

LIVRO DO
PROFESSOR

VEM DESCOBRIR!

EDUCAÇÃO FÍSICA

Tiemi Okimura-Kerr
Fernanda Vieira Merida
Carla Ulasowicz
Rosangela Matias Andriatti
Érica Pires do Amaral

**Volume
único**
1º e 2º anos

CÓDIGO DA COLEÇÃO
0201 P27 01 01 160 160
PNLD ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL – 2027 - 2030 - OBJETO 1 - CATEGORIA 1
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO – VERSÃO EM PROCESSO DE AVALIAÇÃO

Anos Iniciais do
Ensino Fundamental

Educação Física

 **Editora
do Brasil**

**MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL**

VEM DESCOBRIR!

EDUCAÇÃO FÍSICA

Tiemi Okimura-Kerr

- Mestre em Educação Física pela Universidade de São Paulo (USP)
- Licenciada em Educação Física pela Universidade de São Paulo (USP)
- Licenciada em Pedagogia pelo Centro Universitário Sant'Anna (UniSant'Anna)
- Professora universitária em instituição particular
- Professora da rede municipal de São Paulo
- Organizadora e autora de livros na área de Educação Física escolar

Fernanda Vieira Merida

- Mestre em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu (USJT)
- Especialista em Orientação, Supervisão e Inspeção Escolar pela Faculdade de Educação São Luís
- Licenciada em Educação Física pelas Faculdades Integradas de Santo André (Fefisa)
- Licenciada em Pedagogia pela Universidade Bandeirante de São Paulo (Uniban)
- Professora da rede municipal de São Paulo
- Autora de livros na área da Ginástica e Educação Física escolar

Carla Ulasowicz

- Doutora e mestre em Ciências no programa Psicologia da Universidade Federal de São Paulo
- Especialização em Neuropsicopedagogia Institucional pela Faculdade de Ciências, Educação, Saúde, Pesquisa e Gestão (Censupeg)
- Especialização em Práticas de Letramento e Alfabetização pela Universidade Federal de São João del-Rei
- Licenciada em Educação Física pela Universidade do Grande ABC
- Licenciada em Pedagogia pelo Centro Universitário Católico Ítalo Brasileiro (Uni Ítalo)
- Professora universitária em instituição particular
- Professora da rede municipal de Santo André
- Professora do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS)
- Organizadora e autora de livros na área de Educação Física escolar

Rosângela Matias Andriatti

- Mestre em Educação Física pela Universidade Estadual Paulista (Unesp)
- Especialista em Educação Física para Professores do Ensino Fundamental II e do Ensino Médio pela Universidade Estadual de Campinas (Unicamp)
- Especialista em Direito Educacional pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-Minas)
- Especialista em Gestão Escolar pela Fundação Getúlio Vargas (FGV)
- Licenciada em Pedagogia pela Universidade Cruzeiro do Sul
- Licenciada e Bacharel em Educação Física pela Universidade Camilo Castelo Branco
- Professora da rede estadual e municipal em São Paulo
- Técnica de área do Ensino Fundamental e Educação para Jovens e Adultos na rede de Suzano
- Tutora do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (ProEF) no Instituto de Biociências na Universidade Estadual Paulista (Unesp-Rio Claro)
- Autora de livros na área de Educação Física escolar

Érica Pires do Amaral

- Mestre em Ciências pelo Programa Humanidades, Direitos e Outras Legitimidades pela Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo (FFLCH-USP)
- Especialista em Educação Física Escolar pela Universidade Gama Filho
- Bacharel e licenciada em Educação Física pela Universidade de São Paulo (USP)
- Licenciada em Pedagogia pela Universidade Estadual Paulista (Unesp)
- Professora da rede municipal e particular de São Paulo
- Mestre de Capoeira

**Volume
único**

1º e 2º anos

**Anos Iniciais do
Ensino Fundamental
Educação Física**

**MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL**

“Em respeito ao meio ambiente, as folhas deste livro foram produzidas com fibras obtidas de árvores de florestas plantadas, com origem certificada”

1ª edição
São Paulo, 2025



**Editora
do Brasil**

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

Vem descobrir!: educação física : : 1º e 2º anos :
volume único / Tiemi Okimura-Kerr...[et al.]. --
1. ed. -- São Paulo : Editora do Brasil, 2025. --
(Vem descobrir!)

Outros autores: Fernanda Vieira Merida, Carla
Ulasowicz, Rosângela Matias Andriatti, Érica Pires do
Amaral
ISBN 978-85-10-10761-7

1. Educação física (Ensino fundamental)
I. Okimura-Kerr, Tiemi. II. Merida, Fernanda Vieira.
III. Ulasowicz, Carla. IV. Andriatti, Rosângela
Matias. V. Amaral, Érica Pires do. VI. Série.

25-280484

CDD-372.86

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação física : Ensino fundamental 372.86
Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

© Editora do Brasil S.A., 2025
Todos os direitos reservados

Direção-geral: Paulo Serino de Souza

Diretoria editorial: Felipe Ramos Poletti

Gerência editorial de conteúdo didático: Tatiany Telles Renó

Gerência editorial de produção e design: Ulisses Pires

Supervisão de design: Catherine Saori Ishihara

Supervisão de arte: Abdonildo José de Lima Santos

Supervisão de revisão: Elaine Cristina da Silva

Supervisão de iconografia: Léo Burgos

Supervisão de digital: Priscila Hernandez

Supervisão de controle e planejamento editorial: Roseli Said

Supervisão de direitos autorais: Luciana Sposito

Supervisão editorial: Nathalia Cristine Folli Simões

Consultoria técnico-pedagógica: Murilo Leite

Edição: Beatriz Pineiro

Assistência editorial: Marcos Vasconcelos

Apoio editorial: Juliana Simões (assistência)

Revisão: Alexander Siqueira, Andréia Andrade, Beatriz Dorini, Bianca Oliveira,
Danielle Costa, Gabriel Ornelas, Giovana Sanches, Jéssie Panegassi, Júlia Rodrigues,
Maísa Akazawa, Martin Gonçalves, Rita de Cássia Costa, Rosani Andreani, Sandra
Fernandes, Vitor Silva e Yasmin Fonseca

Pesquisa iconográfica: Sílvia Freitas e Junior Rozzo

Tratamento de imagens: Roberto Marinho

Design gráfico: Talita Lima

Capa: Talita Lima

Imagem de capa: Yara

Edição de arte: Fábio Augusto Ramos

Assistência de arte: Alberto Correa, Bruna Marchi e Henrique Ozawa

Ilustrações: Acervo editora, Cláudia Marianno, Fernanda Ozilak, Líbia Tavares,
Nosyrevy/Shutterstock.com e RJP

Editoração eletrônica: NPublic

Licenciamentos de textos: Cinthya Utiyama, Solange Rodrigues e Tainá Esposto

Controle e planejamento editorial: Bianca Gomes, Isabel Ferreira, Julia Narvas,
Juliana Gonçalves, Larissa Facco, Liliam Gagliardi, Maria Trofino, Renata Vieira e
Valéria Alves

As capas desta
coleção reúnem o talento
vibrante de ilustradores de
todas as regiões do Brasil,
oferecendo um mosaico
visual da cultura e da
criatividade brasileira.

**MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL**

1ª edição / 1ª impressão, 2025
Impresso no parque gráfico da...



**Editora
do Brasil**

Avenida das Nações Unidas, 12901
Torre Oeste, 20º andar
São Paulo, SP – CEP: 04578-910
Fone: +55 11 3226-0211
www.editoradobrasil.com.br

CARO PROFESSOR,

Ficamos muito felizes por você escolher nosso livro! Este material foi elaborado com a intenção de estimular uma prática reflexiva no cotidiano de cada profissional da Educação Física.

A Educação Física é componente obrigatório do currículo escolar, e a Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018) prevê o ensino de competências específicas para ele. Por esse motivo, as propostas apresentadas abordam as unidades temáticas (Brincadeiras e jogos, Esporte, Ginástica e Danças) elencadas nesse documento normativo, com sugestões pautadas em nossa experiência como professoras da Educação Básica.

Essas unidades se articulam aos Temas Contemporâneos Transversais (Brasil, 2019), que são divididos em seis macroáreas temáticas: Meio Ambiente, Ciência e Tecnologia, Multiculturalismo, Cidadania e Cívismo, Economia, Saúde.

Este Manual do Professor está organizado em fundamentação teórica e metodológica e contém sugestões e orientações didáticas para as aulas. As propostas de aulas são inspiradas na sistematização de temas – elementos culturais, movimentos, aspectos (inter)pessoais e demandas ambientais – estudados por um grupo de professores que pesquisam sua prática pedagógica na Educação Básica.

É nessa perspectiva de formação continuada que compartilhamos os caminhos para uma postura de constante investigação sobre a própria prática pedagógica nos diferentes contextos deste imenso país, considerando as circunstâncias de cada comunidade, as condições de trabalho e a realidade pessoal. Apresentamos os princípios didáticos e os critérios de avaliação em uma perspectiva de acompanhamento do processo de aprendizagem do estudante e do professor como aprendente.

Os desafios são grandes e nem sempre nos vemos diante das condições necessárias para realizar um trabalho ideal. Sugerimos adaptações aos recursos pedagógicos disponíveis, mas pontuamos a necessidade de exigir condições adequadas para o cumprimento de nossas funções. Tais reivindicações podem ser feitas no âmbito da administração pública e no da escola, a fim de propiciar os direitos de aprendizagem dos estudantes a partir de um trabalho efetivo da Educação Física na escola. Deixamos nosso incentivo, lembrando que não estamos sozinhos; fazemos parte dessa grande área que é a Educação e nos solidarizamos para que todos superem com confiança, esperança, coragem e resiliência os obstáculos inevitáveis que surgirão.

Apesar de o material denominar-se manual, como concebido oficialmente por seus propositores, pretendemos avançar para um livro que inspire cada professor a dar novos significados, para si e para os estudantes, ao ensino das práticas corporais de tantas manifestações culturais brasileiras e mundiais. Todos os requisitos regulamentares para compor o material foram atendidos, mas com o entendimento de que a realidade extrapola as teorias.

Agradecemos a confiança e desejamos muita energia e determinação para um trabalho significativo para a sua vida, para a vida dos estudantes e para toda a comunidade escolar. Temos muito a ensinar! Que este material seja um propulsor para novas propostas pedagógicas a um campo que nem sempre é valorizado como deveria. Seguimos na luta por uma educação pública de qualidade para todos.

As autoras

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

SUMÁRIO

Introdução 5

A Base Nacional Comum Curricular e a Educação Física	5
Perspectiva da Educação Física	6
Princípios didáticos	7
Critérios de avaliação	7
Organização da obra	8
Plano de desenvolvimento anual	9

Unidade temática 1 – Brincadeiras e jogos 11

Apresentação	11
Capítulo 1 – Vamos brincar	12
1º ano – Roteiro de aula: Com uma folha qualquer, imagino mil aventuras	14
📄 Infográfico clicável	15
2º ano – Roteiro de aula: Superpoderes em ação	15
Contemplando o que aprendemos	17
Capítulo 2 – Por dentro do jogo	19
🔊 Áudio 1	19
1º ano – Roteiro de aula: Minha família também brinca	21
📄 Infográfico clicável	23
2º ano – Roteiro de aula: Território brincante	25
🔊 Áudio 2	26
🔊 Áudio 3	26
Contemplando o que aprendemos	27

Unidade temática 2 – Esportes 28

Apresentação	28
Capítulo 1 – Às suas marcas, prontos? Já!	29
📄 Infográfico clicável	31
1º ano – Roteiro de aula: Brincando com os movimentos do atletismo	31
📄 Infográfico clicável	32
2º ano – Roteiro de aula: Ampliando o conhecimento sobre os esportes	34
Contemplando o que aprendemos	37
Capítulo 2 – Acerte na mira	38
1º ano – Roteiro de aula: De olho no alvo!	39
2º ano – Roteiro de aula: Acerte a mira	40
Contemplando o que aprendemos	42

Unidade temática 3 – Ginásticas 43

Apresentação	43
Capítulo 1 – Vem para a Ginástica Geral	44
1º ano – Roteiro de aula: De olho na Ginástica Geral	46
2º ano – Roteiro de aula: Reconhecendo a Ginástica Geral	49
Contemplando o que aprendemos	52
Capítulo 2 – A irreverência dos artistas circenses	53
1º ano – Roteiro de aula: Flexibilidade e equilíbrio	55
1º ano – Roteiro de aula: Trupe dos malabares e dos pés de lata	56
2º ano – Roteiro de aula: Força e agilidade	57
2º ano – Roteiro de aula: Equilibristas e malabaristas no picadeiro	59
📄 Infográfico clicável	60
Contemplando o que aprendemos	60
Ficha 1A	61
Ficha 1B	61

Unidade temática 4 – Danças 62

Apresentação	62
Capítulo 1 – Quem dança seus males espanta	63
📄 Infográfico clicável	64
1º ano – Roteiro de aula: O ritmo de cada um	64
2º ano – Roteiro de aula: Sincronização dos ritmos	66
🔊 Áudio 4	67
Contemplando o que aprendemos	68
Capítulo 2 – Vem pra roda dançar!	69
🔊 Áudio 5	69
🔊 Áudio 6	71
1º ano – Roteiro de aula: Vamos todos cirandar	71
2º ano – Roteiro de aula: Dançar para resistir	73
🔊 Áudio 7	74
🔊 Áudio 8	74
🔊 Áudio 9	74
🔊 Áudio 10	74
Contemplando o que aprendemos	76

Referências comentadas 77

INTRODUÇÃO

A Base Nacional Comum Curricular e a Educação Física

A Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018), BNCC, propõe as seguintes competências:

Competências Gerais

1. Conhecimento, 2. Pensamento científico, crítico e criativo, 3. Repertório cultural, 4. Comunicação, 5. Cultura digital, 6. Trabalho e projeto de vida, 7. Argumentação, 8. Autoconhecimento e autocuidado, 9. Empatia e cooperação, 10. Responsabilidade e cidadania.

Competências de Linguagens

1. Construção social e cultural, 2. Práticas de linguagem artística, corporal e linguística, 3. Multilinguagens (verbal, corporal, visual, sonora e digital), 4. Defesa de ideias, 5. Manifestações artísticas e culturais, 6. Tecnologias digitais de informação e comunicação.

Competências da Educação Física

1. Origem da cultura corporal, 2. Resolução de desafios e acervo cultural, 3. Saúde e doença, 4. Multiplicidade de padrões, 5. Combate a preconceitos, 6. Sentidos e significados, 7. Identidade cultural, 8. Contexto do lazer e saúde, 9. Contexto comunitário, 10. Cooperação e protagonismo.

Diagrama elaborado pelas autoras com base na BNCC (Brasil, 2018).

A Educação Física é um dos componentes curriculares da área de Linguagens e tem a finalidade de possibilitar conhecimentos e práticas diversificados que ampliem as capacidades expressivas dos estudantes, **MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL** a cultura. As competências específicas de Linguagens para o Ensino Fundamental e as competências específicas de Educação Física para o Ensino Fundamental podem ser encontradas na BNCC (Brasil, 2018, p. 65 e 223).

Para garantir o desenvolvimento dessas competências, é proposto um conjunto de habilidades relacionadas a diferentes objetos de conhecimento, organizados em uma progressão pautada em características dos estudantes, como a ampliação da autonomia intelectual, a compreensão de normas e os interesses pela vida social (Brasil, 2018).

Segundo a BNCC, as práticas corporais indicadas para o 1º e 2º anos são divididas nos seguintes **objetos de conhecimento**: Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional; Esportes de marca e precisão; Ginástica Geral; Danças do contexto comunitário e regional.

Em 2008, a Lei nº 11.645/08 complementou a Lei nº 10.639/03 ao incluir a obrigatoriedade da temática “história e cultura afro-brasileira e indígena”. Em consonância a essa legislação, apresentamos sugestões de práticas corporais de matriz africana e indígena no decorrer das atividades didáticas deste manual, por exemplo: “teca-teca” e “água-terra”, de Moçambique; “kudoda”, do Zimbábue; e “corrida com toras” e “zarabatana”, dos povos originários do Brasil.

Para atender ao caráter dinâmico da sociedade, a BNCC (Brasil, 2018) propôs os **Temas Contemporâneos Transversais (TCTs)**. De acordo com o documento, a contemporaneidade busca contextualizar o que é ensinado para despertar o interesse dos estudantes no seu desenvolvimento como cidadãos para sua atuação na sociedade. A transversalidade procura integrar diversos conhecimentos em uma visão sistêmica, aproximando os conceitos procedimentais da realidade. Os assuntos sugeridos passam todas as áreas do conhecimento e visam desenvolver a formação integral dos estudantes a fim de construir uma sociedade mais justa, inclusiva e sustentável. Portanto, os TCTs – compostos de seis macroáreas e 15 temas – evidenciam as relações entre os diferentes componentes curriculares e garantem contextualização aos objetos de conhecimento trazidos pela BNCC.

Perspectiva da Educação Física

Inspirados pela concepção de que o professor deve buscar uma formação permanente, construir o próprio conhecimento e pesquisar sua prática coletivamente, em uma rede de apoio com seus pares, professores-pesquisadores implementaram os conteúdos sistematizados em quatro blocos (Sanches Neto *et al.*, 2006) que fundamentam a perspectiva da Educação Física desta obra.

BLOCOS DE CONTEÚDO			
Elementos culturais	Movimentos	Aspectos pessoais e interpessoais	Demandas do ambiente
Brincadeira e Jogo	Habilidades de Estabilização	Anatomia e Biomecânica	Administração e Economia
Circo e Ginástica	Habilidades de Manipulação	Antropologia e Psicologia	Estética e Filosofia
Dança	Habilidades de Locomoção	Bioquímica e Nutrição	Física e Natureza
Esporte	Combinação e Especialização de movimentos	Embriologia e Fisiologia	História e Geografia
Luta e Capoeira	Capacidades e Treinamento	Comportamento Motor	Sociologia e Política
Vivências e Atividades da Vida Diária	Ritmo	Saúde e Patologias	Virtual

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Essa sistematização se baseia nos resultados da dissertação de mestrado, descrita por Sanches Neto e Betti (2008), que discute as relações da Educação Física com o campo científico e pedagógico em uma inter-relação entre as dinâmicas da cultura, do movimento, do corpo e do ambiente, por meio de uma integração dos blocos de conteúdo.

Portanto, nossa expectativa é de que os estudantes compreendam, reflitam criticamente, transformem, apreciem e vivenciem as diversas manifestações culturais, além de otimizar suas potencialidades nos aspectos inter(pessoais) para que se desenvolvam de forma significativa.

Nessa perspectiva pedagógica da Educação Física, a sequenciação dos conteúdos é didaticamente sistematizada, variando a predominância dos temas no decorrer das aulas de acordo com a realidade do professor, a necessidade dos estudantes e o contexto da escola. O planejamento do ano letivo é flexível para as adaptações necessárias durante o processo de ensino e aprendizagem. Nesse sentido, reforçamos o caráter sugestivo e não prescritivo deste manual. Na sequência, serão retomados os princípios didáticos e os critérios de avaliação que norteiam essa prática.

Princípios didáticos

Com base no ensino reflexivo e na pesquisa-ação, os professores-pesquisadores descrevem os modos como ensinam, denominando-os **princípios didáticos** (Okimura-Kerr; Ulasowicz; Venâncio; Sanches Neto, 2017). Veja exemplos de como esses princípios se articulam com a BNCC e se fazem presentes na proposta pedagógica deste livro.

- **Planejamento participativo:** corresponsabilidade na organização das aulas (tema, data, local, materiais e tempos) ancorada ao protagonismo, à autonomia e ao interesse dos estudantes ao pesquisarem e apresentarem sobre brincadeiras e jogos populares na família e na comunidade.
- **Grupos operacionais:** práticas corporais que favorecem o trabalho em equipe pautado na empatia e troca de saberes quando o estudante com maior compreensão da tarefa (par avançado), sob sua supervisão, auxilia o colega na execução do movimento do avião na ginástica.
- **Construção de conceitos com base na realidade de vida dos estudantes:** questionamento sobre o conhecimento prévio a respeito da força em situações diárias, como carregar a mochila, e explicação da capacidade física dos músculos e sua associação com o arremesso de peso.
- **Atividades paralelas:** diferentes vivências que tenham o mesmo objetivo da aula para otimizar o uso dos recursos disponíveis. Por exemplo: ao propor a brincadeira de pular corda, divide-se a turma em grupos que saltam de forma coletiva e individualizada conforme a disponibilidade de materiais.
- **Relação com o Projeto Político-Pedagógico da escola:** inserir a Educação Física em projetos interdisciplinares com o ensino de elementos da dança que articulam saberes com Arte, História, Geografia e Língua Portuguesa ao contar sobre a origem e cantigas da ciranda e do cacuriá.
- **Autodisciplina:** construção de valores para que os estudantes se sintam aptos a tomar decisões por si mesmos, começando pela percepção das próprias emoções em vivências eventualmente conflituosas na disputa de corrida.
- **Registro de conceitos:** documentam os avanços e desafios dos estudantes ao identificar as capacidades físicas predominantes para a realização de cada exercício sobre os elementos ginásticos.
- **Avaliação contínua:** será descrita detalhadamente no tópico a seguir.

Critérios de avaliação

Sobre o princípio da **avaliação contínua**, é necessário avaliar os estudantes de modo específico a fim de fazer um diagnóstico, elaborar um mapa conceitual das conquistas, para encaminhar mudanças no currículo, reorganizar os agrupamentos de estudos ou repensar os instrumentos e critérios avaliativos. É preciso, também, ter intencionalidade pedagógica para avaliar, pois não se avaliam somente os estudantes, mas um processo em que se implica a vida de pessoas. Por isso, em um processo de avaliação permanente, é crucial que o estudante saiba o que será avaliado, quando, por que, para que, as características dos instrumentos, os critérios de avaliação e os usos que serão feitos dos resultados.

