. Essas *flags* podem ser pedaços de tecido ou retalhos, mas podem ser adaptadas com fitas de cetim grossa ou os próprios coletes.
- A primeira atividade é uma pega-pega *flag*, em que cada estudante terá duas *flags* presas à cintura. Divididos em dois times, o objetivo é retirar as *flags* do colega. Se retirar apenas uma, o estudante continua no jogo; e, quando não tiver, ele se retira do espaço; vence o time que conseguir eliminar todos os jogadores do time adversário.

- Depois, cada equipe deverá se posicionar de um lado da quadra. Para a equipe marcar ponto, os estudantes devem atravessar e permanecer na área adversária e devem evitar que o outro time faça o mesmo. Vence a equipe que conseguir chegar na área adversária primeiro. Caso, no caminho, um estudante consiga retirar uma de suas *flags*, ele volta para o ponto inicial do jogo.
- Em pequenos grupos, com uma bola de borracha e, posteriormente, uma bola de futebol americano, os estudantes vão vivenciar minipartidas, e o objetivo é fazer com que a bola chegue em uma zona predeterminada de pontos (em inglês denomina-se *end zone*). Para fazer com que a bola chegue lá, poderão passar quantas vezes quiser ou correr com a bola. Sempre que tirarem a *flag* da pessoa com a posse da bola, o jogo deve ser paralisado e, então, o time deve iniciar uma nova tentativa. Cada time tem três tentativas antes da troca da posse de bola.

### ■ **Avaliação**

Com base nas produções criadas pelos estudantes, eles farão uma exposição sobre esportes. Veja, na seção Misturando linguagens, a seguir, uma proposta de atividade que poderá ser utilizada e fornecer obras para a exposição.

## **Roteiro de aula 3**

### ■ **Unidade temática**

Ginásticas.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Ginástica geral.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

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.

### ■ **Habilidades de Educação Física**

(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.

## ■ Tema: Ginástica rítmica

A ginástica rítmica é uma prática corporal que coordena movimentos reconhecidos pela ginástica, com a utilização de implementos, como bola, arco, fita, maçãs e corda.



Sofia Raffaeli apresenta-se durante a qualificação do Tour Mundial de Ginástica Rítmica, em maio de 2021, em Pesaro, Itália.

## ■ Processo pedagógico:

- Para iniciar a temática, proponha aos estudantes um jogo da memória, em duplas, com os implementos que configuram a ginástica rítmica. Esse jogo da memória pode ser construído pelos próprios estudantes, ou você pode imprimir e copiar as figuras da internet. Outra opção são os jogos de memória *on-line*, caso haja a disponibilidade de material digital para essa vivência.
- Em seguida, proponha a construção da fita pelos próprios estudantes: usar uma tira de fita de cetim grossa (5 cm), em 2 metros, e um palito de madeira/sorvete. Em posse da sua fita, os estudantes deverão explorar o material e suas possibilidades de movimento.
- Em seguida, propicie aos estudantes um ambiente adequado em que vão experimentar se movimentar (saltar, girar, correr) em posse de bolas, arcos e bambolês.
- Ao som de uma música, deverão combinar com os colegas uma possível troca de materiais, sendo jogados uns para os outros. Ressalte que, para a realização dessa aula, eles vão utilizar as capacidades físicas de velocidade e força muscular. É importante dizer a eles que, para essa prática, devem respeitar o limite de cada um.
- Para finalizar a aula, em duplas, poderão escolher um dos implementos e montar uma minicoreografia, podendo ter troca de materiais ou não. Essa aula é importante, pois os estudantes têm a oportunidade de desenvolver movimentos de equilíbrio, movimentos no solo, trocas e lançamentos.

## ■ Avaliação

Com o seu auxílio, cada dupla deverá gravar um videotutorial de 30 segundos com a produção feita na aula. Pergunte aos estudantes se eles já ouviram falar nesse tipo de vídeo. Caso não, explique a eles que os videotutoriais têm o intuito de dar instruções sobre como desenvolver uma atividade. Nesse caso, eles vão gravar o vídeo para mostrar a minicoreografia que fizeram e a escolha do implemento que vão utilizar para a apresentação.

Durante a etapa de produção e elaboração, converse com os estudantes e registre no caderno como eles estão elaborando o roteiro do videotutorial. Esse acompanhamento é importante para registrar o desenvolvimento da aprendizagem não só de como ensinar a fazer algo como também da interação oral.



SIMONE ZIASCH

Por fim, questione os estudantes se gostaram ou não da aula, se sentiram medo, se puderam perceber quais regiões do corpo foram trabalhadas e se conseguiram superar os desafios dos movimentos que fizeram.

### Para saber mais

- *Comitê Olímpico do Brasil (COB)*

A plataforma Comitê Olímpico do Brasil (COB), disponível em: <<https://www.cob.org.br/pt/cob/home/sobre-o-cob>> (acesso em: 13 ago. 2021), é um caminho que você pode consultar para ampliar o repertório sobre práticas de ginástica rítmica.



REPRODUÇÃO/COMITÊ OLÍMPICO DO BRASIL (COB)

## Roteiro de aula 4

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

Danças do Brasil e do mundo.



SIMONE ZIASCH

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Competência específica de Língua Portuguesa

9. Envolver-se em práticas de leitura literária que possibilitem o desenvolvimento do senso estético para fruição, valorizando a literatura e outras manifestações artístico-culturais como formas de acesso às dimensões lúdicas, de imaginário e encantamento, reconhecendo o potencial transformador e humanizador da experiência com a literatura.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Habilidade de Língua Portuguesa

(EF15LP15) Reconhecer que os textos literários fazem parte do mundo do imaginário e apresentam uma dimensão lúdica, de encantamento, valorizando-os, em sua diversidade cultural, como patrimônio artístico da humanidade.

## ■ Tema: Dança para todos

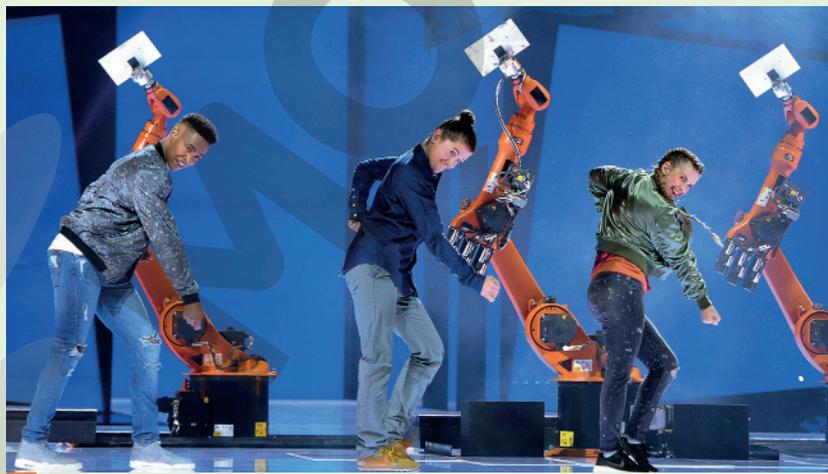
Há muitas manifestações rítmicas que conhecemos como dança: desde o balé clássico até o *hip-hop*, a salsa, o samba, o maracatu, o tango, o forró etc. Todas as danças podem ser vivenciadas por qualquer pessoa.