Nós nos pautamos em uma concepção mediadora e colaborativa da avaliação da aprendizagem, que propõe oportunizar muitos momentos para os estudantes expressarem suas ideias, discutirem temas ligados a situações desencadeadoras, buscarem entender as razões para suas respostas e localizarem, com sua ajuda, as dificuldades para pensar em estratégias que conduzam a uma solução. Espera-se que você transforme os registros em anotações significativas sobre o acompanhamento dos estudantes no processo de construção do conhecimento.

No quadro a seguir, elencamos os critérios de avaliação propostos por Sanches Neto (2017) com os respectivos exemplos descritos nas sequências de aulas deste livro:

Quadro 1. Exemplos dos critérios de avaliação

Assiduidade Presença conferida na brincadeira “econome”.	Envolvimento subjetivo Expressa que adorou brincar de “cabra-cega”.
Participação objetiva Experimenta andar com a perna de pau, mesmo com desafios motores.	Atitudes específicas Respeito aos colegas no jogo “cabra-cega”.
Conhecimento tácito Conhecimento prévio sobre as formas de pular “amarelinha”.	Aproveitamento de demonstrações visuais Demonstração do queixo encostado no tronco, com o olhar voltado para a barriga no rolamento.
Procedimentos específicos Realiza a estrela com as mãos dentro do pneu, partindo do “reloginho”.	Conhecimento declarativo Explica o movimento das articulações ao saltar na corrida com obstáculos.
Aproveitamento de instruções verbais ou gráficas Aprende os passos da ciranda ao assistir ao vídeo.	Conceitos específicos Identifica os elementos que compõem a dança, como o ritmo acelerado do cacuriá.

(Sanches Neto, 2017).

Organização da obra

Esta obra contempla todas as unidades temáticas indicadas pela BNCC (Brasil, 2018): 1. Brincadeiras e Jogos; 2. Esportes; 3. Ginástica; e 4. Danças. Cada uma delas é composta de dois capítulos em que se especificam a quantidade de aulas sugeridas e as habilidades dos componentes curriculares trabalhados. O número sugerido de aulas prioriza as especificidades do contexto, da interação com os estudantes e dos desdobramentos da atividade.

A escolha de conteúdos deve considerar sua relevância social para os sujeitos que ensinam e que aprendem, bem como integrar de modo crítico a Educação Física aos demais componentes curriculares, ao Projeto Político-Pedagógico e ao contexto de cada escola. Cada capítulo apresenta seções que contemplam as oito dimensões de conhecimento indicadas na BNCC (Brasil, 2018), considerando sua natureza vivencial, experiencial e subjetiva: Experimentação; Uso e apropriação; Fruição; Reflexão sobre a ação; Construção de sentidos; Interação e Protagonismo comunitário.

No decorrer das unidades temáticas, apresentamos uma gama de avaliações em todas as seções de cada capítulo:

Introdução do capítulo	Conceitos para subsidiar o professor para o ensino de acordo com a sequência pedagógica.
Vamos começar	Avaliação diagnóstica. Roda de conversa com análises de imagens, vídeos, dinâmicas e perguntas disparadoras sobre a prática corporal.
Vamos vivenciar!	Sugestões de roteiros de aula com vivência das práticas corporais com perguntas disparadoras, problematizadoras e avaliativas sobre o objeto de conhecimento.
Contemplando o que aprendemos	Avaliação formativa e de resultados. Roda de conversa com perguntas avaliativas. Registro em diário de bordo, autoavaliação e produções dos estudantes nas múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita).

Diagrama das seções das unidades temáticas.

A sugestão de avaliação diagnóstica por meio da seção **Começo de conversa** visa realizar um mapeamento de conhecimentos dos estudantes no início da unidade relativa ao tema. A avaliação formativa se dá no decorrer de todo o processo de aprendizagem dos roteiros e, inclusive, na seção **Contemplando o que aprendemos**, que é uma oportunidade de avaliação de processo de aprendizagem somativa sobre os conhecimentos construídos. Em cada capítulo, há sugestões de materiais sobre estratégias e recursos que complementam as propostas das aulas (*sites*, artigos, livros, vídeos, músicas etc.) no box **Para ir mais longe**.

Esta obra possibilita, também, um trabalho com inclusão em momentos didáticos propícios a adaptações e reflexões que favorecem a integração entre os estudantes com desenvolvimento atípico e típico. As atividades com esse enfoque estão sinalizadas com o ícone ao lado, tanto de inclusão de pessoas com deficiência como inclusão reversa, quando os estudantes sem deficiência participarão de atividades desenvolvidas para pessoas com deficiência, como o vôlei sentado.



PARA IR MAIS LONGE

- DA SILVA, M. D. D.; CARDOSO, L. C. R.; DE ALMEIDA, D. M. F. Inclusão reversa e voleibol sentado: direitos humanos em jogo. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 35, n. especial, p. 1-6, 2021.

Plano de desenvolvimento anual

Apresentamos uma sequência anual no quadro a seguir, de acordo com a ordem em que as unidades aparecem no livro. Inicia-se com os primeiros capítulos de cada unidade temática, seguidos da repetição dessa ordem com os segundos capítulos distribuídos em semestre, trimestre e bimestre do ano letivo. No quadro, estão descritas as unidades temáticas, os objetos de conhecimento e os códigos das competências e das habilidades de Educação Física conforme constam na BNCC.

É importante enfatizar que essa ordenação deve ser ajustada ao projeto de cada unidade escolar.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL			
1º SEMESTRE	1º TRIMESTRE	1º BIMESTRE	Unidade temática e objeto de conhecimento: Brincadeiras e Jogos – Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional. TCs: Cidadania e Cívismo, Multiculturalismo Competências Gerais: 1, 2, 4, 9, 10 Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 Competências específicas de Educação Física: 1, 2, 4, 5, 8, 9, 10 Habilidades: EF12EF01, EF12EF02, EF12EF03, EF12EF04 Capítulo 1: Vamos brincar! Objetivo: Compreender o direito de brincar de todas as crianças; vivenciar e criar brincadeiras de faz de conta, respeitando e valorizando as diferenças individuais e ressignificando os espaços para as vivências na comunidade. Capítulo 2: Por dentro do jogo Objetivo: Resgatar, vivenciar e preservar as brincadeiras e jogos populares por meio das memórias de infância dos adultos da comunidade, incluindo os de matrizes indígena e africana.

1º SEMESTRE	1º TRIMESTRE	1º BIMESTRE	Unidade temática e objeto de conhecimento: Esportes – Esportes de marca e de precisão. TCTs: Saúde; Multiculturalismo; Ciência e tecnologia; Cidadania e Civismo; Meio Ambiente Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10 Competências específicas de Linguagem: 1, 2, 3, 4, 6 Competências específicas de Educação Física: 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10. Habilidades: EF12EF05, EF12EF06 Capítulo 1: Às suas marcas, prontos? Já! Objetivo: Conhecer e compreender os esportes de marca e de precisão, com ênfase na reflexão sobre o racismo no esporte e nas discussões sobre a participação das pessoas com deficiência nos esportes. Capítulo 2: Acerte na mira! Objetivo: Abordar a tematização do “arco e flecha” para contextualizar os esportes e acompanhar vivências de jogos em que a turma precisa acertar diferentes objetos (como boliche, zarabatana e bocha). Propor a discussão sobre igualdade de direitos entre homens e mulheres nas práticas esportivas.
	1º TRIMESTRE	2º BIMESTRE	Unidade temática e objeto de conhecimento: Ginásticas – Ginástica Geral TCTs: Cidadania e civismo; Meio Ambiente; Multiculturalismo; Saúde Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 8, 9 Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5 Competências específicas de Educação Física: 1, 2, 3, 6, 7, 9, 10 Habilidades: EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09, EF12EF10 Capítulo 1: Vem para a Ginástica Geral Objetivo: Conhecer, compreender e vivenciar movimentos inspirados em animais, características e elementos básicos da ginástica e da Ginástica Geral (GG), habilidades motoras e atividades cooperativas, valorizando os hábitos saudáveis, a consciência corporal, a empatia, a cooperação e a inclusão. Capítulo 2: A irreverência dos artistas circenses Objetivo: Conhecer, compreender, vivenciar e recriar as manifestações corporais circenses (malabares e perna de pau) e gímnicas, com foco nas capacidades físicas, no domínio corporal e no uso de materiais reutilizáveis, incentivando o cuidado mútuo e a segurança e fortalecendo valores sociais.
1º SEMESTRE	1º TRIMESTRE	2º BIMESTRE	Unidade temática e objeto de conhecimento: Danças – Danças do Brasil e do mundo. Danças de matriz indígena e africana TCTs: Cidadania e Civismo; Multiculturalismo Competências Gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10 Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 4, 5 Competências específicas de Educação Física: 1, 2, 6, 7, 8 Habilidades: EF35EF09, EF35EF10, EF35EF11, EF35EF12 Capítulo 1: Entre a Celebração, a Guerra e os Rituais Objetivo: Conhecer e vivenciar danças de matriz indígena no 3º ano (Toré e Xondaro), africana no 4º ano (jongo, puíta, “Sai piaba”) e de povos que migraram para o Brasil no 5º ano (europeias, asiáticas, latino-americanas, do Oriente Médio e africanas), valorizando seus diferentes significados em suas culturas de origem para discutir formas de superar preconceitos em relação a essas manifestações culturais. Capítulo 2: Vamos Festejar! Objetivo: Compreender, vivenciar e recriar danças dos ciclos carnavalesco (marchinhas carnavalescas no 3º ano, afoxé no 4º ano e frevo no 5º ano) e junino (Boi-Bumbá de Parintins no 3º ano, fandango no 4º ano e siriri no 5º ano) descobrindo potencialidades do corpo em movimento para se expressar, respeitando as diferenças individuais, ressignificando as danças e os espaços para as vivências na escola.

BRINCADEIRAS E JOGOS

Objeto de conhecimento

- Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional.

Competências específicas de Educação Física

1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10.

Habilidades da BNCC

- (EF12EF01) Experimentar, fruir e recriar diferentes brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional, reconhecendo e respeitando as diferenças individuais de desempenho dos colegas.
- (EF12EF02) Explicar, por meio de múltiplas linguagens (corporal, visual, oral e escrita), as brincadeiras e os jogos populares do contexto comunitário e regional, reconhecendo e valorizando a importância desses jogos e brincadeiras para suas culturas de origem.
- (EF12EF03) Planejar e utilizar estratégias para resolver desafios de brincadeiras e jogos populares do contexto comunitário e regional, com base no reconhecimento das características dessas práticas.
- (EF12EF04) Colaborar na proposição e na produção de alternativas para a prática, em outros momentos e espaços, de brincadeiras e jogos e demais práticas corporais tematizadas na escola, produzindo textos (orais, escritos, audiovisuais) para divulgá-las na escola e na comunidade.

Temas Contemporâneos Transversais (TCTs):

Cidadania e civismo: Direito da Criança e do Adolescente; Vida Familiar e Social.

Multiculturalismo: Diversidade Cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras.

Apresentação

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Como apontado na BNCC (Brasil, 2018), no processo de transição da Educação Infantil para o Ensino Fundamental, é necessário dar continuidade às experiências em torno do brincar.

Seguindo as orientações do documento, os objetivos da unidade são: conhecer, planejar, vivenciar e recriar as brincadeiras e os jogos que envolvem a cultura popular no contexto comunitário e regional. O **Capítulo 1 – Vamos brincar** se pauta no **TCT Cidadania e civismo** com foco no Direito da Criança e do Adolescente ao lazer propiciando a reflexão e vivência de brincadeiras envolvendo jogos simbólicos, de modo a levá-los a reconhecer e valorizar o prazer pelo faz de conta, respeitar as diferenças individuais dos colegas e identificar outros espaços para essas práticas corporais.

No **Capítulo 2 – Por dentro do jogo**, o foco do TCT estará na **Vida Familiar e Social e na Diversidade Cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras**. Com vistas a incentivar a atenção para a escuta do outro, em um processo de estímulo à empatia e à cooperação, sugere-se convidar um familiar de um dos estudantes ou um integrante da comunidade para falar sobre suas memórias de infância, de modo que os estudantes compreendam a perpetuação de uma tradição de jogos e brincadeiras. Serão sugeridas formas de se refletir e vivenciar o tema em uma perspectiva histórica e social dos jogos populares, incluindo os de matriz africana, reconhecendo e valorizando a importância dessas práticas corporais para sua cultura de origem.

VAMOS BRINCAR



Número de aulas sugeridas: 6 a 8 aulas para cada ano (1º e 2º).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF01, EF12EF02, EF12EF03, EF12EF04), Arte (EF15AR21), Ciências (EF01CI04), História (EF01HI05), Geografia (EF01GE02), Língua Portuguesa (EF12LP04), Matemática (EF01MA11).



Museu da História da Arte, Viena

Pieter Bruegel, o Velho. *Jogos infantis*, 1560. Óleo sobre madeira, 118 cm x 161 cm. Museu da História da Arte de Viena.

O Estatuto da Criança e do Adolescente (Brasil, 1990), disposto pela Lei nº 8.069, contempla o direito ao brincar, em seu Capítulo IV, o “Direito à Educação, à Cultura, ao Esporte e ao Lazer”. Na escola, é essencial que a criança entenda seus direitos para que, ao exercê-los, adquira consciência de sua cidadania, como sujeito social que dá sentido às ações realizadas em seu contexto. Diante de realidades tão díspares em um país de dimensões tão grandes como o Brasil, infelizmente ainda é preciso reivindicar o direito de brincar para todas as crianças.

Esse capítulo irá explorar o que Huizinga (2005) chamou de caráter ficcional do jogo, com sua natureza de fantasia criativa e imaginativa, que permite aos jogadores assumir papéis, criar mundos e histórias, além de experimentar diferentes identidades e realidades. Esse conceito foi apresentado como *mimicry* (Caillois, 1998), jogo de imitação (Wallon, 2007), e simbólico (Vygotsky, 1991), quando a criança até os 7 anos de idade se encontra no auge do prazer em representar situações por meio do faz de conta (Piaget, 1978).

Para Vygotsky (1991), o desenvolvimento da capacidade simbólica demonstra a tomada de consciência de si, dos outros, dos objetos e do mundo vivido: condições geográficas, classes sociais, convivência com adultos e suas diferentes atividades (pescadores, operários, agricultores, professores, policiais etc.).

Os aspectos simbólicos das múltiplas culturas da criança estão na mídia (desenhos, *games* e filmes), na literatura infantil, nos mitos e nas lendas. Barbosa (2011) realizou estudos que evidenciam o desejo de brincar com os desenhos animados, principalmente aqueles que têm super-heróis como personagens, os quais são objetos de apropriação, manipulação e representação do espaço escolar.

Ao se transportar para o mundo da aventura, a criança exterioriza sentimentos reprimidos, libera energia, se sente forte, poderosa e capaz de enfrentar seus medos e angústias. Ela aprende a lidar com a liberdade e o controle, deixando de agir impulsivamente para se sujeitar às regras do jogo. É importante entendê-la na perspectiva do protagonismo infantil, que produz e compartilha cultura, e você como detentor de sensibilidade para ver o lado positivo da transgressão, da incerteza, da não linearidade e da subjetividade na brincadeira.

A autora aponta as brincadeiras historiadas como uma possibilidade prática na Educação Física. Nesse sentido, ao tematizar os super-heróis, a proposta para o 2º ano é convidar os estudantes a brincar com personagens e enredos que habitam o cotidiano lúdico da infância. No 1º ano, o faz de conta será estimulado pela exploração de folhas de jornal, material reutilizável que poderá representar um tapete mágico, uma capa encantada, um monóculo interplanetário, uma espada contra as injustiças, entre outros.



PARA IR MAIS LONGE

- SILVA, Aparecida L. O. M. da; MARTINS, Aira S. R. *Contando e encantando na Educação Física*. Rio de Janeiro: Imperial Editora, 2018.

As autoras relatam o uso de narrativas orais, sobretudo de lendas folclóricas pertencentes à cultura popular brasileira, para vivenciarem brincadeiras relacionadas às lendas.



VAMOS COMEÇAR

Apresente-se para a turma propondo uma dinâmica de chamada em que cada um diz seu próprio nome e a brincadeira de faz de conta preferida como sobrenome, por exemplo: Maria Cientista, João Astronauta.

A seguir, mostre o quadro **Jogos infantis**, de Pieter Bruegel, (de forma impressa ou digital) e convide a turma do 1º ano a observá-lo atentamente para identificar os jogos e brincadeiras que conhecem.

Para tornar a atividade acessível para quem tem baixa ou nenhuma visão, leia a descrição da obra **Jogos infantis**, de 1560, apresentada na pesquisa de Marinilse Netto e colaboradores.



Em um plano levemente inclinado, de uma cor terrosa, cerca de 200 pessoas, homens e mulheres, com diferentes idades praticam ações típicas de jogos e de brincadeiras infantis, pão, boneca de madeira, jogo de bola, pino, jogo de guerra, entre as mais de 80 atividades. O cenário representa uma aldeia rural e as pessoas vestem-se de forma aparentemente igual, diferenciando-se pelo tamanho e cores das roupas de feitiço simples [...]

NETTO, M. et al. Estudos semióticos: análise perceptiva e a terceiridade peirceana na obra *Jogos infantis*, de Pieter Bruegel. *Projética*, Londrina, v. 4, n. 1, p. 259, jan./jun. 2013. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/projetica/article/view/15541>. Acesso em: 14 mar. 2025.

Aprofunde com a turma de 2º ano com as seguintes questões disparadoras:

- Esse quadro é atual ou antigo? Como você chegou a essa conclusão? Conte para os colegas e o professor.
- O que chama sua atenção ao observar as pessoas? Como elas se vestem? Como é o lugar em que estão?
- Como as crianças brincam em sua comunidade? Como é a segurança desses espaços?

Explique aos estudantes que o quadro foi pintado no continente europeu em 1560, quando as crianças europeias eram tratadas como adultos, com vestimentas e comportamentos específicos. Portanto, há uma possível inferência de que as pessoas no quadro são crianças brincando e interpretando o mundo adulto nas brincadeiras de casinha, carrinho, cavalos de pau ou cata-vento. Algumas brincadeiras que exploram o espaço e diferentes materiais são identificadas no livro de Adriana Friedmann (1996), como equilíbrio de cabo de vassoura, subir em árvore e cerca, balançar na grade, montar no barril, escalar porta, jogo de percurso, entre outros.

Incentive os estudantes a listarem as brincadeiras que conhecem, apesar da distância temporal e geográfica em relação à imagem representada, e faça o registro na lousa ou em um cartaz.

Aproveite para informar os estudantes que eles vivenciarão e planejarão brincadeiras de faz de conta explorando materiais (1º ano) e espaços da escola passando por circuitos (2º ano).

Faça um planejamento participativo com a turma; para isso, crie um quadro com os dias de aulas das próximas semanas e convide-os a dar exemplos de temas, estratégias, local e recursos necessários que seriam possíveis na escola. Ouça atentamente cada estudante, faça ponderações sobre a viabilidade de colocar em prática as ideias dadas por eles e, ao final, registre o planejamento das próximas aulas.

As atividades propostas são sugestões para você, um ponto de partida para explorar sua criatividade e motivar os estudantes a explorar a deles. Os jogos simbólicos tomam direções diversas, de acordo com o que eles inventam depois de terem a imaginação e a curiosidade despertadas.

Trata-se, portanto, de um processo de aprendizagem também da sua parte, em busca da percepção do que pode instigar a turma a se envolver na vivência das brincadeiras historiadas, no compartilhamento de fantasias, na criação de novos personagens e na atualização dos já existentes. Mais do que propor, você deve ter uma postura de escuta atenta às ideias, aos desejos e às necessidades dos estudantes, a fim de provocar a imaginação deles ao lhes propor desafios.

Entre os assuntos que poderiam fazer parte de uma história contendo elementos de aventura e/ou fantasia, incluem-se: busca do tesouro, viagem ao centro da terra, aventura intergaláctica, desbravadores da natureza, fusão de animais, a volta dos dinossauros, cientista maluco, safári, circo, piratas, astronautas, super-heróis, entre muitos outros. Vale comentar com a turma que qualquer um dos temas ou profissões citados pode ser realizado por meninos e meninas.



VAMOS VIVENCIAR!

1º ANO

Roteiro de aula: Com uma folha qualquer, imagino mil aventuras

Vamos propor uma atividade de exploração de materiais, em que se pode usar um único material (corda, bambolê, bastão, bola) e a variação nas formas de manipulá-los. Por exemplo, uma folha de jornal pode ser um tapete encantado sobre o qual todos se sentam, ou um barco.

Durante as brincadeiras da aventura historiada, faça perguntas para explorar a imaginação, o repertório cultural e motor dos estudantes, possibilitando que percebam suas potencialidades corporais e criativas durante a execução dos movimentos em relação à variação de esforço (velocidade, força), espaço (altura, distância, alcance) e direção em relação a materiais ou pessoas.

A seguir, algumas sugestões para propor com folha de jornal.



Tapete mágico: faça diferentes posições sobre o material (sentados meditando, em quadrupedia como um gato, em pé na posição de avião, com os braços abertos como um gavião). Faça perguntas sobre as bases de apoio usadas e como elas facilitaram ou dificultaram o equilíbrio. Solicite que façam uma posição e permaneçam como estátua durante uns cinco segundos.



Capa encantada: esconda-se debaixo da capa de modo que fiquem invisíveis, voem de formas variadas (bem devagar, admirando a paisagem; mais rápido do que a velocidade da luz, ziguezagueando pelos planetas) e desloquem-se de maneiras divertidas (como se estivessem à espreita, agachados; como dançarinos ao vento, com a capa à frente do corpo enquanto caminham para trás; equilibrando-se sobre um penhasco, representado por uma mureta, degrau ou outro local elevado, mas seguro).



Monóculo interplanetário (jornal enrolado em forma de tubo): explore os espaços em uma viagem entre os planetas, observe os objetos que estão acima da cabeça (nuvens, telhados, copa das árvores, passarinhos etc.). Observe objetos no horizonte (arbustos, mesas, portas, muros e janelas da escola) ou como se estivesse com uma lente de aumento (folhas, insetos ou pedras no chão).



Espada ou varinha mágica (afunile um pouco mais o jornal enrolado e prenda-o com fita-crepe): manipule a espada como um esgrimista, a varinha mágica de circo ou de fadas para transformar os objetos em seres animados. Estimule-os a brincar em duplas ou em grupos.