## ■ Processo pedagógico:

- Para iniciar a discussão, assista ao filme *Billy Elliot* com os estudantes, para posteriormente discutir com eles o papel das meninas e dos meninos na dança. É importante afirmar que, por se tratar de uma prática corporal, ela pode e deve ser vivenciada por qualquer estudante da escola, sem distinção de gênero. Além disso, questione os estudantes se eles já foram a algum espetáculo de dança ou exposição e se gostam desse tipo de atividade cultural.
- Em seguida, os estudantes deverão, em pequenos grupos, escolher um tipo de dança, entre danças populares do Brasil, do mundo e danças de matriz indígena e africana. Deverão pesquisar a origem, os principais bailarinos, os principais passos e uma música.
- Depois, organizarão um seminário de 10 minutos, para apresentar ao restante da turma, em forma de circuito.
- Os estudantes vão estruturar um circuito que acontecerá em duas etapas. Na primeira etapa, metade dos grupos apresentará e a outra metade participará das estações do circuito; depois, trocam os papéis.



## Midialogando



BRITTA PEDERSEN/PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES

Dançarinos fazendo *performance*, com robôs, do coreógrafo Fredrik Benke Rydman, em Estocolmo. Suécia, 2016.

Atualmente, a dança não se limita mais apenas ao corpo e aos movimentos humanos. Ela reconfigura a relação entre máquinas e pessoas, ampliando os avanços da tecnologia. Dessa maneira, como a tecnologia tem influenciado a realização de movimentos com o corpo e a dança?

## ■ Avaliação

A estruturação dos seminários é a avaliação desta aula. Os estudantes devem escrever uma comanda com todas as informações necessárias para a realização do trabalho. No último campo em que vão preencher as informações, peça que cada estudante escreva as impressões que tiveram sobre o fato de que ensinar uma nova dança aos colegas é fundamental.

### Para saber mais

- *Ou isto ou aquilo*, de Cecília Meireles. São Paulo: Global, 2020.

O poema “A Bailarina” é um dos que constam desta obra, em que tudo ganha vida por meio da poética de Cecília Meireles. O livro traz temas como as flores, os animais, os jogos e os brinquedos, a casa da avó, a infância, a possibilidade de escolhas na vida, entre outros.

- *Billy Elliot*. Inglaterra, 2000. Direção de Stephen Daldry.

O filme narra a história de um menino de apenas 11 anos que vive na Inglaterra e é órfão de mãe. Apesar de ser pressionado pelo pai para lutar boxe, ele volta a atenção para as aulas de dança clássica. Esse filme dá a oportunidade ao professor de poder questionar os estudantes sobre quais danças eles apreciam e gostam de praticar.

## Roteiro de aula 5

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

## ■ Tema: Capoeira

### ■ Processo pedagógico:

- Os estudantes vão construir um painel coletivamente sobre capoeira (por exemplo, que comumente se usa roupa branca, que é praticada em roda, que tem música ao vivo etc.).
- Após essa avaliação diagnóstica, traga para os estudantes outras informações importantes para o entendimento da prática: para entrar na roda, abaixa-se perto do berimbau e que essa entrada acontece por meio de um movimento conhecido como “aú” (estrela); e, por fim, diga a eles que quem não está na roda jogando ajuda a cantar e a bater palmas.
- Em seguida, mostre e ensine aos estudantes alguns movimentos básicos da capoeira: a ginga, o aú, movimentos de ataque (meia-lua e martelo), movimentos de defesa (esquivas). Assim, eles terão repertório para praticar em duplas, que, ao seu sinal, deverão ser trocadas.

Explique aos estudantes que a **ginga** é o movimento básico da capoeira e é ele que mantém o participante em movimento. Assim, o capoeirista deixa de ser alvo fácil e, ao mesmo tempo, mantém a base de equilíbrio.



Diga também que as **defesas** correspondem a deslocamentos que são feitos com o corpo em movimento, para se defender de golpes, mas que também servem para atacar. As defesas se dividem em: negativa, cocorinha e esquiva.



negativa



cocorinha



esquiva

E há também os **ataques**, que são movimentos utilizados para atacar, como a queixada, a meia-lua de frente, a armada, o martelo e a meia-lua de compasso.



- Para finalizar, depois de você ter mostrado aos estudantes alguns movimentos, agora eles devem experimentar uma roda de capoeira, com seus símbolos e códigos estabelecidos.

## ■ Avaliação

Nesta aula, uma avaliação diagnóstica no início do processo é bem pertinente. Isso será fundamental para que você possa organizar seu processo pedagógico da melhor maneira possível. Portanto, a realização de um painel que vai ser criado coletivamente fornecerá pistas para a construção de novas aprendizagens.

A capoeira é um conteúdo que permite, de forma interdisciplinar, a discussão sobre uma educação antirracista. As temáticas que exploram o universo das relações étnico-raciais são importantes não só por causa da Lei n. 10.639, de 9 de janeiro de 2003 – que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para incluir no currículo oficial da rede de ensino a obrigatoriedade da temática “História e Cultura Afro-Brasileira” –, mas pela fundamental presença curricular na construção de um mundo mais justo e democrático.



*Roda de capoeira*, de Helena Coelho, 2010. 50 cm × 60 cm.

## Roteiro de aula 6

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

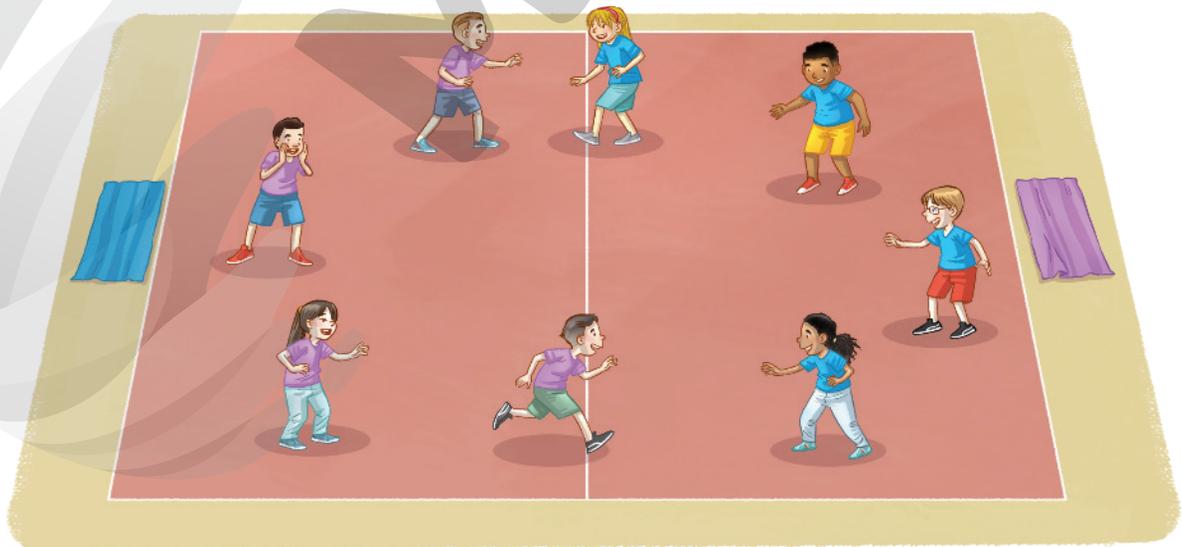
### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

### ■ Tema: Pique-bandeira

Pique-bandeira é uma brincadeira tradicional, comumente realizada em todos os cantos do país. É um jogo que abarca o trabalho em equipe, a construção de estratégias e a compreensão de diferentes pontos de vista. Existem diversas formas e variações possíveis para realizar esse jogo. Deve-se escolher a melhor maneira para atingir o objetivo estipulado.



ALEX RODRIGUES

## ■ Processo pedagógico:

- Inicie a aula propondo aos estudantes a brincadeira de pique-bandeira tradicional. Nessa brincadeira, a turma é organizada em duas equipes e o objetivo é capturar a bandeira do outro time, trazendo-a para o próprio campo. Para impedir essa ação, eles devem encostar nos colegas, transformando-os em estátuas.
- Os estudantes podem realizar variações do pique-bandeira tradicional, como o pique-bandeira ilha. Nesse jogo, 4 equipes disputam as bandeiras, portanto a quadra também é dividida em quatro quadrantes. As estratégias de ataque e defesa devem ser mais bem elaboradas, para se atingir o objetivo. As variações possibilitam outros estímulos cognitivos para os estudantes, que devem encontrar sempre a melhor solução para concluir o objetivo proposto.

## ■ Avaliação

Peça que descrevam como foi a experiência do jogo. Quais estratégias utilizaram em suas equipes para defender a bandeira? Convide-os a refletir se tiveram uma atitude cooperativa com o próprio grupo.



## Midialogando

Peça que citem os jogos eletrônicos que conhecem ou já jogaram e descrevam qual a parte do corpo que mais mobilizaram e as sensações e emoções que vivenciaram. Convide-os a comparar essa experiência com a do jogo da atividade anterior. Na brincadeira presencial há a interação entre colegas e ela requer habilidades socioemocionais e físicas, enquanto na brincadeira virtual, a interação é mediada pelo aparelho eletrônico.

## Roteiro de aula 7

### ■ Unidade temática

Esportes.

### ■ Objeto do conhecimento

Esportes de campo/taco.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

## ■ Tema: Beisebol

O beisebol é um esporte tradicional americano, que possibilita a experimentação do rebater. Esse esporte coletivo requer trabalho em equipe e agilidade para tomadas de decisão.

## ■ Processo pedagógico:

- Converse com os estudantes sobre a história e as características mais importantes do beisebol.
- A dinâmica desse esporte deve ser iniciada por meio de um jogo chamado “Base 4”. Nesse jogo, serão posicionadas 4 bases no espaço de jogo, e os estudantes serão divididos em 2 times.
- O time que começa atacando formará uma fila no fundo da quadra, onde um participante por vez terá que rebater uma bola (maior que a de beisebol, para iniciação) para, então, correr até as bases e, completando-as, marcar o ponto. A equipe que está defendendo deverá pegar a bola rebatida e encostá-la no centro da quadra. Nesse momento, se houver algum jogador fora da base, ele está queimado.
- Há muitas formas de se jogar Base 4. Essa é apenas uma possibilidade. Você deve organizar as regras como considerar pertinente.

## ■ Avaliação

Peça aos estudantes que relatem como foi a experiência de ter experimentado esse jogo e que compartilhem quais foram as dificuldades e estratégias utilizadas, nas funções de ataque e de defesa. Pergunte em qual delas preferiram atuar e por quê.

Com seu auxílio, os estudantes vão providenciar alguns materiais para jogar beisebol adaptado com os colegas: meias de pé – com elas, eles vão fazer bolinhas de meia –, pedaços de madeira e bambolês.



Você vai colocar os bambolês ao redor da quadra. Em seguida, em duplas, os estudantes vão permanecer dentro dos bambolês, enquanto uma dupla de estudantes fica no centro da quadra e fora do bambolê. Um participante se posiciona no centro da quadra e vai fazer o lançamento da bola de meia. O outro participante rebate e aponta para um dos bambolês. A dupla que for chamada, corre para ir buscar a bola e, na volta, precisa encontrar um novo bambolê que esteja vazio. Nesse momento, todos se movimentam e trocam de bambolê e de posição dentro da quadra. A dupla que ficar sem bambolê começa a nova rodada do jogo.

Durante as partidas do jogo, com seu auxílio, os estudantes que não estão participando da rodada, naquele momento, tiram fotos das partidas e dos instrumentos. Diga-lhes que, para a próxima aula, eles, coletivamente, vão montar um mural de fotos e expor as partidas dos jogos em um mural da sala.

## Roteiro de aula 8

### ■ Unidade temática

Ginásticas.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica geral.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Pirâmide humana

### ■ Processo pedagógico:

- Em duplas, os estudantes vão vivenciar o carrinho de mão.

Em seguida, eles vão formar quartetos e vão experimentar fazer a pirâmide 4 apoios, em que dois estudantes ficam embaixo, e um estudante, em cima – 3 estudantes vão fazer a pirâmide e um deles vai ficar de segurança/apoio –; todos deverão passar por todos os papéis.



Para finalizar a aula, você deverá organizar uma pirâmide da sala inteira. Primeiro, organizará a base; depois todos os que ficarão em cima. Esse momento deve ser fotografado, para que eles possam se perceber como grupo, de outra forma.

- Para a construção de pirâmides humanas, é necessário que os estudantes relembrem a importância dos valores morais respeito e confiança. É importante que o cuidado com o próprio corpo e o corpo do outro esteja em voga a todo momento.