Rabo de animal (prenda-o na parte de trás da calça): transfigurem-se em um animal rabudo ou com rabicho. Pergunte qual é esse animal e como ele anda, foge, caça, se alimenta e se diverte. Você pode propor o jogo “pega rabo”, em que o objetivo é coletar o maior número de rabos (jornais) e, de forma simultânea, proteger o seu desviando dos colegas.



Globo alado (amasse o que restou da folha de jornal para ser usada como uma bola): lance a bola com precisão em objetos como trave, galho, poste ou parede. Estimule a criatividade da turma para que inventem movimentos inusitados combinando saltos, giros e formas diferentes de arremessarem a bola (por baixo das pernas, lateralmente, para trás etc.).

Estimule outros desafios em duplas, trios ou grupos com jogos cooperativos, em que o grupo todo tem o mesmo objetivo: acertar todas as bolas em uma caixa no tempo máximo de 30 segundos. Analise se o tempo foi suficiente e aumente ou diminua conforme necessário. Coloque a caixa em distâncias ou alturas mais desafiadoras. Proponha que os estudantes percebam as dificuldades encontradas para atingir a meta e pensem em possíveis soluções coletivas, com uns ajudando e motivando os outros.

Para vivenciarem a inclusão reversa, proponha a brincadeira da batata quente de olhos fechados: a turma deve sentar-se em círculo e cada estudante deve passar a bola para o colega ao lado, no sentido horário, ao ritmo da frase “batata quente, quente... queimou”. Quem estiver com a bola no momento do “queimou” será o responsável por repetir a frase na sequência da brincadeira. Estimule a turma a sugerir regras (mais de uma bola) e perceber as sensações ao vivenciar o jogo de olhos fechados (facilidade de atenção para ouvir a frase, dificuldade em passar ou receber a bola etc.).

Há outros jogos que podem ser vivenciados com a bola (corre cutia, quente e frio ou cadê a bola cabriola?) e uma variedade de brinquedos tradicionais que podem ser construídos com materiais reutilizáveis, como ioiô com jornal e elástico, jogos de tabuleiro com tampinhas de garrafa plástica (dama, gamão, xadrez, onça, jogo da velha), tomba-lata, saco para corrida, entre outros. Veja sugestões no infográfico.



PARA IR MAIS LONGE

- MACHADO, M. M. *O brinquedo-sucata e a criança: a importância do brincar, atividades e materiais*. 2. ed. São Paulo: Loyola, 1995.
A autora mostra como a sucata permite brincar de maneira espontânea e criativa.
- MEIA Velha Bola Nova. *FS / 1: Sésamo Workshop*, 25 jun. 2018. 1 vídeo (ca. 3 min). Publicado pelo canal Vila Sésamo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=rz9eNLzRWH4>. Acesso em: 12 fev. 2025.
Reprodução de imagens para fins educativos e, se possível, solicite que sigam as dicas de reutilização dadas pela turminha da Vila Sésamo.

2º ANO

Roteiro de aula: Superpoderes em ação

A primeira ação docente nesta proposta é verificar os materiais disponíveis na escola, como cordas, bolas, arcos e bastões, e aqueles que podem ser solicitados aos estudantes e familiares, como caixas de papelão, garrafas plásticas, latas, jornais, revistas, toalhas, lençóis velhos etc.

Além do levantamento dos materiais, é preciso observar os espaços que podem ser usados com segurança: linhas na quadra, brinquedos do parquinho, planos inclinados (barrancos), árvores, muretas, alambrados etc. Em seguida, planeje diferentes maneiras de exploração dos espaços pelos estudantes. Sugerimos a construção, por exemplo, de obstáculos a serem ultrapassados por cima ou por baixo, ro-lados, arremessados, empilhados, equilibrados, girados, entre outras possibilidades.

Incentive a turma a falar sobre super-heróis. Nesse momento, cada um deles escolherá um personagem que conheça ou que queira inventar. Pergunte qual é o poder do personagem escolhido ou criado e

convide-os a demonstrá-lo (soltar teias, como o Homem-Aranha; usar um relógio de transformação, como o Ben 10; velocidade e poder de voar das Meninas Superpoderosas, entre outros).

Na sequência, conte que os super-heróis da turma participarão de uma grande aventura, e eles terão de passar com muita coragem por uma floresta sombria cheia de desafios.

Para começar, organize os super-heróis em fila para que eles atravessem pelo circuito com as seguintes sugestões de brincadeira historiada:

Estação 1 (base estreita para se equilibrar: corda, madeira, banco sueco): passe pela ponte para conseguir chegar ao outro lado da margem sem cair nas lavas vulcânicas.

Estação 2 (obstáculos para zigue-zague: cones, garrafas plásticas, latas, pedras): A floresta está cheia de árvores tenebrosas! Tente passar por elas sem as tocar.

Estação 3 (obstáculo para saltar: cones, garrafas, caixas): Cuidado! Há grandes formigueiros pelo chão. Vocês conseguem saltá-los?

Estação 4 (apoio para rolar ou rastejar: colchonete, toalha, tapetes): Teremos que passar por dentro de uma caverna assustadora. Será necessário passar rastejando/rolando pelo chão.

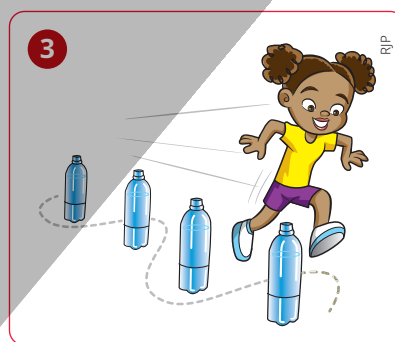
Atenção, utilize quantas estações considerar adequadas em relação ao tempo, espaços e materiais disponíveis. Para aproveitar o circuito montado, proponha que os estudantes passem várias vezes pelas estações de diferentes formas, como nos exemplos a seguir:



Agora, o desafio será em outro planeta! Vamos testar o percurso com diferentes formas de se locomover. Tensem passar apoiando-se nas pontas dos pés, com passadas encostando o dedão do pé no calcanhar, de costas ou lateralmente pelos obstáculos.



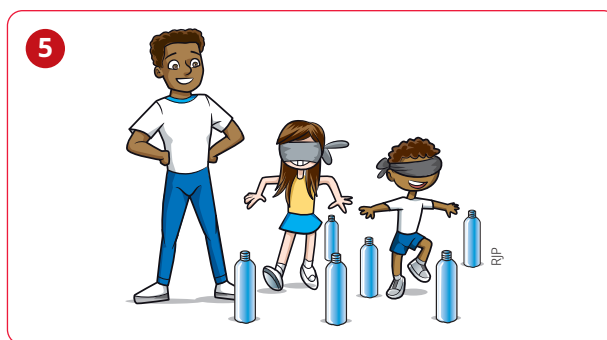
Agora, cada super-herói tem de enfrentar um desafio: passar por todo o percurso levando um ovo de um lagarto em extinção (qualquer objeto, bola de borracha, de papel) equilibrando-o, sem derrubá-lo.



Chegou a hora de testar o poder das diferentes velocidades. Temos de passar pelo obstáculo como um ninja, bem devagar, e depois o mais rápido possível. Vamos lá?



Para que ninguém se perca na floresta, vamos atravessá-la de mãos dadas (em duplas, trios ou todos juntos). Estimule que os estudantes cooperem entre si, percebendo as limitações dos colegas e ajustando suas potencialidades para passarem pelo circuito de forma coletiva.



Os super-heróis vão testar se possuem super-sentidos. Como passarão pelos obstáculos de olhos fechados? E conseguem sem flexionar ou movimentar os joelhos (ou outras articulações). Proponha que os estudantes façam duplas para que possam cooperar entre si e evitar quedas ou tropeços.

Pergunte quais as dificuldades para passar pelo circuito com os olhos fechados ou sem mover as articulações e conte que alguns super-heróis têm deficiências como: o Demolidor e o Doutor Meia-Noite são cegos; e o professor Xavier dos X-Men e a super-heroína Oráculo, são paraplégicos.



Em todas as atividades propostas neste capítulo, pode-se realizar adaptações em decorrência de diferenças individuais das crianças em relação a suas características físicas, intelectuais ou sensoriais. Se houver alguma criança com deficiência, verifique se algum estudante na turma tem mais afinidade com a criança para auxiliá-la demonstrando as atividades a serem realizadas.

Pense em modificações no ambiente, por exemplo, deixando um espaço maior entre os obstáculos para que uma cadeira de rodas passe por eles. Você pode, ainda, atribuir poderes mágicos ao estudante, como resistência das rodas da cadeira à lava vulcânica ao passar por uma das estações do circuito.

Caso haja na turma estudantes com deficiência auditiva, recorra à Língua Brasileira de Sinais (Libras) e ao uso de imagens ou demonstração feita pelos próprios colegas da turma. Em caso de deficiência visual, verifique com o estudante se ele prefere ser guiado (pelo cotovelo, pelo ombro, com a bengala, por meio de descrição verbal) e descreva em detalhes as diferentes formas e possibilidades de movimentação na brincadeira. Pode-se, ainda, construir uma maquete dos espaços físicos em que serão montadas as estações para que ele aprenda a se localizar na quadra ou ainda usar cordas para indicar o percurso do circuito.

Um recurso interessante consiste em usar um boneco humano articulado para que os estudantes sintam as partes do corpo e percebam as possibilidades de movimentação de suas articulações, características como textura, sons, temperatura, entre outras, que podem cativar estudantes com transtorno do espectro autista (TEA).



Circuito de obstáculos.



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Ao final de cada vivência, faça perguntas aos estudantes sobre as sensações e os relacionamentos que estabeleceram com os colegas de turma e com você. Veja um modelo de ficha para a autoavaliação abaixo.

Autoavaliação nas vivências (ficha para o estudante)

COM BASE NA LEGENDA ABAIXO, MARQUE UM **X** NOS ÍCONES QUE DESCREVEM MELHOR A SUA PERCEPÇÃO NAS VIVÊNCIAS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

Ilustrações: Acervo editora



POSITIVO (COMPREENDEU, GOSTOU E CONSEGUIU REALIZAR A VIVÊNCIA).



NEGATIVO (NÃO GOSTOU DA VIVÊNCIA E NÃO CONSEGUIU REALIZÁ-LA).



DÚVIDA (GOSTOU DA ATIVIDADE, MAS NÃO COMPREENDEU, NÃO CONSEGUIU REALIZÁ-LA OU APRESENTOU MUITA DIFICULDADE NA VIVÊNCIA).



CHATEADO (OCORREU ALGUM PROBLEMA NA AULA COM VOCÊ OU EM RELAÇÃO AOS COLEGAS OU AO PROFESSOR).

CAPÍTULOS	VIVÊNCIAS				
VAMOS BRINCAR	JORNAL				

Ilustrações: Acervo editora

Para a autoavaliação das vivências, explique o que cada ícone representa (positivo, negativo, dúvida e chateado) e dê um tempo para que a realizem. Seja o escriba para ajudá-los a preencher escrevendo “VAMOS BRINCAR”, em letra bastão, abaixo de **CAPÍTULO**. Abaixo de **VIVÊNCIA**, instrua-os a escrever uma palavra-chave como JORNAL ou SUPER-HERÓIS. Você ou o professor regente poderá utilizar o registro para aprofundar a apropriação das características e dos procedimentos da linguagem escrita.

Resgate as percepções, os sentimentos e as aprendizagens dos estudantes com perguntas avaliativas tais como:

- Com qual forma do jornal mutante você mais gostou de brincar? (1º ano)
- Quais foram os motivos que fizeram você escolher um super-herói e seus poderes? Como usou seus superpoderes? (2º ano)
- Que elementos facilitaram ou dificultaram a vivência nas brincadeiras? Que posição foi mais difícil de realizar? (Por exemplo, lançar a bola para trás ou equilibrar-se enquanto estava agachado.)
- Como todos foram incluídos na brincadeira? Qual foi a parte de que mais gostaram?
- Quais emoções você sentiu durante a brincadeira (prazer, medo, alegria, tristeza etc.)? Em que momento e como seu corpo reagiu?
- Você ensinou a brincadeira de faz de conta para os colegas na escola, na sua casa ou na vizinhança?

Estimule o protagonismo dos estudantes incentivando-os a participarem de jogos e brincadeiras em ambientes fora da escola. Solicite uma pesquisa sobre os espaços disponíveis no entorno da moradia de cada um e na comunidade. O levantamento pode ser feito com um familiar na própria comunidade, em *sites* de buscas ou mapas. Converse sobre os temas dos jogos simbólicos e as possibilidades de brincadeiras das quais os estudantes participaram. Em seguida, verifique se é possível ensiná-las durante as aulas.

É fundamental dividir a responsabilidade quanto à realização da pesquisa, despertando tanto o interesse por atividades fora do lar como maior convivência na comunidade, de modo a usufruir dos equipamentos de lazer disponíveis na região onde os estudantes residem.



Pautado por esse levantamento, faça um cartaz para divulgar os espaços disponíveis para a vivência das brincadeiras historiadas ou um mapa indicando os locais. Se possível, organize uma vivência em um desses espaços, convidando as famílias e a comunidade escolar para participarem dessa atividade de forma coletiva.

Explique a questão do brincar como direito de todas as crianças e inclua na pesquisa a localização de parques com brinquedos acessíveis. Veja exemplos em algumas regiões do país.

Enfatize que, desde maio de 2017, a Lei n. 13.443 obriga os parques públicos infantis a fazerem adaptações nos brinquedos. A comunidade pode reivindicar aos órgãos públicos e privados a garantia desse direito para que parques inclusivos sejam instalados na comunidade.



Alf Ribeiro/Fotoarena

Parque infantil inclusivo para crianças com limitações ou deficiência física. Marília (SP), 2023.



Valdir de Oliveira/Fotoarena

Balanço inclusivo em parque infantil. Uberlândia (MG), 2024.

POR DENTRO DO JOGO



Número de aulas sugeridas: 10 a 12 aulas para cada ano (1º e 2º).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF01, EF12EF02, EF12EF03, EF12EF04), Arte (EF15AR24), Ciências (EF01CI04), Geografia (EF01GE02, EF01GE03), História (EF01HI05), Língua Portuguesa (EF12LP06, EF01LP24), Matemática (EF01MA11, EF01MA21).

Gilles Brougère (1998) analisa a concepção de jogo relacionada à representação de criança em uma perspectiva histórica e social. Até o século XVIII, o jogo era considerado fútil; no período romântico, torna-se importante para o desenvolvimento da criança, considerada sentimental e frágil, para, finalmente, no paradigma pós-romântico, ser visto como algo resultante de aprendizagem social, quando a criança então aprende a jogar, influenciada culturalmente, com as pessoas com as quais convive.

Segundo Kichimoto (1993), o jogo tradicional faz parte da cultura popular e é um elemento espiritual de um povo. Desenvolvido pela oralidade, está sempre em transformação. A autora descreve como diferentes povos antigos brincaram dos mesmos jogos, transmitidos de uma geração a outra. No Brasil, as origens folclóricas dos jogos tradicionais infantis provêm da mistura das populações indígena, africana e portuguesa.



Brincadeiras infantis.

O jogo na perspectiva africana e indígena é o jogo da existência, da coexistência e da transcendência; é a própria vida corrente. Outros valores dos povos originários são ancestralidade, memória, oralidade e cooperativismo em suas relações. O conceito de *Ubuntu*, “eu sou porque somos”, reflete essa relação orgânica entre os membros da comunidade, visão que Desmond Tutu (2012, p. 42) sintetiza como “existir porque pertencem”.

Este capítulo tem o objetivo de preservar a cultura popular por meio das recordações dos adultos, para que os estudantes compreendam como as lembranças da infância e os saberes estão relacionados, em uma aprendizagem constante do outro que ouve e sobre si, entendendo as experiências como elementos fundamentais na construção da própria identidade.

As situações de aprendizagem possibilitarão que os estudantes pesquisem jogos e brincadeiras nas comunidades em que estão inseridos. É importante mostrar o contexto histórico, as relações sociais, as regras e suas modificações, a criatividade, a busca de soluções para conflitos e o conhecimento de suas potencialidades e capacidades.

1º ano: Familiares

- Estudante: ter contato com a própria história, aprender com os mais experientes, desenvolver competência comunicativa, fortalecer laços afetivos e dar novos significados à cultura.
- Família: relembrar brincadeiras e compreender o universo em que os estudantes vivem hoje.

2º ano: Comunidade

- Estudante: ampliar o contato social, acessar conhecimentos culturais, apropriar-se dos centros comunitários, construir relações afetivas e sua identidade.
- Comunidade (escola, bairro, clube): coeducação entre gerações.

Proposta de resgate dos jogos e das brincadeiras.

Com essa atividade, espera-se que os estudantes entendam que os mesmos jogos podem ser realizados, em diferentes partes do Brasil, com nomes e regras diferentes, em decorrência das características de cada região. Considerando que o país tem dimensões continentais, com muitas particularidades em cada região, serão fornecidos alguns exemplos de jogos e brincadeiras de distintos contextos.



VAMOS COMEÇAR

Mostre a imagem **Brincadeiras infantis** do livro, que abre o **Capítulo 2**, para a turma do 1º ano, e inicie com as seguintes perguntas diagnósticas:

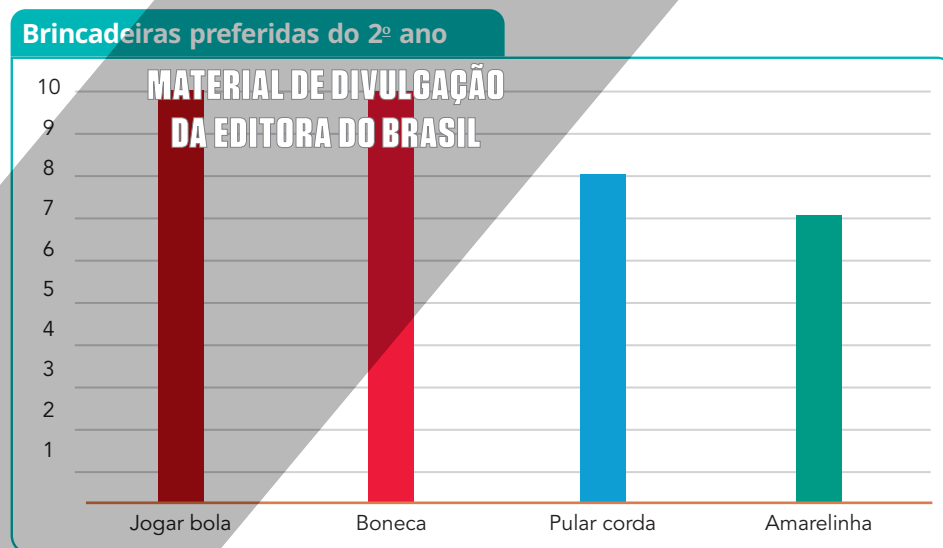
- Quais jogos e brincadeiras você identifica na imagem? Quais são os seus favoritos? Quem te ensinou?
- Sua família também brinca? Quais são as brincadeiras que já lhe ensinaram?

Para a turma do 2º ano, questione:

- Como vocês aprendem os jogos? Quem ensina as brincadeiras no seu bairro?
- Quais são os jogos e as brincadeiras preferidos que aprendeu no 1º ano? Conte para a turma e para o professor se conheceu alguma brincadeira nova.

Explique que irão vivenciar jogos e brincadeiras de que mais gostam e depois alguns que a comunidade (família para o 1º ano, escola e vizinhança para o 2º ano) irá ensinar. Faça o Planejamento Participativo e liste os nomes dos jogos e brincadeiras citados para que os estudantes escolham quais serão vivenciados durante as aulas. Construa uma tabela mostrando a frequência com que elas apareceram.

Sugira um trabalho interdisciplinar com Matemática contabilizando a frequência para que os estudantes explorem esses dados com a construção de um gráfico de colunas. Veja um exemplo.



Exemplo de gráfico com frequência do resultado das respostas da turma.

Organize as vivências dos jogos e brincadeiras preferidos com um planejamento participativo similar ao dos jogos simbólicos (páginas 16 e 17).

Depois de apresentar esse repertório de jogos e brincadeiras conhecidos, proponha às turmas uma pesquisa para identificar as práticas corporais presentes na memória dos familiares (1º ano) e da comunidade (2º ano).

Informe que cada estudante do 1º ano vai entrevistar um adulto da família (pai, mãe, avós, tias etc.) por meio do roteiro a seguir. A proposta para o 2º ano visa entrevistar uma pessoa da comunidade (funcionários da escola, professores, amigos da rua, vizinhos etc.).

As entrevistas também podem ser gravadas em áudio ou vídeo e enviadas a você (pelo canal de comunicação oficial da escola: *e-mail*, *blog*, aplicativos de mensagens). Oriente os estudantes a solicitar autorização para a gravação e agradecer ao final da entrevista. Se não for possível, o familiar poderá preencher a ficha e o estudante poderá explicar a brincadeira que foi ensinada diante da turma.

ROTEIRO DE PESQUISA

NOME: _____
QUEM SOU (GRAU DE PARENTESCO OU FUNÇÃO NA COMUNIDADE)? _____

PERGUNTAS DA ENTREVISTA

1. COM QUAIS BRINCADEIRAS VOCÊ SE DIVERTIA NA SUA INFÂNCIA?
2. ESCOLHA UMA DESSAS BRINCADEIRAS PARA ENSINAR AO ESTUDANTE.
 - QUAL É O NOME DO JOGO OU BRINCADEIRA?
 - ONDE E COM QUEM VOCÊ JOGAVA?
 - COMO SE JOGA? QUAIS SÃO AS PRINCIPAIS REGRAS?
3. ATUALMENTE, VOCÊ BRINCA DE QUE E ONDE?

Incentive os estudantes a socializarem os resultados das entrevistas, ensinando os jogos e as brincadeiras que aprenderam com os entrevistados. Verifique a viabilidade de algum familiar ou integrante da comunidade comparecer à escola para explicar e propor as brincadeiras de sua infância. Organize as atividades para incluir a visita do entrevistado e o compartilhamento dos saberes aprendidos pelos estudantes no planejamento participativo.