BENTINHO

## ■ Avaliação

Os estudantes deverão elaborar, em seus quartetos, outra possibilidade de pirâmide humana, sempre tendo alguém de apoio para a segurança de todos. Primeiro, eles registrarão a ideia em desenho; depois executarão corporalmente.

Na sequência, depois de terem executado a pirâmide humana corporalmente, eles deverão trocar de desenho com outro grupo da turma, para vivenciar outra possibilidade.

Peça que escolham uma música coletivamente para que possam fazer uma composição coreográfica com a ginástica. A ginástica geral oferece um leque de possibilidades de movimentação corporal com o uso de materiais, assim como a dança coreográfica. Não há restrições de uso de materiais alternativos (podem ser cadeiras, panos e lenços, garrafas PET etc.).

## Para saber mais

- Circo na escola

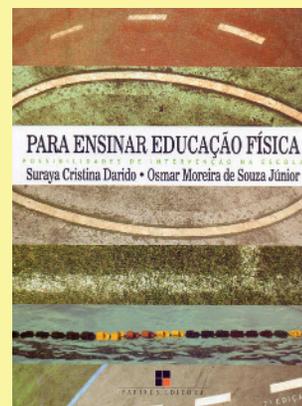
A plataforma do Projeto Circo na Escola, disponível em: <<http://www.circonaescola.com.br/>> (acesso em: 13 ago. 2021), é de extensão universitária em que você pode saber mais sobre vivências, espetáculos e outras atividades relacionadas à ginástica e à arte do circo.

- *Para ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola*, de Suraya Cristina Darido e Osmar Moreira de Souza Júnior. Campinas: Papyrus, 2017.

Os autores abordam curiosidades, propostas de vivências não somente relativas às modalidades mais tradicionais, como também às danças, às ginásticas, às lutas, aos jogos e às brincadeiras, além de cuidados com a saúde, indo além do “fazer por fazer”.



LANYCH/SHUTTERSTOCK



REPRODUÇÃO

## Roteiro de aula 9

### ■ Unidade temática

Danças.

### ■ Objeto do conhecimento

Danças do Brasil e do mundo.

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Habilidades de Educação Física

(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.

(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.

### ■ Tema: Frevo

O frevo é uma manifestação da cultura corporal típica de Recife, com passos vigorosos e visualmente muito colorida. Trata-se de ritmo musical que mistura maxixe, dobrado, polca, marcha e esse ritmo é acompanhado pelo som de saxofones, pandeiros, trombones etc., instrumentos tocados por fanfarras. A sombrinha é um implemento que identifica o frevo, tão comumente conhecida nos carnavais pernambucanos. O frevo surgiu no fim do século XIX e ocorre geralmente no período dos desfiles de Carnaval. Além disso, o frevo, que é uma dança de origem brasileira, faz parte do Patrimônio Cultural Imaterial Brasileiro.



Passistas de frevo no Caís da Anfândega. Recife (PE), 2018.

LEO CALDAS/PULSAR IMAGENS

## ■ **Processo pedagógico:**

- No começo da aula, você pode apresentar um vídeo (sugestão: Aprenda a dançar frevo com apenas 12 passos, do canal TV JC, 2 min 16 s. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=A1aGURIQP6A>>. Acesso em: 15 jun. 2021.). O vídeo mostra passistas de frevo executando alguns passos catalogados.
- Em seguida, sugira aos estudantes realizar 5 passos: ponta de pé/calcanhar, tesourinha, ferrolho, saci-pererê e metrô. Comente com os estudantes que a dança do frevo foi inspirada na capoeira e, além desses passos citados anteriormente, há outros também.
- Em grupos, eles deverão escolher um desses passos para realizar coletivamente. Por exemplo, o grupo todo executará o metrô.
- Ainda nos grupos, eles deverão pesquisar outra possibilidade de passo e ensinar o restante da turma; desse modo, todos terão acesso a uma variada possibilidade dos passos do frevo.

## ■ **Avaliação**

A avaliação corresponde ao processo de pesquisar, experimentar e ensinar aos pares um passo de frevo que não foi apresentado pelo professor; dessa maneira, eles exercem a autonomia e o protagonismo pelo próprio aprendizado.

Pergunte a eles qual foi o processo que utilizaram para aprender um novo movimento: observação, repetição etc. Verifique se acharam mais fácil aprender ou ensinar um novo movimento.

## **Roteiro de aula 10**

### ■ **Unidade temática**

Lutas.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

### ■ **Habilidades de Educação Física**

(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.

## ■ Tema: *Kung fu*

O *kung fu* é uma manifestação da cultura oriental, sobretudo chinesa, que data mais de 2000 a.C. Essa arte marcial também constitui uma filosofia em que os estudantes devem ter disciplina, treinamento e, com isso, eles serão capazes de desenvolver agilidade e concentração. Seus símbolos e códigos são um patrimônio rico em possibilidades de trabalho nas aulas de Educação Física: o *kung fu* é uma luta que usa muitos movimentos acrobáticos.

## ■ Processo pedagógico:

- Os estudantes serão divididos em duplas, e cada um deverá colocar duas *flags* na lateral do corpo. O objetivo é conseguir puxar as *flags* do colega e não deixar que puxem o seu. Pode-se revezar as duplas.
- Na sequência, cada dupla vai receber uma bexiga. Um participante da dupla deverá segurar a bexiga pela ponta, enquanto o outro vai explorar alguns socos e chutes característicos do *kung fu* na bexiga, sem que ela estoure. Eles deverão se revezar em cada tarefa.
- A dupla agora deverá manter a bexiga no ar apenas realizando os golpes treinados anteriormente, sem deixar com que a bexiga caia no chão.
- Alguns movimentos são característicos de determinados animais: águia, dragão, garça-branca etc. Os estudantes deverão experimentar esses movimentos.

## ■ Avaliação

Os estudantes deverão escolher um animal e criar um movimento específico para representá-lo. Depois, com seu auxílio, eles deverão registrar em vídeo o movimento escolhido. Antes de iniciar a atividade, apresente a eles alguns vídeos que mostrem como realizar alguns movimentos e estilos do *kung fu*. Na etapa do planejamento, peça que verifiquem se o cenário da gravação é iluminado e adequado. Reúna-se com eles e peça que elaborem o roteiro, com as seguintes informações: título, com o nome da luta e o movimento que imita a representação de um animal, e os implementos usados (se houver). Todos os estudantes deverão mostrar suas criações.



ALEX RODRIGUES



DUPLASS/SHUTTERSTOCK

STOCKYIMAGES/SHUTTERSTOCK



Depois da gravação, sente-se com os estudantes em círculo e pergunte-lhes se foi mais fácil escrever o roteiro ou participar da gravação; se foi fácil entender as instruções dadas por você a respeito da luta e, por fim, peça que deem sugestões de como poderiam melhorar a gravação dos vídeos.

Essa avaliação proporciona aos estudantes a aprendizagem de alguns movimentos do *kung fu* e das ferramentas midiáticas atuais. Além disso, a **reflexão sobre a ação** permite que eles expressem as sensações obtidas das práticas que foram sugeridas na aula.

## Roteiro de aula 11

### ■ Unidade temática

Brincadeiras e jogos.

### ■ Objeto do conhecimento

Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.

### ■ Competência específica de Educação Física

6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.

## ■ Habilidade de Educação Física

(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.



## ■ Tema: Haneqe

### ■ Processo pedagógico:

Essa brincadeira é praticada pelo povo núbio do norte do Sudão e sul do Egito. É uma atividade que demanda força e resistência de membros inferiores, bem como equilíbrio para manter-se saltando em apenas uma perna.

Apresente a brincadeira aos estudantes explicando qual é sua origem. Pergunte se já ouviram falar dela ou se já brincaram de Haneqe. Em seguida, proponha a todos que participem da brincadeira.

Organize a turma em grupos com quatro a oito jogadores, lembrando que a complexidade dessa brincadeira diminui quanto menor for o número de integrantes em cada time. O ataque e a defesa ocorrem alternadamente, isto é, uma equipe tenta atacar e a outra só defende.

Para determinar o fim da brincadeira e a equipe vencedora, avalie a opção mais adequada à sua turma. A brincadeira pode ser encerrada com o cumprimento da tarefa (opção menos competitiva); pode-se determinar um tempo para execução da tarefa e a equipe mais rápida ganha; ou pode-se jogar até que todos os integrantes de uma equipe sejam eliminados.

Desenhe um círculo do tamanho de um bambolê no chão, no centro da área de jogo; ou, em uma quadra poliesportiva, o círculo central pode ser usado. Quanto maior o círculo, mais difícil de defendê-lo da invasão dos atacantes.

No início do jogo, todos os participantes devem se deslocar em uma perna apenas, segurando a outra perna com uma das mãos. Daí em diante não é mais permitido soltá-la. Os atacantes devem decidir quem será o “noivo” ou a “noiva”, cujo papel será entrar no círculo com a ajuda de seus companheiros de equipe. Enquanto isso, os defensores tentam impedir que o noivo ou noiva entre no círculo que estão defendendo.

Todos os jogadores se esforçam para fazer com que os outros soltem as pernas e a toquem o chão com as duas pernas, o que causa a eliminação dos jogadores.

Se os atacantes cumprem seu objetivo, voltam a atacar. Se a defesa vence o ataque, os papéis de cada equipe se alternam.

### ■ **Avaliação**

Verifique se os estudantes se apropriaram das regras e como foi sua participação durante a brincadeira. Se alguém não tiver conseguido manter a posição solicitada na brincadeira, procure fazer adaptações para que seja possível a participação e o envolvimento de todos. O desempenho motor individual não deve caracterizar a avaliação, que deve considerar outros aspectos de maneira integrada.

Converse com eles e avalie como podem relacionar as habilidades desenvolvidas nessa brincadeira à vida cotidiana, retomando e valorizando a origem desse jogo.

Por fim, avalie o aspecto comportamental perguntando o que observaram sobre o cumprimento das regras e cuidado com os companheiros enquanto tentavam desequilibrar uns aos outros.

## **Roteiro de aula 12**

### ■ **Unidade temática**

Esportes.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Jogos de invasão.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

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.

### ■ **Habilidade de Educação Física**

(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.

## ■ Tema: *Ultimate*



### ■ Processo pedagógico:

O jogo *Ultimate* tem uma movimentação semelhante à do futebol americano e do rúgbi. Ele consiste em receber o disco dentro da meta do adversário, mas não é permitido o contato físico entre os jogadores ou o deslocamento durante a posse do disco. Outra forte característica dessa modalidade é a ausência de arbitragem, o que faz com que o jogo seja gerido por seus participantes.

Antes de iniciar o processo de ensino do jogo, é preciso que os estudantes tenham consciência da manipulação adequada do disco, o que vai proporcionar uma experiência mais consistente no momento do jogo. Apresente os materiais e pergunte se já os conhecem e se já brincaram com eles, e onde brincaram ou viram alguém brincando com ele. Questione-os se a brincadeira vista ou vivenciada possuía regras e quais eram elas.

Em seguida, proponha grupos de experimentação do material. Trabalhe com grupos pequenos para aumentar o tempo de experiência individual. Peça aos estudantes que passem o disco para os companheiros em várias direções e em diferentes distâncias, desde que cada passe seja consciente e cuidadoso, pois o choque do disco com o corpo pode machucar. Existem discos fabricados em EVA que são ótimas opções para iniciantes de todas as idades.

Antes de organizar os jogos, reúna a turma para que relatem a experiência inicial com o material. O que descobriram sobre a relação entre tipo de lançamento e direção do disco? Espera-se que a turma note que, quando o disco é lançado paralelo ao solo, sua trajetória é retilínea, mas se houver uma inclinação lateral do disco, ele realizará uma trajetória curvilínea para o mesmo lado para o qual foi

inclinado. Já se o disco for lançado inclinado para trás (angulação entre 0° e 90° em relação ao piso), ele tende a perder força em sua propulsão.

As equipes de *Ultimate* possuem 7 jogadores cada, mas fazer disputas com menor número de jogadores diminui sua complexidade no início. Para o jogo, trabalhe com regras simplificadas, como a seguir.

O objetivo do jogo é receber o disco na meta (*endzone*) que o adversário está defendendo.

Para colocar o disco em jogo, a equipe que inicia defendendo deve realizar um passe chamado *pull* para a equipe que irá atacar. Depois que o disco estiver no ar, todos os jogadores podem se mover em campo.

Não é permitido deslocar-se tendo a posse do disco, nem o contato físico entre os jogadores.

O disco passa para a equipe adversária (*turn-over*) quando:

- toca fora do espaço delimitado para o jogo.
- toca em um jogador fora do espaço delimitado para o jogo.
- um jogador entrega o disco a outro jogador de sua equipe sem lançá-lo (*hand-over*).
- quando o disco vai ao chão depois de um passe.
- quando um jogador da defesa intercepta um passe.

As partidas se encerram com dezessete pontos e, sempre que um ponto é marcado, a equipe de defesa deve fazer um passe (*pull*) para a equipe que irá atacar.

## ■ Avaliação

Verifique, ao longo da atividade, se os estudantes conseguem fazer passes e lançamentos conscientes. Essa observação deverá orientá-lo a fazer correções qualitativas no movimento de cada um.

Outro aspecto a observar é se os estudantes se apropriaram do jogo e compreenderam suas regras. Você poderá pedir que expliquem cada termo, como *pull*, *turn-over*, *hand-over*.