VAMOS VIVENCIAR!

1º ANO

Roteiro de aula: Minha família também brinca

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Após a turma compartilhar seus saberes e de seus familiares, proponha um aprofundamento sobre as variações dos jogos e brincadeiras em outras regiões do país e do mundo para ensinar a seus familiares.

Serão descritas variações de formas de se jogar cinco-marias e amarelinha, que o estudante poderá comparar com as formas que os familiares jogavam e ensiná-los, mas você poderá resgatar outros jogos populares como:

- Jogos de esconder: balança caixão, esconde-esconde, pé na lata, quente-frio, gato mia.
- Jogos em círculo: corre-cutia, batata-quente, pato pato ganso, ovo choco.
- Jogos com comando: boca de forno, mãe da rua, mestre mandou, estátua.
- Brinquedos: elástico, cavalo de pau, bambolê, carrinho de rolimã, peteca, pião, corda.
- Diversas: coelho sai da toca, passa-anel, chicotinho queimado, barra-manteiga, cadeirinha, relinho de marimba.
- Jogos de perseguição: pega-pega (corrente, pega-pô, fruta), nunca trêz, cada macaco no seu galho.

Caso opte por ensinar o jogo do pega-pega, esclareça que ele pode ter variações: personagens (policial, bruxo, caçador, zumbi); piques (parede, árvore, desenho no chão); movimento para pegar (encostando, tocando um objeto, gritando o nome); reação ao ser pego (ajuda a pegar, fica estático ou em diferentes posições como sentado, agachado, com um pé só); ser salvo (por um colega, depois de um tempo).



PARA IR MAIS LONGE

- VIEIRA, C. M. S. (org.). *Brincadeiras populares: um resgate da cultura do brincar*. São Luís: Instituto Federal de Educação, Ciência e tecnologia, 2019. Disponível em: <https://editora.ifma.edu.br/index.php/edifma/catalog/view/25/26/86>. Acesso em: 12 fev. 2025.

A autora reuniu nessa obra vários jogos populares de um município do Maranhão, como alerta, boi, cola, dono da rua, pula elástico, rabo de galo, entre outros.

- FREIRE, G. G. jogos de perseguição. In: JOGOS TRADICIONAIS. [S. l.], [201-?]. Disponível em: <https://www.jogostradicionais.org/pega-pega>. Acesso em: 12 fev. 2025.

Site em que são apresentadas variações do jogo de pega-pega.

- BRINCADEIRAS Regionais | Centro-Oeste. [S. l.: s. n.], 2 jan. 2013. 1 vídeo (ca. 5 min). Publicado pelo canal Nova Escola. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=-LxocV2TYI0&t=17s>. Acesso em: 12 fev. 2025.

Apresenta as regras de brincadeiras como corre-cutia, cinco-marias, chocolate inglês e galinha, pintinho e raposa, praticadas pelas crianças da Região Centro-Oeste do Brasil.

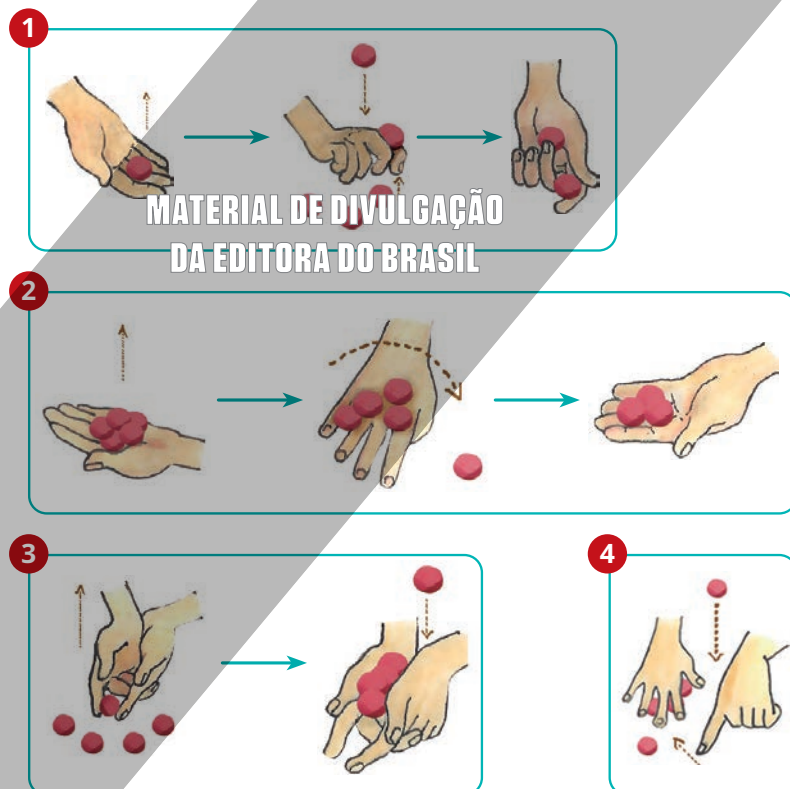
Jogo das pedrinhas e Kudoda

Os estudantes podem construir brinquedos ou jogos com materiais encontrados na natureza, com o cuidado de não arrancar galhos, flores e folhas para não estimular a depredação ambiental.

Nesta atividade, proponha o jogo das pedrinhas (podem ser conchinhas, tampinhas de garrafa plástica ou saquinhos de tecido), cinco-marias, capitão, baliza, belisco, pedrisco, xibiu, onente ou bugalha, como também é conhecido em diferentes regiões do Brasil. Explique que se joga uma pedrinha ao ar enquanto se tenta apanhar as outras quatro.

Comente que esse jogo era muito popular na Grécia e na Roma antigas, também sendo conhecido como jogo dos ossinhos, feitos de marfim ou de metais preciosos.

Veja as imagens abaixo com algumas formas de jogar apresentadas no *site* Jogos Tradicionais (Para ir mais longe):



Formas de brincar de cinco-marias com pedrinha:

1. tradicional (lançar e pegar uma por uma);
2. palma-dorso-palma (lançar e recolher a maior quantidade);
3. bico-de-pato (lançar e recolher uma por uma);
4. aranha morta (lança uma pedra e empurra outra entre os dedos).

Ilustrações: Líbia Tavares

Em vários lugares do mundo se joga com pedrinhas, veja o jogo Kudoda, do Zimbábue, descrito por Cunha (2016): Os jogadores sentam-se em um círculo. Colocam 20 pedrinhas (bolinhas, tampinhas de PET) dentro de um círculo desenhado no chão. Cada um tem uma pedrinha na mão. O primeiro jogador deve lançar sua pedra para o ar e tentar retirar o máximo de pedrinhas de dentro do círculo, antes de pegar de volta a bolinha atirada. Se os estudantes tiverem dificuldades ao tentarem fazer essa brincadeira, podem lançar uma sacola plástica em vez de uma pedrinha para aumentar o tempo de queda.

Os jogadores se revezam até acabarem as pedrinhas e quem tiver mais pedrinhas ganha a partida.



Estudantes brincando de kudoda.



PARA IR MAIS LONGE

- FREIRE, G. G. Bugalha In: JOGOS TRADICIONAIS. [S. l.], [201-?]. Disponível em: <https://www.jogostradicionais.org/bugalha>. Acesso em: 12 fev. 2025.
No site, são apresentadas formas diferentes de jogar bugalha ou cinco-marias.
- TERRITÓRIO do Brincar [...]. [S. l.: s. n.], 2016. 1 vídeo (1min52s). Publicado pelo canal território do Brincar. Disponível em: <https://territoriodobrincar.com.br/videos/territorio-do-brincar-serie-minidocs-jogos-com-pedras-nas-diversas-regioes-do-brasil/>. Acesso em: 14 fev. 2025.

Em Acupe (BA), a brincadeira se chama “capitão”: meninos e meninas buscam precisão e agilidade dos movimentos das mãos para não deixar que as pedras escapem entre os dedos.

Teca-teca e Amarelinha

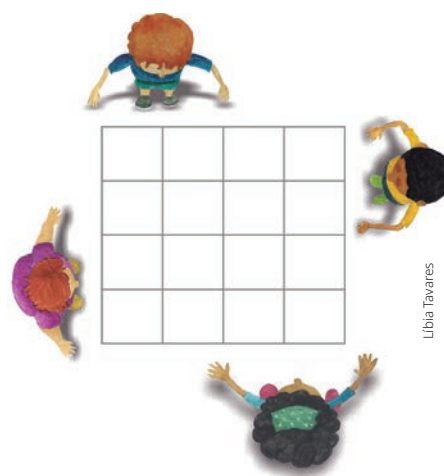
A amarelinha é uma brincadeira originada do antigo jogo romano dos odres e do jogo grego ascólias. Esse jogo visava desafiar o equilíbrio. Os participantes deveriam saltar com um pé só sobre sacos (odres) feitos com pele de bode e untados com azeite.

Com base nesse resgate histórico, apresente o jogo teca-teca, de Moçambique. Conte que, na África, há festivais dessa amarelinha, nos quais cada grupo cria a sua coreografia e escolhe a música.

No jogo teca-teca, duas crianças pulam ao mesmo tempo. Cada participante pula em um ângulo, com cada pé em um quadrado. Pulam dois quadrados simultaneamente para a direita e voltam, depois vão para a frente e repetem o movimento, indo para a direita e voltando, repetindo sempre a sequência.

Explique que algumas versões utilizam música. O número de participantes pode variar de acordo com as possibilidades da coreografia que será criada. Esta deve ser executada de forma sincronizada. Se possível, antes assista ao vídeo indicado no box **Para ir mais longe** para se familiarizar com os movimentos e depois apresente-os à turma.

Em seguida, forme duplas de estudantes e peça a eles que desenhem o teca-teca no chão. Oriente-os para que os 16 quadrados fiquem bem alinhados e tenham um tamanho que caiba o pé dentro. Deixem que explorem as diversas possibilidades de pular em duplas, lembrando que, diferentemente das amarelinhas tradicionais, nessa não usamos pedrinhas e nem há competição, acentuando o caráter cooperativo. Peça a eles que apresentem suas criações para a turma.



Teca-teca desenhada no chão.



PARA IR MAIS LONGE

- AMARELINHA Africana – Oficial. [s. l.: s. n.], 2019. 1 vídeo (ca. 1 min). Publicado pelo canal Impare Educação. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SfGfBoPIo0w>. Acesso em: 12 fev. 2025.

O vídeo demonstra como se brinca de teca teca, combinando elementos da cultura africana, como danças, ritmos e saltos.

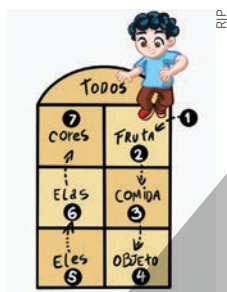
Em continuidade, apresente o objetivo da amarelinha tradicional, mostre os desenhos das cinco regiões do Brasil e proponha a construção das regras pela turma.

Objetivo: Chegar ao “céu” pisando um pé em cada quadrado após jogar uma pedra na sequência numérica, a qual não poderá ser pisada.

Explique a similaridade da “fruta, fruta, fora” com a amarelinha africana, sobretudo quando os participantes saltam em um ritmo entre as casas e fora, mas com os dois pés dizendo os nomes de frutas, comidas, objetos, meninos e meninas.

No “amarelão”, o jogador tem que saltar sem mudar a posição do corpo, saltando de costas para ir para uma casa localizada atrás, por exemplo. Na brincadeira “macaco”, quem consegue finalizar o trajeto fica de costas para jogar a pedra e ganhar uma casa que só ele poderá pisar. Já na brincadeira “academia”, deve-se saltar com uma telha (ou pedra) equilibrada no peito do pé, enquanto na “maré”, tem de saltar as casas variando as formas de equilibrar a pedra.

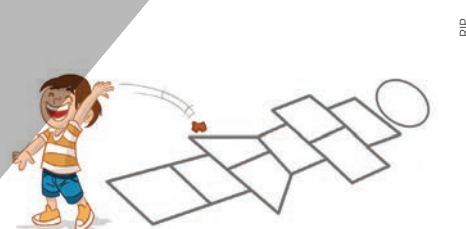
Variações do jogo da amarelinha em diferentes regiões do Brasil



Fruta, fruta, fora (Alto Paraiso – GO)



Amarelão (Londrina – PR)



Macaco (Monte do Carmo – TO)

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL



Academia (Bezerros – PE)



Maré (Medina – MG)

Fontes de pesquisa: MACACO. *Folha de S.Paulo*, São Paulo, [2011]. Mapa do Brincar. Disponível em: <http://media.folha.uol.com.br/mapadobrinca/2011/12/14/macaco-o.pdf>; MARÉ. *Folha de S.Paulo*, São Paulo, [2011]. Mapa do Brincar. Disponível em: http://media.folha.uol.com.br/mapadobrinca/2011/12/09/marea_medina_mg.pdf. Acessos em: 12 mar. 2025.

COSTA, Camilla. Fruta, Fruta, fora! *Folha de S.Paulo*, São Paulo, 6 fev. 2010. Folhinha. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/folhinha/dicas/di06021006.htm>. Acesso em: 12 mar. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA. Colégio de Aplicação. *Proposta 2 - Jogos e brincadeiras populares: amarelinha*. [Santa Catarina]: UFSC: CAPL, [2020]. Disponível em: <https://capl.paginas.ufsc.br/files/2020/04/Educacao-Fisica-Proposta-2-3-anos-04-maio.pdf>. Acesso em: 12 mar. 2025.

Verifique os jogos e brincadeiras socializados pela turma e pela comunidade escolar e proponha um aprofundamento sobre as variações dos jogos e brincadeiras em outras regiões do país e do mundo. A seguir, serão descritas possibilidades de se jogar bola de gude, cabra-cega e água-terra. Proponha que a turma aprenda essas variações para poder ensinar aos colegas de sua vizinhança e outros espaços sociais que frequenta.

Bola de gude e *hámsa ibúhesh*

Essa brincadeira tem origem em uma variante do jogo português do truco, fito ou arroula. Pode ter sido derivada de jogos realizados com pedras preciosas nas civilizações egípcias, pois foram encontradas bolinhas polidas de jade e de ágata em túmulos de crianças nas escavações arqueológicas.

No Brasil, Oliveira (2017) relata que os antigos brinquedos da cultura Guarani já estariam em número reduzido em meados do século XX, restando a peteca de palha de milho, o pião de cuia e o jogo de bolita, uma espécie de bolinha de gude que usa frutos da macaúba.

Os povos africanos também jogam com bolinhas. Veja o jogo *hámsa ibúhesh* de Marrocos, descrito por Cunha (2016, p. 95): “Cavam-se cinco pequenos buracos no chão, a um palmo de distância um do outro. Cada jogador fica a três passos de distância dos buracos e joga cinco pedrinhas ou petecas (bolas de gude) dentro dos buracos. Ganha aquele que preencher o maior número de buracos (e não aquele que colocar em cada buraco o maior número de pedrinhas)”.

Divida a turma em grupos de cinco estudantes. Faça os desenhos com giz no chão (se não houver terreno de terra ou areia para cavar os buracos) a cerca de três metros de distância para lançarem as bolinhas de gude (pedrinhas, tampinhas de garrafa plástica) para vivenciarem o jogo marroquino.

Em seguida, assista com os estudantes ao vídeo indicado no box **Para ir mais longe**, caso a escola tenha sala de informática, e mostre a eles as imagens com formas de jogar e objetivos de jogos com a bola de gude no Brasil (triângulo, serpentina, mata-mata, birosca).

Faça a mediação para que eles combinem as próprias regras para que o jogo seja justo e consigam estipular quem ganha, quando o jogador perde a vez, de onde pode-se lançar a bola, o que não é permitido fazer, entre outros.

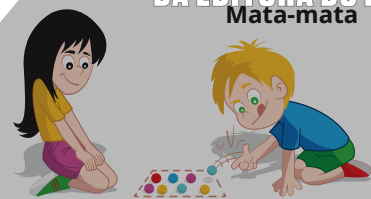
Triângulo



Tirar a bola de dentro do triângulo.

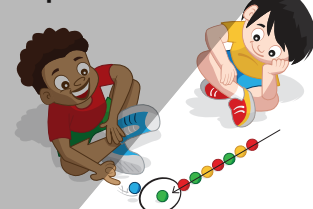
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Mata-mata

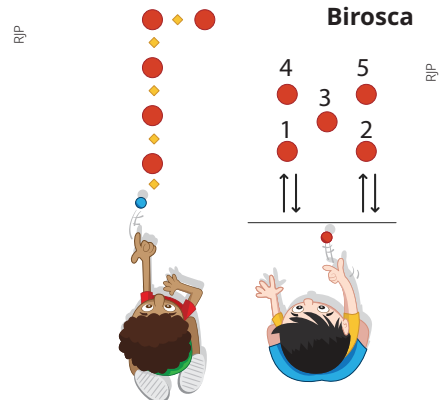


Tirar a bola de dentro do quadrado.

Serpentina



Tirar a bola de cima da linha.



Encaixar as bolinhas no trajeto.

Fonte de pesquisa: FREIRE, G. G. Bola de gude. *Jogos tradicionais*, [s. l.], [201-?]. Disponível em: <https://www.jogotradicionais.org/bola-de-gude>. Acesso em: 12 mar. 2025.



PARA IR MAIS LONGE

- TERRITÓRIO do Brincar | Série de MiniDocs | Bolinha de gude – Bairro do Arraial - Araçuaí, MG, 2016. 1 vídeo (2 min). Publicado pelo canal Território do Brincar. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=nyCnoctzvBY>. Acesso em: 12 fev. 2025.
- Veja a habilidade com que os meninos jogam “china”, como chamam o jogo da bola de gude.

Cabra-cega e mbumbe mbube

Para iniciar a brincadeira, use alguma cantiga popular. Quem ficar com a última sílaba é o escolhido.

- *Uni-duni-tê, lá em cima do piano, mamãe mandou escolher*, entre outras.

Quando a disputa ocorrer entre dois estudantes, podem ser propostos “par ou ímpar” ou “pedra, papel, tesoura” (tesoura ganha do papel, que ganha da pedra, que ganha da tesoura).

Comente que a brincadeira de cabra-cega também é chamada de pintainho, cobra-cega, bate-condê e tantanguê.

Escolha um estudante para ser a cabra-cega, coloque uma venda nos olhos, gire-o para que comece a procurar os colegas, que fazem ruídos para chamar a atenção. Se ele pegar alguém, tem de dizer o nome para trocarem os papéis. Se errar, ele continua como pegador. Se houver necessidade, diminua o espaço em que a brincadeira está sendo realizada para facilitar o alcance do objetivo pela cabra-cega. Você pode dividir a turma em dois ou três grupos para mais crianças vivenciarem ser a cabra-cega.

Relembre à turma que muitas brincadeiras são comuns em diferentes partes do mundo. Apresente um jogo que tem origem em Gana chamado *mbumbe mbube* (Leão Leão em Zulu). O objetivo do jogo é ajudar o leão a capturar o impala (antílope típico da África do Sul). O jogo inicia com todos formando um grande círculo com dois jogadores vendados no centro, um representando o leão e o outro a impala, que são girados e afastados. O leão deve se mover para pegar a impala. Quando o leão se aproxima de sua caça, as crianças devem cantar “*mbube, mbube*” alto e rápido. Se o leão se afastar, cantam mais baixo e lento.

Questione as potencialidades mobilizadas pelos estudantes vendados para identificar onde e quem estava ao seu redor e as limitações encontradas. Em interdisciplinaridade com Ciências, fale dos sentidos como audição, olfato e tato, e reforce a diversidade nas características de cada um, acolhendo e respeitando as diferenças individuais.

Caso algum estudante mostre desorientação espacial ou receio de se machucar, chame a atenção da turma para a importância da empatia para entender a insegurança do outro. Faça comparações com situações que pessoas com baixa ou nenhuma visão possuem, como o deslocamento na rua, o desnível de calçadas ou um poste à frente, e motive-os a falar sobre como ajudar pessoas com alguma dificuldade ou por meio de reivindicações relativas à acessibilidade. Com base no que sentiram durante as brincadeiras (insegurança, desorientação), estimule a turma a pensar em estratégias para incluir todas as pessoas nas atividades escolares e na vida diária como um todo.

Veja sugestões para promover a inclusão de estudantes com baixa visão ou com deficiência visual.



- Ao utilizar um local pela primeira vez, faça o reconhecimento com a criança. Apresente o que está disponível no espaço, marque pontos fixos de referência e fique atento aos obstáculos que possam causar acidentes.
- Use pista tátil para que o estudante consiga se orientar no espaço. Podem-se utilizar colchonetes para demarcar trajetórias ou colocar uma corda estendida no local, a uma altura semelhante à da cintura da criança.

Água-Tem MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

Pergunte **DA EDITORA DO BRASIL** se é um quilombo e se já ouviu falar de algum específico. Conte que eram espaços de resistência contra a escravidão. Muitos escravizados fugiam das fazendas e iam formar comunidades isoladas e distantes dos centros urbanos, com organização e leis próprias. Hoje em dia, existem as comunidades remanescentes desses quilombos.



PARA IR MAIS LONGE

- DISQUE Quilombola. [S. l.: s. n.], 2016. 1 vídeo (13 min). Publicado pelo canal Equipe Disque. Disponível em: https://youtu.be/GStv-f_bcfU. Acesso em: 12 fev. 2025.

O vídeo apresenta a conversa de crianças do estado do Espírito Santo sobre como é a vida em uma comunidade quilombola e em um morro na cidade de Vitória. Por meio da brincadeira do telefone sem fio, os dois grupos falam de suas raízes e desvelam o quanto a infância tem mais semelhanças do que diferenças.

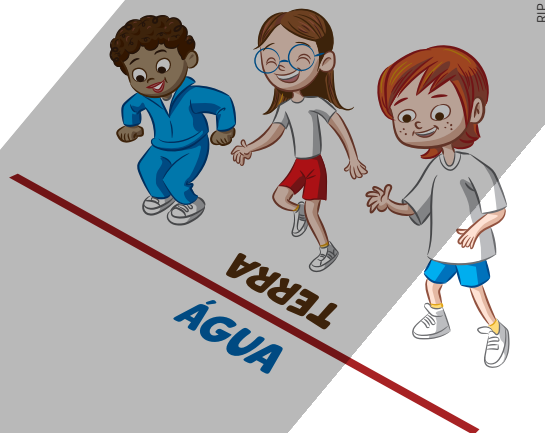
- SANTOS, Tatianne Silva; NOLL, Matias; ANDRADE, Leonardo Carlos de. *Diversão e conhecimento*: um resgate de brincadeiras e jogos da Comunidade Quilombola do Cedro. Goiânia: Instituto Federal Goiano, 2020. Apresenta jogos e brincadeiras da comunidade quilombola do Cedro (GO).

Verifique a viabilidade para assistirem ao vídeo **Disque Quilombola**, pergunte aos estudantes o que mais gostaram e o que há de comum entre eles e as crianças quilombolas. Diga que conhecerão uma brincadeira que as crianças da comunidade quilombola do Cedro brincam, a água-terra, um jogo africano conhecido em Moçambique como terra-mar.

Para brincar, trace uma linha reta ao chão e, de um lado, escreva água e, de outro, terra. Indique um estudante para dar os comandos e organize os outros atrás da linha. Quando a estudante responsável disser “água”, todos devem pular para o lado que está escrito água; quando disser “terra”, todos voltam para o lado da terra, como no velho conhecido “vivo-morto”. Quando uma criança erra, pulando para o lado errado da linha, deve sair do jogo. Veja com a turma maneiras de não excluir ninguém da brincadeira; por exemplo, em vez de eliminar os participantes, contam-se os pontos. Procure alternar os estudantes no comando.

Finalize questionando se conhecem alguma brincadeira similar e proponha o jogo morto-vivo, quando, ao comando “morto”, os estudantes têm que agachar e, no “vivo”, levantar.

Para aprofundar a questão da similaridade dos jogos quilombolas com brincadeiras que a turma conhece, escolha outros jogos descritos no livro *Diversão e conhecimento: um resgate de brincadeiras e jogos da Comunidade Quilombola do Cedro*, indicado no box **Para ir mais longe**.



Estudantes brincando de água-terra.

CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Tanto no 1º ano quanto no 2º ano, avalie como foram as brincadeiras conhecidas, aprendidas e de que mais gostaram, quais foram as dificuldades apresentadas e quais brincadeiras os estudantes querem ensinar aos familiares e amigos.

Verifique como foi a interação com os entrevistados e que sensações os estudantes tiveram durante a conversa. Ressalte a forma pelas quais as pessoas de uma geração ensinam os jogos para as de outra, além das diferentes formas de brincar, desde a sua origem no passado até chegar aos dias atuais. Caso as entrevistas tenham sido gravadas em áudio ou vídeo, pode-se construir com elas um *podcast* ou um documentário com as memórias e brincadeiras dos familiares e da comunidade.

Mostre para os estudantes outras obras de arte que tematizam jogos e brincadeiras, como a tela **Crianças na praça**, de I. M. S. que façam um desenho para o registro das brincadeiras vivenciadas e para a construção de um painel coletivo inspirado em obras artísticas. Corte uma folha de sulfite em quatro partes, entregue uma para cada estudante e, depois, recorte seu contorno para colar no painel (papel kraft).

Orientar os estudantes a representarem em um desenho as características dos jogos que aprenderam durante as aulas, destacando algumas das seguintes questões:

- Qual é a origem dos jogos e brincadeiras? Quem te ensinou?
- São praticados em outras regiões do Brasil ou do mundo? O que há em comum e diferente entre as formas de jogar?
- O que foi mais divertido no jogo? Com quem você jogou e quem você ensinou?
- Quais são as principais regras do jogo? Onde jogar e quem ganha?

Pergunte se eles desejam dar um título para a obra criada, a ser apresentada em exposição pelos corredores da escola. Faça uma ficha de cada painel, com a identificação da turma, dos estudantes, da data de conclusão, e um breve resumo do processo de criação.

Converse com a professora ou o professor de Arte, para o trabalho conjunto na curadoria da exposição ou o aprofundamento da ficha técnica das obras, a fim de propor a escrita de um texto coletivo sobre a descrição da obra e para a medição das dimensões dos painéis.



Objetos de conhecimento

- Esportes de marca.
- Esportes de precisão.

Competências específicas de Educação Física

2, 3, 4, 5, 6, 9, 10.

Habilidades da BNCC

- (EF12EF05) Experimentar e fruir, prezando pelo trabalho coletivo e pelo protagonismo, a prática de esportes de marca e de precisão, identificando os elementos comuns a esses esportes.
- (EF12EF06) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão para assegurar a integridade própria e a dos demais participantes.

Temas Contemporâneos Transversais (TCTs):

Saúde: Saúde.

Multiculturalismo: Diversidade cultural e Educação para a valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais Brasileiras.

Ciência e tecnologia: Ciência e tecnologia.

Cidadania e Civismo: Educação em direitos humanos.

Meio Ambiente: Educação Ambiental.

Apresentação

Segundo a Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018), o esporte é caracterizado pela comparação de desempenho entre grupos ou indivíduos e é regido por organizações que definem as regras de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades.

Nesta unidade, serão trabalhados os esportes classificados pela BNCC como esportes de marca e de precisão, com propostas pedagógicas que estimulam o protagonismo e a cooperação entre os estudantes. Os principais objetivos são: conhecer, vivenciar e ressignificar a diversidade dessas modalidades, relacionando-as aos contextos históricos e às regras específicas de cada uma. Além disso, busca-se compreender os efeitos da prática corporal nos sistemas do corpo humano, respeitando as diferenças individuais durante as vivências.

A unidade também contempla os **Temas Contemporâneos Transversais (TCTs)**, com destaque para o **Multiculturalismo**, por meio da abordagem de práticas corporais de origem indígena, e o **Meio Ambiente**, com a reutilização de materiais nas oficinas de construção de bolas, alvos e pinos.

O **Capítulo 1 – Às suas marcas, prontos? Já!** propõe vivências de corrida de revezamento, corrida com toras, com obstáculos, salto em distância e altura, além do arremesso de peso e lançamento de disco. O **Capítulo 2 – Acerte na mira!** inicia com o arco e flecha como ponto de partida para contextualizar os esportes de precisão. Neste capítulo, são propostas atividades como boliche, zarabatana, bocha e outros jogos que desafiam os estudantes a acertar alvos com precisão.

ÀS SUAS MARCAS, PRONTOS? JÁ!



Número de aulas sugeridas: 6 aulas para cada ano (1º e 2º anos).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF05, EF12EF06), Arte (EF15AR21, EF15AR24), Ciências (EF01CI01, EF01CI02, EF01CI04), Língua Portuguesa (EF02LP07, EF02LP12) e Matemática (EF01MA01).

Podemos definir **esporte** como práticas corporais para as quais são adotadas regras estabelecidas por órgãos oficiais (federações e confederações) de acordo com a modalidade realizada e que não podem ser modificadas pelos atletas que a vivenciam (Ramirez, 2007).

O esporte sempre esteve presente na história da humanidade, tendo como marco do seu desenvolvimento os jogos olímpicos praticados na Grécia Antiga, especificamente na cidade de Olímpia, os quais tinham como objetivo homenagear Zeus, deus da mitologia grega (Tubino, 2010).

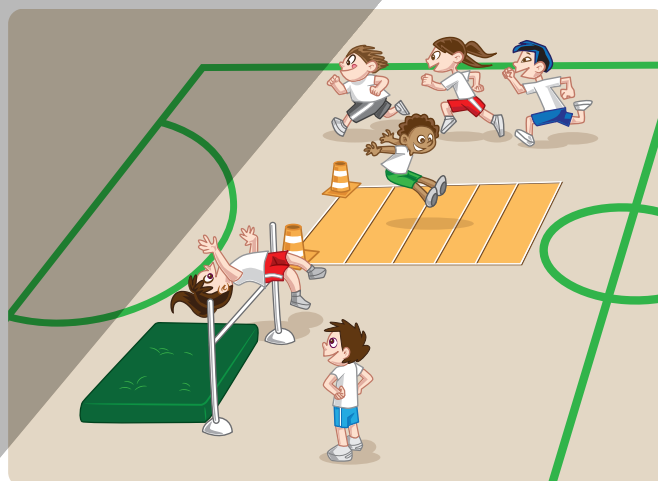
Esses jogos, praticados a cada quatro anos, faziam parte dos quatro grandes festivais religiosos celebrados na Grécia e contavam com as modalidades de atletismo, luta, boxe e pódio, provas atléticas e hípcas.

Conforme Darido e Rangel (2005), no Brasil República, houve grande investimento no esporte e fortaleceu-se a ideia do esportivismo, no qual o rendimento, a vitória e a busca pelo mais hábil e forte estavam cada vez mais presentes nas aulas de Educação Física.

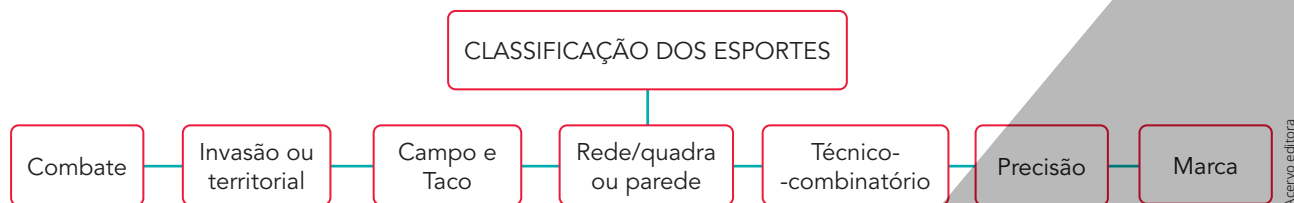
A BNCC sinaliza que o trabalho com o esporte ocorra no contexto do lazer, da educação e da saúde, sendo passível de recreação por quem se envolve com ele.

De acordo com Kunz (2014), no âmbito escolar, o esporte deve ser ensinado na perspectiva sociocultural e reflexiva, e não com a priorização de ações motoras especializadas. Assim, é fundamental que os planejamentos e as aulas contemplem a convergência entre corpo, movimento, cultura e ambiente. A ênfase está em vivenciar a modalidade como elemento da cultura corporal de movimento na perspectiva do esporte educacional e refletir sobre essas práticas, criando oportunidades para a participação de todos os estudantes nas aulas por meio da adequação de espaços, materiais e estratégias.

A classificação das modalidades esportivas apresentadas na BNCC (Brasil, 2018) é pautada pelas ações motoras intrínsecas, reunindo esportes que apresentam exigências motrizes semelhantes no desenvolvimento de suas práticas. Assim, são apresentadas sete categorias de esportes.



O atletismo se caracteriza pela diversidade de modalidades e provas.



Fluxograma elaborado a partir da Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018).

A ênfase neste capítulo será nos esportes de marca, que se caracterizam como modalidades identificadas pelos resultados registrados em segundos, metros ou quilos (Matthiesen, 2014). Alguns exemplos são: patinação de velocidade, provas de atletismo, remo, ciclismo, levantamento de peso, natação, *mountain bike* e halterofilismo.

VAMOS COMEÇAR

Para que os estudantes do 1º ano possam compreender o conceito de esporte de marca, proponha uma roda de conversa, apresente a imagem do início do capítulo e faça as seguintes questões:

- O que vocês acham que as crianças estão fazendo?
- Vocês gostam de praticar esportes? Quais já praticaram e como os conheceram? Alguém que vocês conhecem pratica esporte? Qual?
- Alguém já ouviu falar em atletismo ou em esportes de marca? Qual?

Explique para a turma o que caracteriza o esporte e que, entre as modalidades de marca, o destaque nesta unidade será para os realizados no atletismo. Conte que essa é uma das práticas esportivas mais antigas, com modalidades que compreendem os movimentos naturais do corpo humano, ou seja, desde os movimentos básicos para a sobrevivência, como corrida e saltos para fugas, lançamentos para a caça até longos deslocamentos no ambiente.

Relate aos estudantes algumas curiosidades sobre as olimpíadas, como sua origem em 776 a.C., na Grécia, na cidade de Olímpia, com o objetivo de reunir diversas regiões em um evento que priorizava a paz e a trégua das guerras que possivelmente estivessem acontecendo na época. Conte que a tocha olímpica percorre vários países do mundo como simbologia de “iluminar” todos os atletas em uma competição justa. Se possível, reproduza os vídeos indicados no **Para ir mais longe**.

Para o trabalho com os estudantes do 2º ano, questione o que eles recordam do conceito de marca discutido no ano anterior. Para ampliar o repertório de saberes da modalidade, mostre a imagem de pessoas com diferentes características praticando provas do atletismo e proponha as perguntas a seguir:

- Os esportes podem ser praticados por homens, mulheres, crianças e pessoas com deficiência?
- Quais esportes vivenciados por mulheres e por pessoas com deficiência vocês conhecem? Como são praticados?

Informe aos estudantes que eles vivenciarão atividades relacionadas às modalidades do atletismo (1º ano) e algumas adaptações para pessoas com deficiência (2º ano).

PARA IR MAIS LONGE

- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. Bragança Paulista: CBAT, [20--]. Disponível em: <https://cbat.org.br/>. Acesso em: 1 fev. 2025.
Site oficial que disponibiliza informações sobre o atletismo mundial e brasileiro.
- JOGOS olímpicos – A origem e seus símbolos – Olimpíadas [aula completa]. [S. l.: s. n.], 2022. 1 vídeo (ca. 3 min). Publicado pelo canal Bismagas Kids. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ZsVv-FSvNDw>. Acesso em: 1 fev. 2025.
O vídeo trata da origem dos jogos olímpicos de forma divertida para crianças.
- MELHORES momentos – Revezamento da Tocha Olímpica (Best of Olympic Torch Relay) – Rio 2016. [S. l.: s. n.], 2016. 1 vídeo (ca. 2 min). Publicado pelo canal Rio 2016. Disponível em: <https://youtu.be/VTpOQBAbtTA>. Acesso em: 7 jan. 2025.
O vídeo apresenta os melhores momentos do trajeto da tocha olímpica até a cidade do Rio de Janeiro.



1º ANO

Roteiro de aula: Brincando com os movimentos do atletismo

Inicie solicitando exemplos de situações em que os estudantes correm, saltam e arremessam objetos (brincadeiras, fugir de algo, ultrapassar obstáculo, arremessar papel no lixo etc.). A seguir, pergunte quais esportes com esses movimentos eles conhecem e peça que anotem no caderno as informações apresentadas pela turma.

Relacione as corridas, o salto e o arremesso ao conceito de esportes de marca e suas características, ou seja, os resultados podem ser comparados em relação ao tempo em segundos ou minutos (dependendo da extensão do percurso), pelo comprimento (metros) ou pela massa (quilos). Conte que aprenderão as modalidades esportivas que envolvem todos esses movimentos.



Crianças brincando em áreas livres.

Correr e revezar para cooperar

Pergunte para os estudantes sobre as regras de pega-pega que conhecem. Enfatize os cuidados consigo e com o outro ao correr para evitar acidentes, prestando atenção antes de mudarem de direção bruscamente para não se chocarem com os colegas.

Delimite o espaço selecionado usando cones e, com a turma, decidam os critérios para eleger cinco pegadores (ordem alfabética dos nomes, por exemplo). Em seguida, distribua tubos de papelão ou de cartolina entre os estudantes que não são os pegadores (uma média de dez bastões).

Para não ser pego por um dos pegadores, os demais estudantes deverão passar o bastão para um colega sem jogá-lo nem largá-lo no chão. Se o pegador conseguir tocar no estudante em fuga antes de ele entregar o bastão, este passa a ser o pegador. Enfatize que a turma terá de cooperar com quem estiver com o bastão para não ser pego. Proponha desafios como passar o bastão cinco vezes antes de ser pego.

Faça um intervalo e pergunte aos estudantes quais mudanças corporais percebem antes e depois da vivência. O aumento da temperatura corporal, da frequência cardíaca e o cansaço são questões que provavelmente serão mencionadas por eles.

Por fim, solicite que demonstrem as formas com que passaram o bastão para os colegas e mostre que os atletas fazem a passagem de forma mais eficiente combinando previamente se passarão o bastão por cima ou por baixo das mãos.



MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Corridas com revezamento

Apresente à turma as imagens que demonstram como é feita a passagem do bastão na modalidade corrida de revezamento. Em seguida, organize os estudantes enfileirados em duas equipes para experimentarem as formas de passarem o bastão: por baixo e por cima da palma da mão. Verifique de qual forma se sentiram mais confortáveis e se houve algum tipo de comunicação na passagem do bastão.

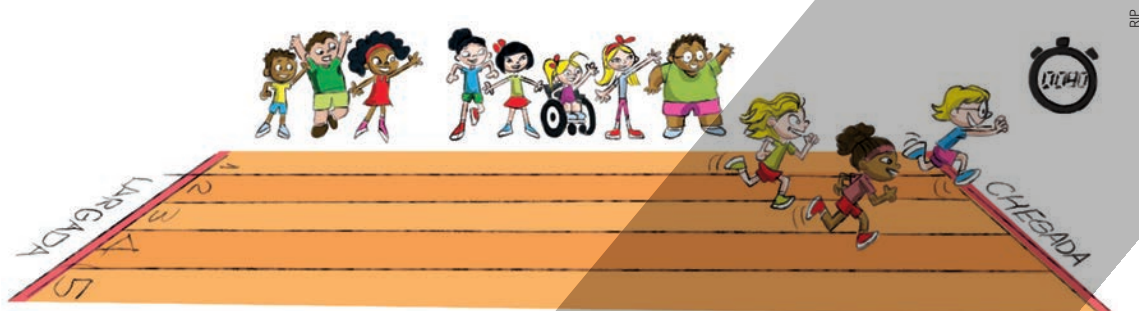
Em seguida, organize a turma em quartetos, delimite os espaços com cerca de 10 metros para a corrida e solicite que cada integrante do grupo se posicione em um dos quatro locais marcados.

Ao sinal, somente o primeiro estudante corre até o segundo, entrega o bastão e ocupa o lugar dele. O segundo, em posse do bastão, corre até o terceiro, entrega o bastão e ocupa seu lugar. E assim sucessivamente até o quarto chegar ao local do primeiro estudante.



Passagem do bastão por baixo e por cima.

Para melhor compreensão dos estudantes, demonstre com uma das equipes como ocorrerá a corrida, realizando pausas explicativas. Enfatize que a corrida com revezamento tem de ter a cooperação de toda a equipe, assim, necessitará do esforço de cada um para que consigam realizar o percurso no menor tempo possível. Reforce que é preciso comunicação e atenção ao entregar o bastão, aguardar o colega chegar para depois sair, entre outras situações que considerar necessárias. Apresente os elementos que compõem a corrida, como as raias nos 100 metros rasos, a posição, o ponto de largada, a chegada e a cronometragem para saber qual atleta realizou a corrida no menor tempo possível.



Crianças em pista de corrida.

Corrida com toras

Conte aos estudantes que existe um tipo de corrida de revezamento entre alguns grupos indígenas que se chama corrida de tora. Essa prática se popularizou entre eles e foi eleita uma das modalidades dos Jogos dos Povos Indígenas, criado em 1996.

A corrida com tora é uma prática tradicionalmente masculina, mas muitas mulheres estão participando dessas competições, como as indígenas da etnia gavião parkatêjê na imagem ao lado.

Explique que a tora pesa cerca de 100 quilos e é feita do tronco de uma palmeira. Cada etnia forma uma equipe com até 10 atletas. A largada ocorre entre duas equipes, definidas previamente por sorteio. Os competidores devem completar duas voltas na pista.

Para organizar a corrida de tora com os estudantes, utilize colchonete ou tapete de EVA enrolado e amarrado com barbante no lugar do tronco.

Divida a turma em equipes de 5 a 8 estudantes e explique que o grupo deverá correr em revezamento em que todos se comprometam no carregamento da “tora” por um período e uma distância combinados. Defina qual será a pista, como uma volta por fora da quadra.

Finalizadas as vivências, retome com os estudantes a discussão sobre as mudanças percebidas no corpo. Pergunte se sabem o porquê de tais alterações terem ocorrido.

Converse com eles sobre o sistema circulatório e sua principal função: transportar oxigênio e nutrientes ao corpo por meio do sangue. É importante um trabalho interdisciplinar com as áreas de Linguagens e Ciências da Natureza. Mostre mapas do sistema circulatório ou protótipos do coração e das artérias, e destaque que nosso corpo é formado por muitas veias e artérias por onde o sangue passa.

Peça aos estudantes que identifiquem sua frequência cardíaca (batidas do coração por minuto) localizando o coração e a artéria carótida no pescoço. Oriente para que usem apenas a ponta dos dedos, sem pressionar com força.

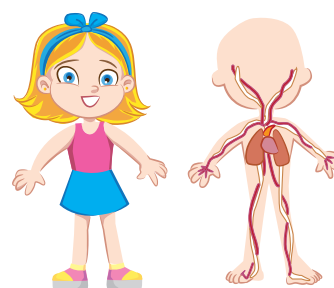
Mostre como encontrar a artéria e posicionar os dedos, ajudando quem tiver dificuldades. Eles devem perceber a diferença na frequência cardíaca antes e depois da atividade.



Mulheres da etnia gavião parkatêjê em prova de revezamento de tora. Palmas, Tocantins, 2015.

Cesar Diniz/Pulsar Imagens

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL



Sistema circulatório.

RIP

Explique que, ao correr, o coração bate mais rápido para levar oxigênio e energia ao corpo. A respiração acelera e transpiramos para regular a temperatura, perdendo água, por isso é essencial se reidratar após a aula.

Enfatize que essas reações são naturais e benéficas à saúde, pois ativam o sistema circulatório.



Aferição da frequência cardíaca.

Salto em distância

Inicie com um pega-pega que, ao ser pego, o estudante ficará parado na posição agachada e só estará salvo quando outro colega saltar sobre ele. Verifique se os estudantes têm dificuldades para realizarem os saltos; uma possibilidade é que o estudante que foi pego fique sentado com as duas pernas juntas e estendidas à frente do corpo, e quem for salvá-lo salte por cima delas.