Avalie como foi a autogestão do jogo. Os estudantes respeitaram as regras que se propuseram a seguir? Lembre-se de que, no início do processo, o desrespeito às regras pode resultar de sua não compreensão.

## Para saber mais

- *Frisbee Brasil*. Disponível em: <<https://www.frisbeebrasil.com.br/>>. Acesso em: 21 jul. 2021. Neste *site* você tem acesso às regras oficiais do *Ultimate Frisbie*.

## Roteiro de aula 13

### ■ Unidade temática

Ginástica.

### ■ Objeto do conhecimento

Ginástica de conscientização corporal.

### ■ Competência específica de Educação Física

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.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.

### ■ Tema: Tônus muscular

### ■ Processo pedagógico:

O tônus muscular é a qualidade que permite ao aparelho locomotor manter-se em equilíbrio, reconhecer a posição relativa das partes do corpo e expressar sensações e sentimentos.

O material necessário para esta aula será um copo plástico (rígido e não descartável) com 2/3 de seu volume cheio de água. Procure realizar esta atividade em um local em que não haja problema em molhar o piso.

Esta aula deve mobilizar e estimular os esquemas corporais de propriocepção dos estudantes, e os desafios propostos devem se basear no deslocamento e movimentação dos estudantes com o copo nas mãos. Selecione algumas músicas calmas para ajudar na ambiência.

Sempre que quiser, solicite aos estudantes que troquem o copo de mãos para estimular a bilateralidade. Enfatize a regra de que o objetivo da atividade é manipular o copo com água sem derrubar o líquido.

A seguir, sugerimos alguns movimentos. Faça as adaptações e acréscimos que julgar necessário.

- Movimentar o copo no espaço em diversos planos: acima da cabeça, do lado direito com a mão direita, do lado esquerdo com a mão esquerda, na linha do tronco, na linha dos membros inferiores etc.

- Caminhar entre os colegas com o copo nas mãos fazendo os desvios necessários para não colidir com eles.
- Movimentar o copo d'água em volta da cabeça, do tronco, das pernas etc.
- Deslocar-se pelo espaço, fazendo entradas e saídas do espaço da atividade.
- Tentar desafios no solo, como rolar lateralmente.
- Completar um percurso com saltos, agachamento, desvios etc.

Ao longo da aula, observe os estudantes e corrija o posicionamento do corpo. Observe o tônus muscular aplicado, tensões musculares necessárias para o controle do copo e tensões musculares que não participam do movimento de controle do copo.

## ■ **Avaliação**

A avaliação desta atividade deve ser qualitativa, não havendo certo ou errado para as soluções encontradas pelo corpo na superação dos desafios propostos, desde que procurem cumprir o objetivo de não derrubar a água.

Observe o engajamento dos alunos durante a atividade. O que o tônus muscular dos alunos transmite? Calma ou agitação? Potência ou controle? Concentração ou dispersão?

Verifique também os aspectos socioemocionais. Há cuidado com os colegas ao lado? Cada aluno está preocupado com o seu exercício? Cuidam para que o movimento de seu corpo não perturbe o movimento do colega ao lado?

Os alunos estabelecem relações entre o controle de movimentos e o tônus muscular? Esta parte da avaliação pode ser realizada pedindo aos estudantes que respondam individualmente por escrito, pois representam experiências pessoais e a escuta da percepção dos colegas pode condicionar as respostas, desviando a atenção de seu próprio corpo.

## **Roteiro de aula 14**

### ■ **Unidade temática**

Dança.

### ■ **Objeto do conhecimento**

Danças do Brasil e do mundo.

### ■ **Competência específica de Educação Física**

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.



JAKOV FILIMONOV/SHUTTERSTOCK

## ■ Habilidade de Educação Física

(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.

## ■ Tema: *Breakdance*

## ■ Processo pedagógico:

Com origem marginalizada nas comunidades estadunidenses, o *breakdance* é um dos elementos constitutivos do movimento *hip-hop* que engloba o grafite, vários estilos de dança urbana e o *rap*.

Para iniciar esta aula, realize aquecimentos articulares a fim de preparar o corpo para os movimentos do *breakdance*. Esta parte pode já ser realizada com músicas de *hip-hop* do estilo *lo-fi*, cuja característica principal é a marcação por ritmos lentos e melódicos. Realize movimentos repetidos de elevação do corpo ficando sobre a ponta dos pés e retornando para os calcanhares.

Em seguida, realize transferências de peso da ponta do pé aos calcanhares sem deixar que o corpo se eleve, compensando a elevação do calcanhar com a flexão do joelho e quadril.

Para entrar no ritmo do *break*, estimule os estudantes a reconhecer os instrumentos que compõem a música do *hip-hop* e a identificar o som mais acentuado que marca o ciclo de cada batida. Quando identificarem esse som,

procure marcá-lo movimentando partes do corpo (só a cabeça, só os braços e o ombro) dirigindo tal movimento em direção ao chão. Ao utilizar as mãos, por exemplo, o punho pode estar cerrado como se estivesse a bater em um tambor imaginário à altura do peito de cada estudante. Outros movimentos podem ser agregados e misturados.

Se somarmos o movimento dos joelhos em direção ao chão, todo o tronco e membros se movem na mesma direção e esse tipo de marcação do ritmo dará origem ao padrão conhecido como *bounce*, descrito por praticantes de *hip-hop* como um movimento que busca aterrar o tronco no solo e realizar um rebote empurrando o solo com força graças à extensão dos joelhos.

Além do *bounce*, outros movimentos do corpo podem ser agregados, como alguns pequenos deslocamentos laterais. Uma sequência de deslocamentos laterais chamada *reebok dance* é realizada quando se faz uma marcação alternada, seguida de uma marcação dupla no mesmo lado. Veja a seguir alguns exemplos de movimentos.

- *Bounce* para a direita, *bounce* para a esquerda e um *bounce* duplo para a direita. Em seguida, repete-se o ciclo invertendo os lados.
- Um pequeno chute no ar seguido do *bounce*. Também pode combinar um chute duplo com o *bounce*. Esta variação recebe o nome de *ATL Stomp*.

Com essas variações é possível criar sequências passando de um padrão a outro e alternando os movimentos de braços e cabeça.



IAKOV FILIMONOV/SHUTTERSTOCK

## ■ Avaliação

Verifique se os estudantes da turma conseguiram realizar os movimentos propostos com sua própria expressão.

Converse com eles e avalie se compreenderam os conceitos dessa dança e os aspectos culturais do *hip-hop* e do *breakdance*.

Perceba se há algum julgamento em relação à forma de se expressar dos colegas. Caso isso ocorra, lembre-os de que a espontaneidade e a autenticidade são partes importantes na expressão pela dança, estimulando a fruição das práticas corporais.