Ao final do pega-pega, conte que conhecerão uma modalidade do atletismo, o salto em distância. Apresente a imagem do início do capítulo e, em seguida, solicite aos estudantes que identifiquem quais são os saltos em distância e em altura do atletismo. Explique que essa modalidade tem por objetivo saltar mais longe, enquanto o salto em altura tem por objetivo saltar o mais alto possível.

Proponha à turma uma vivência explorando formas criativas de saltar. Identifique, na escola, locais possíveis para realizarem os saltos, como caixa de areia e grama, e convide a turma a saltar livremente pelo espaço. Distribua colchões e/ou tatames pela quadra e peça aos estudantes que transponham os obstáculos durante a corrida.

A seguir, organize saltos com marcações. Delimite entre 6 e 8 espaços na área em que a vivência será realizada. Em cada um dos espaços, faça entre 4 e 5 linhas (com fitas métricas, barbantes ou giz de lousa) com distância aproximada de 1 metro entre elas e numere-as. Em seguida, organize a turma em grupos heterogêneos (meninos com meninas) e peça a cada grupo que ocupe a primeira linha de cada área delimitada. Entregue papel e lápis aos grupos e oriente-os a marcarem os números alcançados a cada salto.

Cada estudante do grupo saltará individualmente entre 3 e 4 saltos e observará as distâncias que conseguiu atingir em cada um desses saltos. A distância será anotada no papel disponível para o grupo. Oriente-os a observar e comparar as marcas atingidas por cada estudante em cada salto. É importante que o estudante reconheça o progresso das suas marcas em cada salto e não se compare com os colegas do grupo.

Explique as fases do salto em distância: corrida de impulsão, impulsão, voo e queda. Para isso, convide um estudante para demonstrar o salto em distância e intervenha destacando cada uma das fases.

Brincando de arremessos

Converse com a turma sobre a origem das provas de arremesso. Conte que, no século XVII, os soldados ingleses organizavam competições de balas de canhão. As bolas do arremesso do atletismo são de metal maciço, e a que as competidoras mulheres usam é diferente das utilizadas pelos homens. Comente que essa modalidade também é conhecida como competições de balas de canhão.

Separe bolas de diferentes pesos. Forme duplas e posicione-as lado a lado para evitar colisões durante a atividade. Peça aos estudantes que escolham um dos tipos de bolas disponíveis e fiquem um de frente para o outro enquanto fazem os arremessos.

Questione-os sobre a forma mais eficiente para a bola ir mais longe. Estimule os estudantes a explorar diferentes maneiras de arremesso: acima da cabeça com ambas as mãos, alternando entre a mão direita e a mão esquerda, com saltos, giros, parados, sentados, andando, correndo, de costas, de frente etc.

Leve uma bola de meia cheia de areia para experimentarem o peso e o padrão de arremesso que os atletas realizam. Mostre imagens de atletas praticando arremesso de peso e oriente a turma na execução do movimento. Reforce a necessidade de tomar cuidado consigo e com o outro na manipulação e no arremesso para que não acerte ninguém que esteja à frente ou ao lado de quem está arremessando.

Ao final, dialogue com a turma sobre as dificuldades e facilidades ao arremessar diferentes materiais, sobre os movimentos mais eficientes para alcançar maior distância ou precisão, sobre as partes do corpo e capacidades físicas estimuladas (explique a força produzida pelos músculos



Geisa Arcanjo durante o arremesso de peso no Estádio Olímpico. Londres, 2017.

Matthias Hangst / GETTY IMAGES EUROPE / Getty Images/AFP

e a importância em ativá-la nas atividades do dia a dia). Conte que os atletas necessitam de um treinamento intensivo para evitar lesões, como o atleta Darlan Romani (**Para ir mais longe**).

Oriente os estudantes sobre os cuidados com a postura corporal. Pergunte se carregam peso excessivo nas mochilas, como as acomodam no corpo e oriente-os sobre a maneira correta de carregá-las, sentar-se nas cadeiras da sala de aula ou no sofá de casa, dormir, entre outras práticas, para prevenir sobrecarga no sistema esquelético e muscular.



PARA IR MAIS LONGE

- ACOMPANHAMOS a rotina de treinos do atleta Darlan Romani. [S. l.: s. n.], 2017. 1 vídeo (ca. 4 min). Publicado pelo canal TV Brasil. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SIUo1Z57uiI>. Acesso em: 11 fev. 2025. Mostra a rotina de treinos do atleta de arremesso de peso Darlan Romani.
- CORRIDA com tora – Jogos Mundiais dos Povos Indígenas 2015. [S. l.: s. n.], 2015. 1 vídeo (ca. 1 min). Publicado pelo canal Jogos Mundiais dos Povos Indígenas.. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=9H1xzI-gWe8Y>. Acesso em: 11 fev. 2025. Animação que apresenta a corrida com tora dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas de 2015.

2º ANO

Roteiro de aula: Ampliando o conhecimento sobre os esportes

Apresente a imagem aos estudantes e pergunte o que observam. Informe os dados da legenda e conte que os atletas afro-americanos Tommie Smith, medalha de ouro, e John Carlos, de bronze, baixaram a cabeça e ergueram um braço com luva preta e punho fechado, saudação consagrada pelos Panteras Negras, durante a execução do hino americano.

Converse com a turma sobre o significado político desse gesto, que retrata a manifestação contra a discriminação e o preconceito racial nos Estados Unidos, e que se transformou em um símbolo mundial nas manifestações contra o preconceito racial em vários contextos. Comente com a turma que o esporte não pode ser um espaço para discriminação, seja ela de raça, credo, religião ou gênero, apesar dos atletas terem sido punidos devido a proibição de manifestação política no evento.

Faça as perguntas problematizadoras a seguir.

- Vocês já viram esse gesto em algum outro contexto? O que acham que significa?
- Em algum contexto você já viu esse preconceito com alguma pessoa próxima?

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Questione se a turma conhece e já viu esse gesto em algum outro contexto, se já presenciaram situações de preconceito racial em outros esportes ou com alguma pessoa próxima.

Proponha um trabalho interdisciplinar com a área de Língua Portuguesa e Educação Digital: realização de uma pesquisa sobre manifestações contra preconceito racial nos esportes. Verifique a disponibilidade de computadores com internet na escola ou em espaços públicos que possam ser usados pela turma. Ajude os estudantes com as palavras-chaves: LUTA CONTRA PRECONCEITO RACIAL NO ESPORTE. Construam cartazes, *podcasts*, vídeos e outras possibilidades discutidas com a turma e a comunidade escolar. Realizem apresentações sobre a temática para outras turmas da comunidade escolar. Se possível, em conjunto com o professor regente da turma, selecione obras da literatura infantil para a educação antirracista. No [link](https://porvir.org/educacao-antirracista-20-livros-infantis/) a seguir, estão disponíveis algumas sugestões: <https://porvir.org/educacao-antirracista-20-livros-infantis/>. Acesso em: 15 jul. 2025.



Beitmann/Getty Images

Tommie Smith (ao centro) e John Carlos (à direita) nos Jogos Olímpicos do México. Cidade do México, 1968.

Entre corridas e saltos

Apresente aos estudantes a imagem da corrida com obstáculos e pergunte se conhecem essa modalidade e explique sobre as **corridas com barreiras** (10 barreiras no percurso de 400m, 100m para as mulheres e 110m para os homens).

Para essa vivência, organize percursos com obstáculos (pneus, cordas, arcos, cones de demarcar espaços e outros objetos disponíveis). Distribua os grupos pelo espaço (preferencialmente não enfileirados) e ratifique os cuidados consigo e com o outro ao saltar sobre os obstáculos do percurso com impulsão suficiente para saltar em altura e distância adequadas para evitar que tropecem nos obstáculos.

Peça aos estudantes que identifiquem os obstáculos mais fáceis e mais difíceis que conseguiram transpor e relacione-os com a prova de corridas com barreiras. Solicite que registrem graficamente (desenhando) os obstáculos que mais gostaram de transpor.

Escute o que os estudantes têm a dizer sobre a vivência, as dificuldades que encontraram e como as resolveram. Depois da familiarização da corrida com barreiras, proponha a vivência com a marcação dos tempos e com as raias. Convide alguns estudantes para marcar o tempo dos grupo.

Conte que irão vivenciar uma brincadeira em que terão de correr e saltar: o **salto em altura**, em que se mede a distância do chão até a altura da barra saltada. Destaque que, enquanto os atletas tentam superar seus limites para alcançar a maior altura do que os demais, na escola o foco é compreender o potencial de cada um, independentemente da altura alcançada.

Organize o espaço utilizando cordas fixadas, sendo uma das pontas em uma altura baixa e a outra mais alta, para que todos saltem na altura em que se sentirem confiantes para ultrapassar a corda com segurança. Estimule outras formas para ultrapassar os obstáculos, como por baixo, incentivando a participação de todos.

Por fim, com base no que observou, enfatize com a turma os movimentos (correr e saltar) presentes na corrida com barreiras. Discuta que os movimentos de saltar e correr necessitam da força dos músculos da perna. Peça aos estudantes que os identifiquem ao fazer o movimento: quadríceps, isquiotibiais, tibial anterior e panturrilha.

Além dos músculos, os ossos também participam da produção do movimento de saltar e correr, tanto dos membros superiores como dos membros inferiores, para a cadência da corrida, impulsão e aterrissagem do salto. Utilize os recursos disponíveis na escola (digitais ou físicos) e apresente imagens dos músculos e ossos. Ressalte que, quando realizamos corridas e saltos, os sistemas muscular e ósseo se fortalecem, principalmente nas estruturas identificadas.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

Brincando DA EDITORA DO BRASIL

Com antecedência, solicite aos estudantes que tragam para a aula tampas redondas, pratos plásticos ou de papelão. Lembre-se de emitir um comunicado aos responsáveis sobre a necessidade de enviar os materiais para a vivência.

Priorize a segurança e determine a área em que os materiais serão lançados e o distanciamento entre eles para a movimentação. Convide alguns estudantes para demonstrarem os lançamentos; organize grupos e distribua os objetos para lançarem com o objetivo de alcançar a maior distância possível.

Promova um desafio de lançamentos e aproveite as demonstrações visuais dos estudantes (posição do braço, mão e rotação do corpo) para que percebam os movimentos do próprio corpo na vivência. Verifique se a turma compreende que arremesso de peso é assim chamado porque o peso sai de perto do corpo, ao passo que, nos lançamentos, o objeto (disco) está longe do corpo.



Obstáculos feitos com garrafa PET, bastão, cones e cordas.



Verifique a necessidade de auxílio para os estudantes com deficiência.



Claudiney Batista dos Santos na prova de lançamento de disco no Centro de Treinamento Paraolímpico Brasileiro em São Paulo. Campeonato Aberto de Atletismo. Abril de 2017, São Paulo, São Paulo.

Para estudantes com deficiência física nos membros inferiores, é possível fazer a atividade sentado. Proponha para toda a turma experimentar o lançamento de disco sentado em cadeiras.

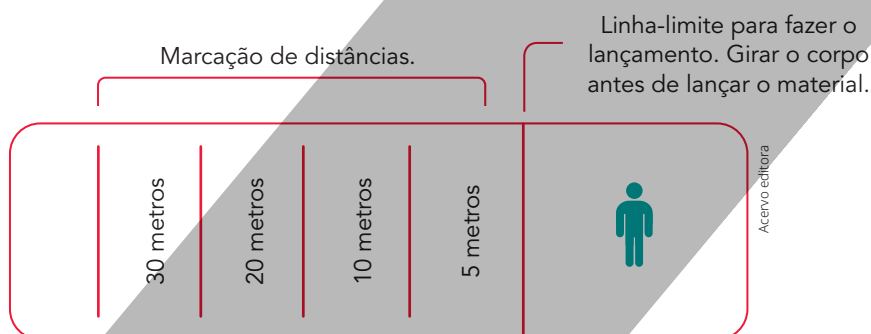
Mostre aos estudantes a imagem dessa seção que se refere ao lançamento de disco realizado pelo atleta brasileiro Claudiney Batista dos Santos, que conquistou novo recorde paraolímpico e a terceira medalha de ouro do Brasil nos Jogos Paralímpicos de Paris em 2024.

Na sequência, incentive os estudantes a participarem de uma tempestade de ideias sobre a palavra **paralimpíadas**. Relacione as palavras com a modalidade de competições paralímpicas e com as categorias de deficiência (física, auditiva, sensorial, intelectual, múltipla).

Conte a história das paralimpíadas, que tiveram o objetivo de reabilitar militares que perderam partes do corpo (uma perna, um braço ou ambos) por causa da participação na Segunda Guerra Mundial, e o médico Ludwig Guttman adaptou alguns dos esportes convencionais para que esses militares se sentissem incluídos. Essas atividades esportivas destinadas às pessoas com deficiência surgiram na cidade de Stoke Mandeville, na Inglaterra, em 1948. A primeira paralimpíada aconteceu em 1960, em Roma, na Itália.

Quanto às vivências, sugerimos duas estações para os lançamentos, que serão feitas em circuito com dois grupos: lançamento de disco em pé e sentado na cadeira.

A seguir, proponha a vivência do lançamento de olhos vendados, na primeira tentativa, e sentados na cadeira, na segunda tentativa. Por fim, organize os grupos a trocar de estação para todos vivenciarem o lançamento em pé e sentados.



Disposição dos estudantes para a atividade de lançamento de disco/martelo.

Faça uma proposta cooperativa com os grupos somando as distâncias que os estudantes conseguirem alcançar em cada lançamento, propiciando um trabalho interdisciplinar com a área de Matemática – eixos, números e operações, grandezas e medidas e tratamento da informação.



MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL

- ATLETISMO Paralímpico – Provas de Campo. [S. l.: s. n.], 2019. 1 vídeo (ca. 1 min). Publicado pelo canal Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=iTKlpWfKjig>. Acesso em: 11 fev. 2025. Depoimento dos atletas paralímpicos Claudiney Batista, de lançamento de disco, Raíssa Machado, de lançamento de dardo, e Thiago Paulino, de arremesso de peso.

Converse com a turma sobre as medidas de acesso necessárias para que as pessoas com deficiência participem de práticas corporais e consigam conviver melhor na comunidade. Conte que os atletas com deficiência física nos membros inferiores possuem cadeiras adaptadas para maior mobilidade, segurança e estabilidade na hora do lançamento. Elas são projetadas a partir de estudos para se adequarem às características do atleta e com materiais que viabilizam seu transporte para as competições (alumínio em vez de ferro, que é mais pesado).



Nas Olimpíadas de Paris, em 2024, a cidade implementou tecnologias para a acessibilidade das pessoas com diferentes deficiências que iam desde uma infraestrutura inclusiva nos estádios, com elevadores adaptados, até espaços físicos com calçadas alargadas e niveladas, instalação de pisos táteis e novas tecnologias para ajudar pessoas com deficiência visual a transitar pela cidade e pelas arenas esportivas. Entre elas, os sistemas de audiodescrição com equipamentos portáteis que narram em tempo real o que está acontecendo durante

as competições por meio de descrições detalhadas das ações, reações e emoções em campo. Outro avanço tecnológico são os *beacons* Bluetooth, pequenos dispositivos que se conectam aos *smartphones*, fornecendo orientação precisa e informações detalhadas sobre como chegar ao seu assento, onde estão os serviços mais próximos ou informações sobre os jogos em andamento.

Faça um passeio pela escola ou pelas ruas de seu entorno a fim de que a turma verifique as condições de acesso às pessoas com deficiência: rampas de acesso nos locais de circulação e no transporte público, faróis sonoros, elevadores, caixas de alimentos com descrição em *braille*, entre outros.

Para finalizar, converse com a turma sobre as percepções e desempenho ao realizar o lançamento sentado e de olhos vendados e sobre os recursos que poderiam otimizar esse desempenho.

Estimule os estudantes a perceberem as sensações e os sentimentos ao realizarem o lançamento vendados e as dificuldades e soluções encontradas na vivência na cadeira. Estimule-os a compartilhar suas ideias e verifique se gostariam de realizar novamente a vivência com as dicas dos colegas.

CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Ao final de cada vivência, os estudantes avaliarão as sensações presentes, os temas aprendidos e o relacionamento com os colegas de turma e com você, conforme a autoavaliação proposta na Unidade 1 (página 17). Verifique a percepção nas corridas nos diferentes contextos: Como foi correr cooperando com os colegas? Sentiram diferença entre a corrida com bastões e com “toras”? Destaque com a turma a discussão sobre o respeito em relação às diferenças de cada estudante no decorrer das atividades propostas, por exemplo: todas as atividades podem ser vivenciadas por pessoas com deficiência. Ressalte que o sucesso no desempenho das atividades está no esforço e envolvimento de cada um.

Para o 1º ano, sugere-se a atividade de registro abaixo, em que os estudantes citam a modalidade do atletismo. Verifique a necessidade de atuar como escriba neste momento.



NOME DA VIVÊNCIA: _____

NOME DA VIVÊNCIA: _____

Para o 2º ano, registre os conceitos exemplificados no quadro a seguir.

VIVÊNCIA	ESPORTE	OBJETIVO	MOVIMENTOS	EQUIPAMENTOS
CORRIDA COM OBSTÁCULOS				
LANÇAMENTO DE PRATOS				

Verifique se a turma do 1º ano identifica a corrida de revezamento e o arremesso de peso. Com a turma do 2º ano, analise se os estudantes reconhecem a corrida com barreiras, que tem o objetivo de realizar o percurso no menor tempo com movimentos de correr e saltar as barreiras, e o lançamento de disco, que deve ser lançado mais distante com movimentos de girar e lançar o disco.

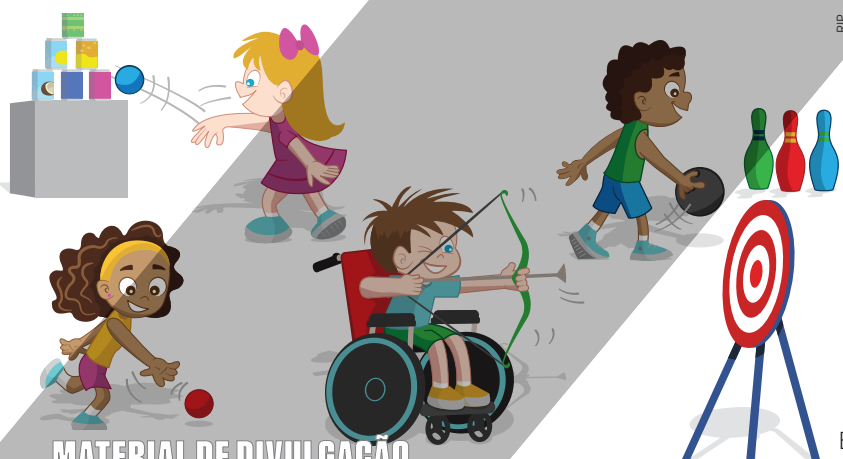
ACERTE NA MIRA



Número de aulas sugeridas: 6 aulas para cada ano (1ª e 2ª anos).

Competências específicas de Educação Física: 2, 6, 9, 10.

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF05, EF12EF06), Arte (EF15AR21, EF15AR24), Ciências (EF01CI01, EF01CI04), Língua Portuguesa (EF02LP07, EF02LP12), Matemática (EF01MA01).



Esportes de precisão.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Os esportes de precisão contemplam modalidades cujos movimentos de arremessar, rolar ou lançar um objeto têm o propósito de atingir um alvo específico estático (parado) ou em movimento. A pontuação é obtida em cada rodada e é calculada comparando a proximidade do objeto arremessado ao alvo. Entre esses esportes, podemos citar arco e flecha, bocha, boliche e sinuca (Matthiesen, 2014).

A realização desses esportes exige do praticante grande capacidade de atenção, caracterizada pela habilidade para escolher e se concentrar em um estímulo relevante e dar uma resposta a esse estímulo.

Os historiadores compreendem que a prática do arco e flecha se desenvolveu no início da civilização, possivelmente ainda na Pré-História, com o propósito de caçar animais para alimentação. Posteriormente, essa prática foi utilizada na guerra. Ao longo do tempo, o arco e a flecha foram substituídos por armas de fogo, mais eficazes. Atualmente, seu uso está restrito à caça esportiva e às competições.

Também chamado de tiro com arco, o arco e flecha foi introduzido nos jogos olímpicos em 1900 e permaneceu até 1920. Durante 52 anos, manteve-se fora da competição. Seu retorno ocorreu no ano de 1972 e perdura até os dias de hoje.

Com relação ao aprendizado dos esportes de precisão, apresentaremos uma reflexão sobre o arco e flecha para a compreensão histórica desse esporte. Além disso, serão criadas oportunidades de experimentar a vivência de bola nos alvos, com jogo de boliche para a turma do 1º ano e acerte a mira e jogo de bocha para a do 2º ano.



VAMOS COMEÇAR

Para os estudantes do 1º ano, apresente a imagem do início deste capítulo e faça os questionamentos a seguir.

- O que as pessoas estão fazendo? Qual é o objetivo delas?
- Vocês conhecem algum esporte praticado com esses equipamentos e movimentos? Qual é o nome dele?
- Vocês imaginam por que esse esporte é considerado de precisão? Quais esportes de precisão vocês conhecem?

Ouçá atentamente as respostas dos estudantes e verifique se é necessário acrescentar ou esclarecer alguma informação.

Aos estudantes do 2º ano, apresente as imagens do indígena e da mulher arqueira, e peça a eles que observem com atenção as diferenças e as semelhanças entre os dois equipamentos.

Na sequência, faça as perguntas a seguir.

- Qual é o instrumento usado pelo indígena e pela mulher arqueira? Qual é o objetivo desse instrumento? Como ele era utilizado? Esse instrumento também pode ser utilizado nas atividades esportivas? De que maneira?

De acordo com as respostas obtidas, esclareça que os indígenas empregam a técnica de arco e flecha como meio de sobrevivência na natureza (caça, pesca e defesa), o que difere do uso dado a ele pelos atletas em uma competição. Questione a opinião da turma sobre as mulheres participarem dessas práticas esportivas e de outras.