## Roteiro de aula 15

### ■ Unidade temática

Lutas.

### ■ Objeto do conhecimento

Lutas do contexto comunitário e regional.

### ■ Competência específica de Educação Física

7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.

### ■ Habilidade de Educação Física

(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.



EDU LYRA/PULSAR IMAGENS

## ■ Tema: Luta marajoara

### ■ Processo pedagógico:

A luta marajoara é uma luta brasileira tradicional no arquipélago do Marajó, no estado do Pará. Sua gestualidade se assemelha à luta greco-romana e alguns lutadores fazem referência ao embate entre búfalos como a inspiração dessa luta.

Pergunte aos estudantes se já ouviram falar da luta marajoara. Quais golpes imaginam que existam nessa luta; onde acham que ela é praticada; quem imaginam que pode participar dela.

Depois, explique que a luta marajoara é tradicionalmente realizada na areia, pois, além de ser um piso macio, a areia ajuda a determinar se a queda do oponente foi válida, já que o objetivo dessa luta é sujar as costas do oponente ao derrubá-lo ou imobilizá-lo no piso.

Para propor a vivência da luta marajoara, escolha um local com piso macio (tatame, areia ou gramado). Como aquecimento, oriente alguns tipos de rolamento, como cambalhotas, rolamentos para trás e rolamentos laterais para ajudar os estudantes a compreender o contato com o solo durante as quedas.

Nesta luta não há golpes contundentes, há apenas movimentos de desequilíbrios, rasteiras e outros tipos de alavancas para derrubar o adversário. O contato inicial dos lutadores pode ser feito com uma mão no ombro e outra mão no braço do colega.

Forme duplas e oriente os estudantes na realização de um treino no plano baixo, com pelo menos um joelho apoiado no chão o tempo todo. Peça que experimentem desequilíbrios para os lados (tentando torcer o tronco do colega para a esquerda ou para a direita) ou puxando o colega para si. Alternadamente, um estudante executa um desequilíbrio e o outro se deixa desequilibrar e cair. Esse exercício também prepara o corpo para reagir à queda de maneira mais consciente.

Em seguida, peça aos estudantes que permaneçam em plano baixo. Procure formar parcerias entre estudantes que se apoiam durante as aulas. Considere o vínculo de amizade entre os estudantes; este fator é mais importante do que equilibrar os níveis técnicos, força ou peso dos mesmos.

Quando os estudantes estiverem seguros e confortáveis na luta em plano baixo, proponha a luta no plano alto com as regras da luta marajoara. Organize as disputas uma a uma para que você possa controlar o espaço. Acompanhe o que ocorre na luta a fim de orientar a movimentação dos estudantes em ação. Os demais estudantes que estiverem aguardando são avaliados pela fruição da atividade, enquanto observam e estudam os movimentos da luta marajoara.

Para o momento de ampliação dos conhecimentos, mostre registros em vídeo da luta marajoara sendo realizada na Ilha de Marajó, facilmente encontrados em plataformas que disponibilizam vídeos na internet. No vídeo escolhido, atente para os lutadores (homens, mulheres ou crianças); se há um juiz ou público (indicadores do caráter institucional dessa prática); como é o espaço definido para a luta e quaisquer contribuições que os estudantes queiram dar.

## ■ Avaliação

Observe o engajamento dos alunos durante as diferentes etapas da aula: no aquecimento, no exercício de ensaio de projeção em duplas e na luta em plano baixo. A luta no plano alto pode depender de fatores como a aptidão física, segurança e autoconfiança; portanto, não é recomendável utilizar essa forma de lutar como padrão para todos os estudantes e nem como critério de avaliação.

Peça que compartilhem seus aprendizados sobre as regras do jogo, os desafios enfrentados e as estratégias utilizadas.

Convide-os a refletir e avaliar suas participações, falando se cumpriram as regras e os gestos e se respeitaram o colega com quem lutaram.

## Fim de jornada

Chegamos ao fim deste Manual do Professor, que, com o volume 1 (1º e 2º anos), procurou apresentar propostas de roteiros de aula para trabalhar com seus alunos as unidades temáticas da BNCC para Educação Física.

Esperamos que esta coleção auxilie seu planejamento didático e sua prática pedagógica, possibilitando-lhe fazer as adaptações necessárias, de acordo com sua realidade e seu grupo de alunos.

Agradecemos por ter nos acompanhado até aqui. Estamos abertos a críticas e sugestões para tornar este projeto cada vez melhor e desejamos um ótimo trabalho em sua trajetória como professor e eterno pesquisador. Até breve!

Os editores.



ROBERT KNESCHKE/SHUTTERSTOCK



## Conclusão

A avaliação formativa e o monitoramento fornecem informações essenciais sobre a evolução no aprendizado dos estudantes. Permitem identificar e mapear o desenvolvimento das competências gerais, específicas e habilidades de Educação Física e Arte, previstas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC) para o ano letivo.

Ao manter um registro sobre essa evolução ao longo do ano, é possível traçar uma visão geral da aprendizagem dos alunos, tanto de forma individual como coletiva. Isso permite o replanejamento do trabalho didático, de modo a garantir o avanço e o desenvolvimento pleno dos alunos.

Para que sejam instrumentos efetivos, é importante adotar práticas de avaliação sistemática, por exemplo, ao final de cada aula, como proposto nos roteiros, sendo possível também definir alguns marcos para uma avaliação sobre habilidades que o professor achar pertinentes.

Como visto nos roteiros de aula apresentados, a avaliação formativa pode ser feita de diversas maneiras. Por exemplo, é possível organizar os estudantes em uma roda de conversa convidando cada aluno a compartilhar com a turma aquilo que sabe. Essa proposta coletiva é fundamental para estimular a autonomia dos alunos, já que todos podem trabalhar juntos para identificar e desenvolver os saberes.

A avaliação pode também ser por meio de registros: texto, desenho, fotografia, vídeos etc. Nesse caso, é possível formular perguntas que mobilizem temas e aprendizados adquiridos. Ao analisar os registros dos estudantes, é possível identificar informações que podem ser retomadas em sala de aula e aquelas que precisam ser problematizadas ao longo do trabalho.

Outra estratégia possível é a criação de portfólios, que reúnem as produções dos estudantes feitas ao longo do ano letivo. Esses portfólios permitem que se acompanhe o desenvolvimento dos alunos, identificando as percepções, aprendizados e os avanços alcançados em cada atividade.

Esses registros possibilitam ao professor compreender se está ocorrendo a efetiva apropriação dos conceitos, das competências e das habilidades trabalhadas. A apresentação em equipe e a socialização de saberes também são outra forma de avaliação formativa e meio pelo qual o estudante pode refletir sobre o seu envolvimento e participação como parte de uma equipe.

Em todas as formas de avaliação descritas, é possível promover um momento de autoavaliação, propondo questões para que os estudantes reflitam individualmente sobre o seu aprendizado e dificuldades, ou por meio de discussões em grupo, que possibilitam identificar, por meio das trocas, a própria evolução e os pontos que precisam ser trabalhados.

Para o sucesso escolar, a avaliação formativa deve ser um processo contínuo que acompanha toda a aprendizagem do estudante, revendo e ajustando os caminhos para o crescimento de cada um e do grupo.

## Referências bibliográficas

BARNETT, Lisa. M. *et al.* Childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. *Journal of Adolescent Health*, 44, 2009, 252-259.

O artigo trata da importância de adquirir proficiência em habilidades motoras na infância, que vão repercutir na execução de atividades físicas na adolescência.

BRASIL. Lei n. 10.639, de 9 de janeiro de 2003. *DOU*, Brasília, DF, 10 jan. 2003. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/l10.639.htm#:~:text=LEI%20No%2010.639%2C%20DE%209%20DE%20JANEIRO%20DE%202003.&text=Altera%20a%20Lei%20no,%22%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAs](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.639.htm#:~:text=LEI%20No%2010.639%2C%20DE%209%20DE%20JANEIRO%20DE%202003.&text=Altera%20a%20Lei%20no,%22%2C%20e%20d%C3%A1%20outras%20provid%C3%AAs)>. Acesso em: 3 maio 2021.

A lei altera a Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional e inclui no currículo oficial a obrigatoriedade da temática “História e cultura afro-brasileira”.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <[http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518-versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf)>. Acesso em: 3 maio 2021.

A BNCC é o documento do Ministério da Educação que define as aprendizagens essenciais (competências e habilidades) que todos os estudantes devem desenvolver em todas as etapas da Educação Básica.

COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

A obra trata de abordagens metodológicas para cada etapa do ensino escolar, bem como estratégias para sistematizar o conhecimento e organizar as atividades escolares, levando em consideração as práticas avaliativas.

DAOLIO, Jocimar. *Da cultura do corpo*. Campinas: Papirus, 2013.

Neste livro, o autor, apoiado na Antropologia, discute a construção social do corpo com base em entrevistas realizadas com professores de Educação Física. É um clássico da área e contribui para a prática profissional dos professores da área.

FERRAZ, Oswaldo Luiz. Educação Física escolar: conhecimento e especificidade, a questão da pré-escola. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, suplemento 2, 1996.

Neste artigo, o autor procurou refletir sobre a natureza do conhecimento da Educação Física ao definir as

funções do componente curricular nos diferentes níveis de escolarização.

FREIRE, João Batista. *Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física*. São Paulo: Scipione, 1994.

A obra enfatiza a importância de se estabelecer um elo entre o desenvolvimento do corpo e o desenvolvimento mental das crianças, além de apontar também que a escola deve cultivar o respeito entre esse elo.

GALLAHUE, David L. *Educação Física desenvolvimentista para todas as crianças*. São Paulo: Phorte, 2008.

O autor aborda nesta obra os conceitos e as sugestões para a aplicação prática da abordagem desenvolvimentista, com o estudo desse conhecimento direcionado para o crescimento das crianças e o seu desenvolvimento motor, respeitando a individualidade de cada estudante em seu processo de aprendizagem.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, J. C. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte, 2003.

A obra aborda as fases do desenvolvimento motor, com base nos aspectos biológicos, afetivos, cognitivos e comportamentais de cada fase, utilizando o método da Ampulheta Triangulada, que auxilia o leitor no entendimento do desenvolvimento motor em cada etapa da vida.

GUEDES, Dartagnan Pinto. Educação para a saúde mediante programas de Educação Física Escolar. *Motriz*, v. 5, n. 1, jun. 1999. Disponível em: <<https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6619>>. Acesso em: 15 maio 2021.

Neste artigo, o autor discute a possibilidade de a Educação Física escolar ter seus conhecimentos atrelados à promoção da saúde.

HUIZINGA, Johan. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. Tradução de João Paulo Monteiro. 4. ed. São Paulo: Perspectiva, 2000.

O autor focaliza o jogo desde produto e fruto de uma perspectiva histórica até outras noções como linguagem, competição, direito, guerra e conhecimento. Ele engloba também as formas lúdicas que os jogos podem assumir.

NEIRA, Marcos Garcia. *Práticas corporais: brincadeiras, danças, lutas, esportes e ginásticas*. São Paulo: Melhoramentos, 2014.

Com base em uma perspectiva cultural, o autor conceitua o termo práticas corporais com possíveis práticas escolares da Educação Física.

NEIRA, Marcos Garcia; NUNES, Mario Luiz Ferrari. *Pedagogia da cultura corporal: crítica e alternativas*. São Paulo: Phorte, 2006.

A obra é voltada para os estudiosos da educação transformadora e aborda as vivências da pedagogia crítica da cultura corporal. Além disso, os autores enfatizam a importância da escola no sentido de que ela deve ser um espaço para colocar em prática o conhecimento e a ação transformadora.

SILVA, Ana Márcia. Entre o corpo e as práticas corporais. *Revista Arquivos em movimento*, Rio de Janeiro, Edição Especial, v. 10, n. 1, jan./jun. 2014. Este artigo científico problematiza concepções de corpo e de práticas corporais e seus possíveis desdobramentos nas práticas profissionais.

SOUSA, Sandra Zákia Lian. Revisando a teoria da avaliação da aprendizagem. In: SOUZA, Clarilza Prado de (org.). *Avaliação do rendimento escolar*. 2 ed. Campinas: Papirus, 1993.

Neste texto, a estudiosa aponta para a constante necessidade de estudo e da revisão da teoria da avaliação de ensino e aprendizagem ao avaliar o desenvolvimento e rendimento escolar dos estudantes.

TANI, Go et al. *Educação Física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista*. São Paulo: EPU/EDUSP, 1988. A obra tem como objetivo discutir o componente curricular Educação Física com base em teorias do desenvolvimento humano e trazer uma reflexão sob a perspectiva de uma abordagem desenvolvimentista para as aulas da disciplina.

TUBINO, Manoel J. Gomes. *Esporte e cultura de paz*. Rio de Janeiro: Shape, 2006.

VALLE, Luciana de L. D. *Jogos, recreação e educação*. Curitiba: Fael, 2010.

Uma boa referência sobre como a recreação pode agregar valores e tornar a educação uma forma divertida de interação.

VARGAS, A. (org.). *Aspectos jurídicos da intervenção profissional de Educação Física*. Rio de Janeiro: CONFEE, 2014.



**MODERNA**



# MODERNA

ISBN 978-65-5816-139-4



9 786558 161394