Converse com os estudantes acerca das questões de gênero, como o preconceito sofrido por atletas de algumas modalidades femininas socialmente consideradas masculinas. Pergunte se os esportes veiculados com mais frequência na mídia são masculinos ou femininos e proponha uma pesquisa com as famílias sobre qual é a opinião delas a respeito da participação das mulheres nos esportes. Oportunize momentos de socialização e debate sobre os resultados das pesquisas realizadas pelos estudantes.



Mulher arqueira com arco para competições.



Homem da etnia pataxó usando arco e flecha – Aldeia Reserva da Jaqueira, Porto Seguro, Bahia, 2024.

Chico Ferreira/Pulsar Imagens

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

DA EDITORA DO BRASIL

VAMOS VIVENCIAR!



1º ANO

Roteiro de aula: De olho no alvo!

Para essa vivência, disponibilize diferentes materiais que possam ser considerados alvos, como pneus, baldes, caixas de papelão, latas, entre outros. Posicione-os em diferentes distâncias e alturas. Amarre uma corda em um arco e o pendure na trave de gol ou em outro objeto para ser um alvo móvel.

Contextualize com a turma o significado da palavra **alvo** (meta, objetivo) e apresente a proposta da vivência: **bolas nos alvos**. Organize grupos, se possível, entregue uma bola para cada estudante e distribua todos eles pelos espaços onde se encontram os materiais que serão usados como alvos. Proponha que os estudantes explorem diferentes formas de acertar o alvo e estimule que todos façam os arremessos nos diferentes materiais.

Ao final, pergunte quais foram as estratégias para os diferentes alvos, se houve facilidades ou dificuldades, se a distância ou a altura influenciaram, como foi no alvo móvel, quais os desafios para se concentrar.

Jogo de boliche

Inicie comentando que o boliche não tem uma origem definida, mas que a sua descoberta veio de um arqueólogo inglês que, por volta do ano 1930, encontrou pinos e bolas na tumba de uma criança egípcia. Há outra suposição de que, antigamente, guerreiros de algumas tribos, após as batalhas, arremessavam os crânios de seus inimigos nos ossos de suas coxas como forma de diversão. Na Polinésia, um tipo de jogo chamado “ula Maika” teria o boliche como origem. Segundo historiadores, trata-se de um dos mais antigos esportes de bolas arremessadas, sendo considerado um irmão da bocha.

Para a vivência, organize os estudantes em pequenos grupos de até três integrantes e distribua um conjunto de dez garrafas PET (nas quais colam-se números ou letras coloridas) para serem colocadas à frente do grupo a uma distância a ser combinada com os estudantes.

Entregue uma bola para cada grupo e explique que o objetivo é derrubar o maior número de garrafas lançando a bola, um estudante de cada vez.

Inicialmente, os estudantes lançam a bola como preferirem (correndo, saltando, girando). Em um segundo momento, proponha lançamentos como os que se fazem no jogo de boliche (flexão do tronco à frente, braço de lançamento estendido e flexionado até a altura do joelho ao fazer o lançamento).

Em um trabalho interdisciplinar com o componente curricular Matemática, o grupo pode fazer a adição ou a subtração das garrafas que derrubou. Os registros podem ser feitos em uma folha ou ficha. Os cálculos também podem ser realizados mentalmente. Como sugestão, as garrafas PET podem ser produzidas com números ou letras escritas pelos próprios estudantes.

Quanto ao componente curricular Língua Portuguesa, os eixos oralidade e leitura são explorados, com a possibilidade de elaborar uma história coletiva sobre a vivência. Adicionalmente, façam jogos teatrais de mímica com a perspectiva de desenvolver diferentes maneiras de manifestação da linguagem (oral, escrita, corporal). Faça o desafio de acertar determinada letra em vez da maior quantidade possível de garrafas.



Disposição das garrafas PET com a indicação de números e letras.

Fernanda Ozlak

2º ANO

Roteiro de aula: Acerte na mira

Zarabatana

Relembre a turma de que os indígenas são excelentes nos esportes de precisão. Mencione que, além do arco e flecha, os indígenas utilizam a zarabatana, inicialmente como instrumentos de caça, mas consagrados atualmente como modalidades esportivas no torneio Jogos Indígenas do Brasil.

Apresente a zarabatana aos estudantes, um objeto de sopro que lança pequenos dardos; mostre que é possível adaptá-lo usando uma caneta e um papel.

Utilização da zarabatana por uma criança indígena.



Luciana Whitaker/Pulsar Imagens



PARA IR MAIS LONGE

- FAÇA uma zarabatana com uma caneta. [S. l.: s. n.], 2011. 1 vídeo (ca. 1 min). Publicado pelo canal Manual do Mundo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=C4aNVVCzY2Y>. Acesso em: 11 fev. 2025. O vídeo explica como fazer uma zarabatana de brinquedo.

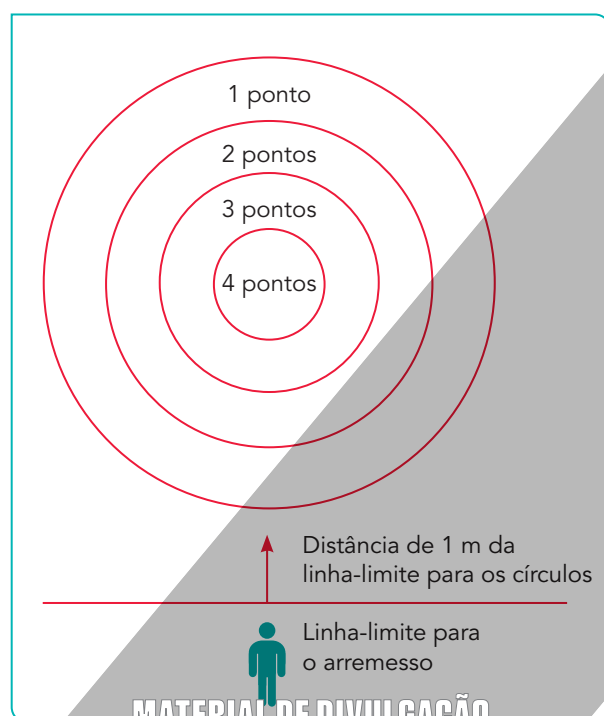
Para fazer uma zarabatana como a do vídeo do boxe **Para ir mais longe**, peça com antecedência aos estudantes que providenciem um tubo de caneta transparente e uma folha de papel, que poderá ser reaproveitada de cadernos antigos.

Organize-os em grupos de 4 a 6 estudantes para que construam suas munições de pedaços de papel amassadinhos. Cada grupo deverá fazer seu alvo, marcando a parede com giz, e colocá-lo a uma distância de aproximadamente dois metros. Essa distância poderá ser aumentada ou diminuída de acordo com os desafios de cada grupo.

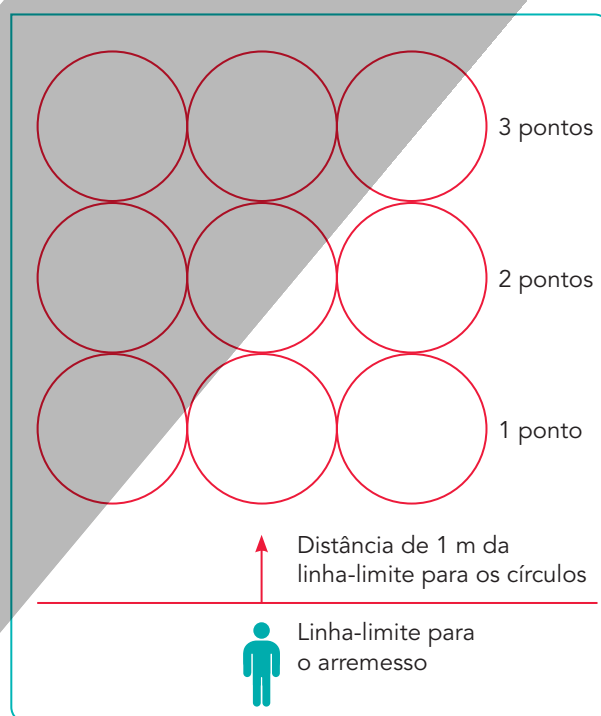
Seu grupo é bom de mira?

Organize pequenos grupos com três ou quatro estudantes e dê uma folha de papel sulfite e um lápis para cada grupo para fazer o registro das pontuações.

Peça a cada grupo que trace com giz vários círculos no chão, um dentro do outro. Indique uma pontuação para cada círculo, como no exemplo a seguir. Se os estudantes tiverem dificuldades em desenhar os círculos, é possível utilizar bambolês ou cordas no formato de círculos.



Disposição dos círculos para pontuação nos arremessos.



Disposição dos arcos com as respectivas pontuações.

Delimite uma distância entre os círculos traçados e a posição inicial dos arremessos. Peça aos membros do grupo que definam a ordem em que farão os arremessos. Entregue uma folha de papel para cada estudante para que façam bolinhas. Oriente-os sobre a forma de arremessar a bola com a mão na altura do ombro com uma sequência de três variações de movimentos: em pé sem deslocamento, correndo e arremessando e sentados em uma cadeira. A partir dessas variações, construa com a turma os critérios para a pontuação dos grupos conforme as posições ou regras em relação a ultrapassar a linha demarcada, por exemplo.

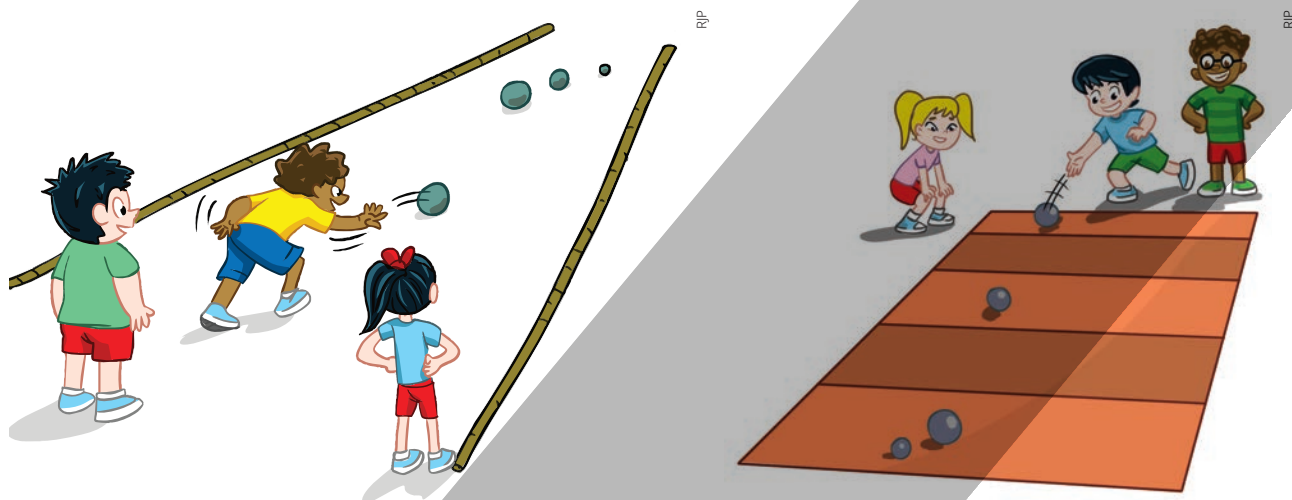
Bocha

Apresente imagens ou vídeos do esporte e comente que seu objetivo consiste em marcar pontos por meio do lançamento das bolas para que elas se aproximem de uma bola menor que recebe o nome de bolim.

Conte que uma das versões da origem da bocha, se dá no Egito e na Grécia Antiga, onde eram usados objetos de formatos esféricos, como pedras redondas. De acordo com Steiger (1987), o jogo de bocha é de origem italiana e surgiu no tempo do Império Romano, quando era praticado com o nome de *boccie*.

Defina com os estudantes a pontuação máxima para os lançamentos e a linha que demarcará até onde eles poderão lançar as bolas. Organize-os em pequenos grupos heterogêneos e solicite que criem critérios para a ordem de lançamento dos jogadores. Cada componente do grupo terá quatro bolas para serem lançadas na tentativa de se aproximarem do bolim. Sugerimos utilizar bolas de meia ou de jornal para que não rolem demasiadamente nem dificultem a aproximação do alvo. O bolim pode ser outra bola menor e de cor diferente para não haver dúvida quanto às bolas que estão sendo lançadas e a bola-alvo.

A vivência terá quatro rodadas, ao final das quais o estudante cuja bola estiver mais próxima do bolim será o vencedor. Veja abaixo as sugestões de miniquadra para a vivência da bocha.



Miniquadras para jogar bocha.



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Na **Autoavaliação**, é importante lançar algumas questões norteadoras. Para os estudantes do 1º ano:

- O que você sentiu ao vivenciar esses jogos? Pretende continuar praticando modalidades que exigem precisão?
- Você identificou os elementos importantes para ter um bom desempenho nessas vivências relacionadas aos esportes de precisão (concentração no alvo, coordenação entre os músculos para arremessar na força adequada)?

Para os estudantes do 2º ano:

- Você conhecia a origem da zarabatana e da bocha? O que achou de conhecer diferentes materiais de práticas corporais? Houve diferença no desempenho de meninas e meninos? Você mudou sua opinião a respeito das diferenças de gênero nos esportes?

Peça aos estudantes que realizem a autoavaliação presente na Unidade 1. Nela, propõe-se apreciar as sensações sobre as vivências e os conteúdos aprendidos, bem como sobre o relacionamento com os colegas de turma e o professor.

Para finalizar, com a autorização da diretoria e dos familiares, organize um passeio temático a um clube esportivo, instituto ou universidade local em que sejam realizados treinamentos de atletismo ou prática de modalidades esportivas de precisão, como clubes, parques ou aldeias indígenas, para aprofundar no conhecimento sobre sua cultura para além das práticas corporais. O objetivo é apresentar aos estudantes elementos presentes no atletismo, os equipamentos oficiais utilizados em provas oficiais e nos treinamentos, bem como promover um bate-papo com um atleta de determinada modalidade para discutir as dificuldades e as facilidades da profissão, tornando a aprendizagem mais significativa.

Convide atletas para visitar a escola e conversar com as turmas. Você também pode mostrar aos estudantes imagens impressas ou virtuais de uma pista de atletismo.

Objeto de conhecimento:

- Ginástica Geral.

Competências específicas de Educação Física:

1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10.

Habilidades da BNCC:

- (EF12EF07) Experimentar, fruir e identificar diferentes elementos básicos da ginástica (equilíbrios, saltos, giros, rotações, acrobacias, com e sem materiais) e da ginástica geral, de forma individual e em pequenos grupos, adotando procedimentos de segurança.
- (EF12EF08) Planejar e utilizar estratégias para a execução de diferentes elementos básicos da ginástica e da ginástica geral.
- (EF12EF09) Participar da ginástica geral, identificando as potencialidades e os limites do corpo, e respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.
- (EF12EF10) Descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.

Temas Contemporâneos Transversais (TCTs):

Cidadania e civismo: Vida familiar e social.

Meio ambiente: Educação para o consumo.

Multiculturalismo: Diversidade cultural.

Saúde: Saúde.

Apresentação

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

A BNCC (Brasil, 2018) classifica as ginásticas em três tipos: Ginástica Geral (GG), ginásticas de condicionamento físico e ginásticas de conscientização corporal, recomendando a ênfase na Ginástica Geral para os anos iniciais do Ensino Fundamental. Esta unidade propõe explorar a origem, os conceitos e os conteúdos da Ginástica, da GG e do Circo, valorizando a diversidade cultural (**TCT Multiculturalismo**).

O **Capítulo 1 – Vem para a Ginástica Geral** propõe aos estudantes vivenciar movimentos inspirados em animais, elementos básicos das ginásticas, habilidades motoras e atividades cooperativas, promovendo hábitos saudáveis e a consciência corporal (**TCT Saúde**). Já o **Capítulo 2 – A irreverência dos artistas circenses** apresenta manifestações corporais circenses e gímnicas, com foco nas capacidades físicas, no domínio corporal e no uso de materiais reutilizáveis, abordando o **TCT Meio Ambiente – Educação para o consumo**.

As aulas também promovem o **TCT Cidadania e civismo** ao incentivar o cuidado mútuo e a segurança, fortalecendo valores sociais. Além disso, o material destaca empatia, cooperação, inclusão e protagonismo infantil, enriquecendo as práticas pedagógicas com vivências gímnicas seguras e diversas.

TEM PARA A GINÁSTICA GERAL



Número de aulas sugeridas: 5 a 6 aulas para cada ano (1º e 2º anos).

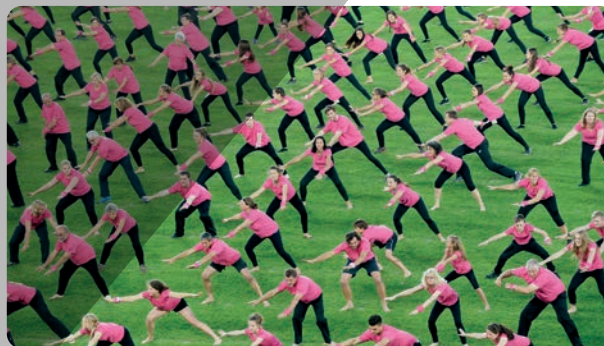
Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09, EF12EF10); Arte (EF15AR01, EF15AR10, EF15AR21); Língua Portuguesa (EF12LP04, EF02LP07, EF02LP12), Matemática (EF01MA02).

Museu Nórdico, Estocolmo



Ginástica (Escola Sueca) no início do século XX.

Mikko Siig/LEHTIKUVA/APP



Equipe mundial Internacional se apresenta no estádio olímpico em Helsinque, Finlândia, 2015.

A ação do movimento faz parte da história da humanidade. É por meio dos movimentos que experimentamos a vida. A imagem à direita, com pessoas reunidas executando movimentos acrobáticos expressivos, com suas vestimentas coloridas, é a Ginástica Geral (GG) é valiosa, pois permite maneiras distintas de experimentar a vida.

Para compreendermos as origens da ginástica, é preciso entender como o movimento se desenvolveu na história dos seres humanos. No mundo primitivo, a principal necessidade era a de sobrevivência, com movimentos feitos para buscar alimento e água, para se esconder das intempéries, para erguer uma habitação, entre outros. Somente mais tarde surgiu a conscientização relativa à realização de movimentos de forma sistemática e utilitária, com diferentes objetivos ao longo do tempo, como se vê no esquema a seguir.

A tônica da ginástica ao longo da História.

- **Pré-história (aprox. 4 000 a.C.)** – Sobrevivência.
- **Antiguidade Oriental (4 000 a.C. a 500 a.C.)** – Egito, China e Índia: valorização da força, do equilíbrio, da flexibilidade e da resistência (lutas, festividades e rituais religiosos).
- **Antiguidade Clássica (800 a.C. a 476 d.C.)** – Surgimento do termo **ginástica**: ideal de beleza humana (corpos mais expostos e valorizados); Grécia: educação corporal (Atenas) e preparação para a guerra (Esparta); Roma: atividades desportivas ligadas a questões bélicas.
- **Idade Média (476 a 1453)** – Priorização da salvação da alma em detrimento do culto ao corpo; ginástica presente na preparação militar; apresentações de artistas (trupes).

- **Idade Moderna (1453 a 1789)** – Evolução do conhecimento científico e, por consequência, da pedagogia; exercícios como agentes de educação; início da sistematização da ginástica.
- **Idade Contemporânea (1789 até os dias atuais)** – Surgimento das Escolas Europeias de Ginástica; alemã: caráter militar, considerada a precursora da Ginástica Artística; sueca: fins corretivos, capaz de extinguir os vícios posturais, de modelar as formas do corpo e até as atitudes (utilizada por muitas instituições de ensino); francesa: focada na educação e no desenvolvimento social; inglesa: jogos, atividades atléticas e esportivas.

Segundo Ramos (1982, p. 15), a ginástica, entendida como a prática do exercício físico, “[...] vem da Pré-história, afirma-se na Antiguidade, estaciona na Idade Média, fundamenta-se na Idade Moderna e sistematiza-se nos primórdios da Idade Contemporânea”. A palavra **ginástica**, de origem grega, surgiu na Antiguidade Clássica. Significa “[...] a arte de exercitar o corpo nu”, no sentido de exercitar-se sem vestes, com liberdade e pureza.

Depois da criação dos métodos ginásticos da Europa, tornou-se conhecida e praticada em grande parte do mundo. No Brasil, as principais influências vieram da Alemanha, da França e da Suécia.

O método sueco, representado na imagem à esquerda do início do capítulo, apresentava um caráter mais corretivo e pedagógico. Seu criador, Pier Henrik Ling (1776-1839), um dos precursores da Ginástica Geral Moderna, já acreditava que a prática da ginástica deveria ser acessível a todos.

Hoje, ela é definida como “[...] uma forma particular de exercitação onde, com ou sem uso de aparelhos, abre-se a possibilidade de atividades que provocam valiosas experiências corporais, enriquecedoras da cultura corporal” (Soares *et al.*, 1992, p. 77).

A Federação Internacional de Ginástica (FIG), a instituição mais antiga e com maior abrangência internacional na área, fomenta e organiza o cenário ginástico da seguinte forma:

- Modalidades competitivas – Ginástica Artística Masculina, Ginástica Artística Feminina, Ginástica Rítmica, Ginástica Acrobática, Ginástica Aeróbica e Ginástica de Trampolim.
- Modalidades não competitivas – Ginástica para Todos (Ginástica Geral).

Cabe destacar que o *parkour* também é responsabilidade da FIG.

Outra classificação muito utilizada, ampla e bem-aceita, divide-a em cinco campos de atuação, definidos por sua finalidade: condicionamento físico, competição, fisioterapia, consciência corporal e demonstração (Souza, 1997).

Com base nas classificações apresentadas, a GG é considerada uma ginástica não competitiva e de finalidade demonstrativa.

A história dessa modalidade é bastante peculiar, pois primeiro surgiram suas manifestações, os eventos e festivais, com o acúmulo de muitos adeptos. Foi somente mais tarde que a FIG atribuiu um nome a ela e providenciou sua conceituação e sua organização (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016).

No Brasil, a GG foi introduzida no Rio de Janeiro, em 1953, pela professora húngara Ilona Peuker (1915-1995), que ministrou cursos por meio dos quais difundiu essa modalidade no país. No mesmo ano, seu grupo participou da **Mostra de Ginástica Geral** (evento organizado pela FIG, que ocorre a cada quatro anos, considerado o mais importante da GG).

A GG pode ser definida como a modalidade em que são utilizados movimentos característicos de diferentes modalidades gímnicas e elementos próprios de outras manifestações da cultura corporal de movimento, como dança, teatro, circo, jogos, lutas, esportes, todos harmonizados pela música, que é parte imprescindível da GG (Paoliello, 2001). A mesma autora ressalta, ainda, algumas características relevantes dessa forma de expressão, como a inclusão, a participação de maior número de pessoas, o respeito à individualidade, o estímulo ao desenvolvimento do potencial e da criatividade de cada indivíduo.

A figura ao lado mostra a concepção de GG do Grupo de Pesquisa em Ginástica Geral da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (FEF-Unicamp), que oferece subsídios para as proposições na GG.

De acordo com Ayoub (2003), aprender Ginástica Geral na escola significa estudar, vivenciar, conhecer, compreender, perceber, confrontar, interpretar, problematizar, compartilhar, apreender as inúmeras interpretações da ginástica para, com base nesse aprendizado, buscar novos significados e criar possibilidades de expressão gímnica.



Concepção de Ginástica Geral do Grupo Ginástico Unicamp. Fonte: Souza (1997, p. 89).

Pensando na diversidade de elementos corporais presentes nas ginásticas, abordaremos neste capítulo os movimentos dos animais, as vivências cooperativas, os elementos básicos da ginástica e as habilidades motoras básicas a seguir.

- **Habilidades manipulativas:** arremessar, quicar, chutar, lançar, rebater, cabecear, agarrar, rolar.
- **Habilidades locomotoras:** andar, correr, saltar, saltitar, escorregar, escalar, rolar, desviar.
- **Habilidades de estabilização:** flexionar, equilibrar-se, estender, girar, posições invertidas.

Os elementos da ginástica são aqueles que são comuns a todas as modalidades gímnicas e que, quando combinados, formam uma sequência (série) ou uma coreografia. São eles: elementos de equilíbrio (avião, *passé*, “Y”); elementos acrobáticos (rolamentos, estrela, rodante); elementos de ligação (deslocamentos, saltos, *pivots*); elementos de flexibilidade (ponte, espacate) e elementos de força (esquados, pranchas).



VAMOS COMEÇAR

Com o olhar voltado para as origens da ginástica e seu significado no decorrer do tempo, conte aos estudantes do 1º ano um pouco sobre a importância do movimento na nossa vida e, na sequência, questione-os sobre as diferenças entre os movimentos de um bebê, de uma criança e de um adulto. Faça-os refletir se, quando uma pessoa está machucada, ela muda a forma de se movimentar e se os sentimentos das pessoas influenciam os movimentos que elas produzem. Em seguida, pergunte quais tipos de ginástica eles conhecem ou já praticaram e se já ouviram o termo “ginástica geral”.

Depois de ouvir as respostas dadas pela turma, comente como a GG pode contribuir para uma rica experiência de movimentos, conceituando-a. Ressalte que, nas práticas desse tema, eles criarão e experimentarão diversas formas de movimento até chegarem aos elementos específicos das ginásticas.

Quanto aos estudantes do 2º ano, retome a experiência vivida no ano anterior e tome nota dos conhecimentos adquiridos e das expectativas deles sobre a Ginástica Geral, utilizando essas informações para recontar a trajetória da GG no Brasil e para conceituá-la. Reforce que ela pode englobar e mesclar todas as modalidades gímnicas sem se restringir a uma em particular (Ayoub, 2003) e ressalte que não há regras rígidas preestabelecidas.

Destaque as características da GG, como: “[...] a base na ginástica, a composição coreográfica, o estímulo à criatividade, o número indefinido de participantes, a liberdade da vestimenta, a possibilidade de uso de materiais, a diversidade musical, a inserção de elementos da cultura, a não competitividade e o favorecimento da inclusão, da formação humana e do prazer pela prática” (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016, p. 27).



VAMOS VIVENCIAR!

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

1º ANO

DA EDITORA DO BRASIL

Rotina de aula: De olho na Ginástica Geral



Providencie cópias e reproduza a ficha 1A e 1B, contendo as três imagens da GG e o quadro de características de GG, respectivamente. Recorte, monte as fichas e plastifique-as. Os estudantes deverão se reunir em cinco grupos que receberão uma imagem e dois quadros cada. Peça que a observem, conversem e descrevam, oralmente, quais características da GG conseguem identificar.

O compartilhamento da imagem e das características levantadas com a turma possibilitará melhor assimilação e um aprendizado mais efetivo.

A apreciação e a identificação de formas distintas das artes visuais, neste caso, fotografias, propiciam interdisciplinaridade com Arte. Convide o professor desse componente curricular a desenvolver um trabalho paralelo com fotos, propondo outras análises ou outras imagens sobre o mesmo tema.

Como a fotografia será o principal recurso pedagógico, pense na inclusão de estudantes cegos. Sugere-se criar audiodescrições com a ajuda da turma e solicitar que um estudante represente a imagem com o corpo para facilitar a compreensão tátil. Converse com o responsável pelo Atendimento Educacional Especializado (AEE) para ajudá-lo a elaborar recursos pedagógicos eficientes, sempre que necessário.





PARA IR MAIS LONGE

- COMO audiodescrever conteúdos. UFSM: Guia Sítios, c2025. Disponível em: <https://www.ufsm.br/orgaos-suplementares/cpd/sitios/como-audiodescrever-conteudos/>. Acesso em: 11 fev. 2025.

Tutorial de audiodescrição do setor de comunicação da UFSM apresenta explicações sobre como fazer uma audiodescrição eficiente em várias situações (gráficos, diagramas, charges, HQs etc.).

Ao promover situações de leitura compartilhada de listas ou de pequenos textos durante as aulas, você colabora com o processo de alfabetização dos estudantes.



Ainda em grupos, solicite que experimentem os movimentos mais simples que aparecem nas fotografias, com o objetivo de despertar a curiosidade e o interesse pela GG.

Os movimentos dos animais

Neste momento inicial, peça aos estudantes que escolham um animal e imitem os movimentos que o caracterizam, de maneira livre e espontânea, pelo espaço. Em seguida, insira as variações de ritmos para a movimentação (rápido, moderado e lento) por meio de comandos, lembrando-os de eleger outro animal a cada troca de ritmo.

Depois, proponha que formem grupos de animais de acordo com critérios (por semelhança, ambiente ou tamanho). Assim, cada rodada resultará em conjuntos com diferentes quantidades de pessoas. Por exemplo: um grupo com dez animais terrestres (três vacas, cinco tigres e duas cobras).

Modifique o critério a cada rodada, solicitando que troquem de animal. Ajude-os a fazer a contagem total dos componentes de cada grupo formado. Reitere que o coletivo de animais representa a realização de um trabalho em grupo, que vem a ser uma das características relevantes da GG.

Na sequência, acrescente obstáculos pelo espaço (arcos, *steps*, pneus, caixas, cones deitados, garrafas deitadas, cordas etc.) e desafie os estudantes a criar soluções e estratégias para transpô-los sem deixar de imitar o animal escolhido. Estimulam-se, assim, diferentes formas de locomoção (saltar, rastejar, correr, andar equilibrando-se), em planos e níveis variados (baixo, médio, alto), em direções distintas (para a frente, para trás, para os lados) e com ou sem o auxílio dos colegas.

Ao final da vivência, incentive a turma a analisar as similaridades e as diferenças entre os movimentos dos animais representados e os dos seres humanos. Se possível, registre a vivência com fotografias. Enfatize que essa prática, de caráter mais exploratório, promoveu o reconhecimento de diversos movimentos, o que é muito valorizado na GG.

Reproduza o vídeo “Imitando os bichos” e chame a atenção para os movimentos dos animais e das crianças.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO



DA EDITORA DO BRASIL PARA IR MAIS LONGE

- IMITANDO os bichos. [S. l.: s. n.], 2014. 1 vídeo (2min56s). Publicado pelo canal Palavra Cantada Oficial. Disponível em: <https://youtu.be/slShEL-N1mA>. Acesso em: 11 fev. 2025.

Vídeo do grupo Palavra Cantada apresentando a ciranda dos bichos.

Circuito historiado: Aventura na selva

Neste circuito estão inseridos alguns elementos básicos da ginástica: o avião (equilíbrio), os rolamentos laterais e para a frente (acrobático), os deslocamentos, os saltos (de ligação) e a ponte (flexibilidade).

Convide os estudantes a participarem de um circuito historiado composto de cinco estações, cada uma das quais conta uma parte dessa grande aventura. Inicialmente, demonstre os elementos da ginástica utilizando os bonecos articulados trazidos pela turma, já que a demonstração tem papel fundamental na aprendizagem motora. Enfatize o nome de todos os elementos que compõem o circuito.

Divida a turma em cinco grupos, determine um tempo para a prática dos movimentos demonstrados e oriente sobre a troca dos grupos nas estações apresentadas a seguir.

Estação 1. Avião: A primeira estação simboliza o meio de transporte a ser utilizado para vivenciar a aventura. Sobre o colchão, praticar o avião com e sem apoio no cone (ou cadeira), sustentando-o por três segundos. Observe na imagem como o professor (ou mesmo os colegas) pode auxiliar uma pessoa com dificuldade, oferecendo sustentação no tronco e na perna.



Avião.



Deslocamento em seis apoios.

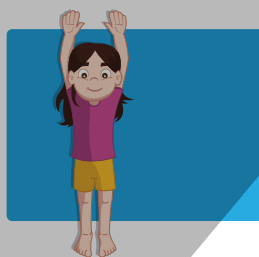
Estação 2. Carregando o tesouro: Esta estação representa o tesouro a ser conduzido pela ponte. Executar o deslocamento em seis apoios usando o banco sueco (*steps*, tampas de plinto ou um caminho desenhado com giz ou demarcado com fita-crepe), equilibrando uma bola apoiada nas costas.



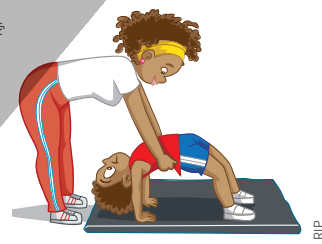
Rolamento para a frente.

Estação 3. Rolamentos: A terceira estação simula um tronco de árvore presente no percurso. Os estudantes terão de fazer rolamentos para chegar ao próximo passo da aventura. Sugerimos o rolamento lateral e o rolamento para a frente sobre alguns colchonetes.

Professor, você pode auxiliar os estudantes que demonstrarem insegurança ou dificuldade no rolamento para a frente. Para isso, instrua-os a colocar o queixo no tronco e olhar para a barriga, enquanto você protege o pescoço e auxilia-o na impulsão com a mão posta na parte posterior da perna.



Rolamento lateral.



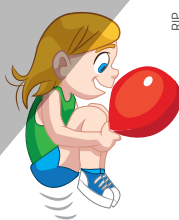
Ponte.

Estação 4. Saltos: Estação que apresenta os diversos desafios a serem superados nesta aventura. Vivenciar saltos variados segurando nas mãos uma bexiga, utilizada como recurso auxiliar na execução lúdica dos movimentos, com colchões para a aterrissagem e trampolim escolar ou plano elevado (*steps* ou plinto), de modo a aumentar o tempo de permanência na fase aérea e favorecer a execução das posições nos saltos.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL



Salto estendido no plano elevado.



Grupado.



Carpado.



Afastado.

Estação 5. Caverna: A quinta estação representa uma caverna que os aventureiros terão de percorrer. Faça a ponte sobre um colchão (ou colchonete), mantendo-a por três segundos.

Ponte: O professor (ou os colegas do grupo) pode ajudar os estudantes, sustentando-os pelos ombros, pedindo que mantenham os braços estendidos e que olhem para as mãos durante a execução.

Observe que, em movimentos cuja execução pode gerar alguma dificuldade ou receio, as ilustrações são acompanhadas de dicas de segurança e modos de auxiliar os estudantes. Caso se depare com essa situação, ofereça ajuda e incentive o auxílio mútuo entre os colegas do próprio grupo, fornecendo as devidas

orientações. O ato de ajudar consiste em aconselhar, proteger, dar confiança e cooperar, contribuindo para o sucesso dos colegas (Leguet, 1987). O mesmo autor sugere que, durante a prática da atividade gímnica, outros aspectos da dimensão social podem surgir, como agir, criar, mostrar, avaliar e organizar, e proporcionar o desenvolvimento afetivo e social dos aprendizes.

Ao final da vivência, organize uma roda de conversa e motive a turma a relembrar a nomenclatura de cada movimento, acrescentando ao final que eles correspondem aos elementos básicos da ginástica.



Com vistas a despertar o interesse pela pesquisa e pela construção de conhecimentos de forma coletiva, acompanhe os estudantes, na sala de informática, na investigação de imagens representativas de outros elementos básicos da ginástica. Se possível, imprima as imagens pesquisadas e proponha reproduzir os movimentos, desde que sejam adequados à faixa etária da turma.



PARA IR MAIS LONGE

- ARAÚJO, Carlos Manuel dos Reis de. **Manual de ajudas em ginástica**. Canos: Ulbra, 2003.

Livro que tem o objetivo de apresentar as formas corretas e seguras de ajuda na área da ginástica, com o intuito de auxiliar os professores de Educação Física.

Para que a comunicação seja eficiente na inclusão de estudantes com deficiência intelectual (DI) leve ou moderada, sugerimos que você fale usando palavras simples, faça pedidos claros e precisos, mantenha-se calmo e esteja pronto para reformular seu pedido de várias maneiras. Além disso, use exemplos concretos (diminua a abstração) e, para confirmar se ele entendeu sua mensagem, peça a ele que a repita.



Caso seja necessário, oriente um estudante da turma para acompanhar e ajudar o colega com DI nas estações, lembrando sempre de exaltar as potencialidades dele. Também é primordial buscar o diálogo com a rede de apoio do estudante para, juntos, construírem outras estratégias.

2º ANO

Roteiro de aula: Reconhecendo a Ginástica Geral

Reúna os estudantes na sala de projeção e apresente os vídeos sugeridos no box **Para ir mais longe**, que trazem momentos do evento Gymnaestrada, que é o maior evento de ginástica não competitiva do mundo, promovido pela Federação Internacional de Ginástica (FIG). Esse recurso tecnológico auxilia tanto na compreensão do conteúdo como no engajamento dos estudantes nas aulas.



PARA IR MAIS LONGE

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL

- WORLD Gymnaestrada 2015 [...]. [S. l.: s. n.], 2015. 1 vídeo (1h36min20s). Publicado pelo canal FIG. Disponível em: <https://youtu.be/wqpuTGBN5UY>. Acesso em: 11 fev. 2025.

Evento realizado em Helsinque, Finlândia, em 2015, contou com a participação de 20 grupos de ginástica de 18 países diferentes, representando todos os continentes. Destaque para a *performance* Balance, do Unicamp Gymnastics Group, representação brasileira no evento, aos 39min28s.

- WORLD Gymnaestrada [...]. [S. l.: s. n.], 2019. 1 vídeo (4min47s). Publicado pelo canal GYMNUSP EEFE e FE USP. Disponível em: <https://youtu.be/EBgW8FyahDs>. Acesso em: 11 fev. 2025.

Performance dos Gymnarteiros, ginastas brasileiros no World Gymnaestrada 2019.

Ao término da projeção, divida a turma em seis grupos e distribua as cópias do quadro de características da GG (Anexo 2B), bem como as folhas de papel *Kraft* e os marcadores atômicos. Solicite, então, que registrem as características da GG detectadas pelo grupo nas coreografias. Em seguida, cole as folhas na parede da sala ou em um mural e convide os integrantes dos grupos a ler as descobertas feitas. Neste momento, você pode complementar a fala dos grupos com características que porventura não tenham sido identificadas, exemplificando com trechos dos vídeos. Por fim, incentive os estudantes a fazerem, individualmente, alguns dos movimentos a que assistiram nos vídeos.

Ginástica cooperativa

Informe os estudantes de que a finalidade dessa prática é exercitar a cooperação e desenvolver a cultura de parceria. Logo, não se participa para ganhar, mas, sim, para atingir um objetivo comum. Assim, eles trabalharão coletivamente para solucionar os desafios ginásticos. Reforce a necessidade de atenção para adotarem procedimentos de segurança durante as vivências, como respeitar o tempo do colega, não puxar ou empurrar o parceiro de forma brusca, planejar as ações, fazer combinados, melhorar a comunicação.

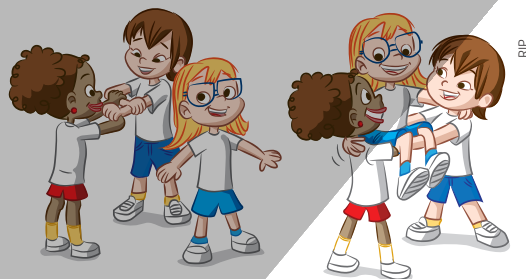
Podem contribuir para essa prática as variações (Gallahue; Donnelly, 2008) de espaço (caminhos, direções, níveis e gama), esforço (pesado ou leve, contínuo ou rápido, limitado ou livre) e relação (guiando ou seguindo, imitando, em parceria, encontrando ou afastando, atrás ou na frente, perto ou longe) durante a execução das atividades que exploram habilidades locomotoras e de equilíbrio.

Apresentamos a seguir algumas sugestões de desafios que podem ser propostos para a turma, com variações de materiais, movimentos, posições do corpo e ritmos e com a inserção de música, para nortear a vivência.

1. Incentivar diferentes formas de se movimentar e se locomover pelos espaços, em duplas e em pequenos grupos, sem a utilização de objetos.



- Variar as direções e os caminhos; inverter a posição (o tronco voltado para cima); com o auxílio de dois colegas em vez de um.



- Transportar na posição deitado; incluir mais parceiros; variar as direções e os caminhos.



- Acrescentar crianças na base ou em cima dos colegas, para transportar, mudar de posição: sentado, deitado, de pé, etc.



- Experimentar um colega de frente para o outro, de mãos dadas; variar os esforços; incluir mais um ou dois colegas (de costas) com os braços entrelaçados.

2. Incentivar os estudantes a transportar objetos, a deslocar-se ou equilibrar-se sobre eles ou se movimentar com eles, em um trabalho de cooperação, em pequenos e em grandes grupos.



- Colocar o arco em outras partes do corpo: na cintura, nos braços, nas pernas; variar as direções e os caminhos a percorrer; incluir colegas e arcos.



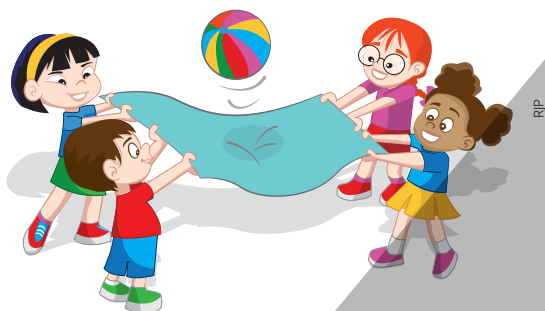
- Variar os objetos transportados e os tipos de esforço; mudar as formas de deslocamento; incluir colegas (por exemplo: quatro pessoas transportam um colchonete com duas bolas).



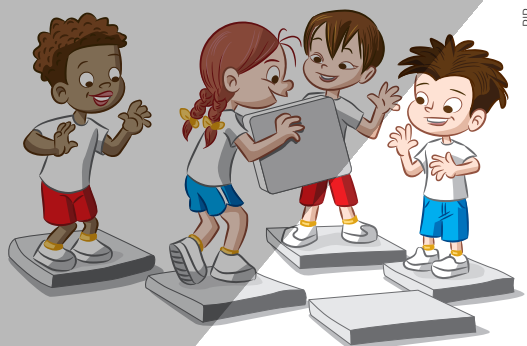
- Criar e experimentar movimentos em grupo (inclusive os gímnicos: saltos, equilíbrios), sem soltar a corda; incluir parceiros; alterar os ritmos de deslocamento.



- Equilibrar-se em pequenos grupos; transportar ou rolar o pneu no solo e empilhar (em duplas); arrastar o pneu pelo espaço com a ajuda de uma corda (em duplas).



- Lançar e recuperar um ou mais objetos com tecidos ou colchonetes; incluir mais parceiros; criar e experimentar movimentos variados segurando o tecido (com música).



- Várias pessoas no mesmo tapete de EVA ou em colchonetes, reunidas em duplas, saltam pelos colchonetes.

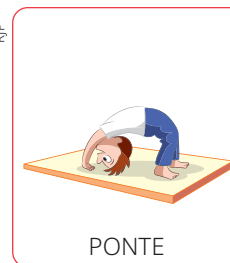
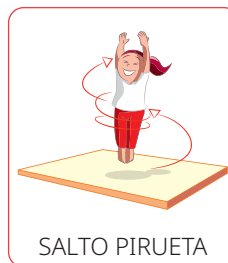
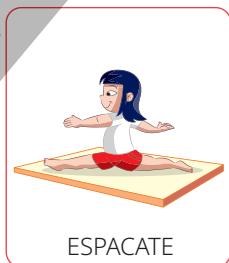
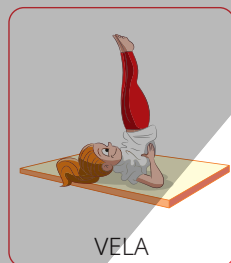
Durante as atividades, caminhe pelo espaço interagindo com os grupos. Aproveite para dar dicas, propor novos desafios e registrar em vídeos curtos a movimentação da turma.

A vivência proposta pode ser realizada em mais de uma aula. Ela promove a criação de uma infinidade de movimentos e a experimentação das habilidades motoras de locomoção, manipulação e estabilização, assim como dos movimentos gímnicos e de elementos presentes em outras manifestações da cultura corporal de movimento (jogos e brincadeiras, esportes, danças, por exemplo), sempre em colaboração, aspecto fundamental na GG. **MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL** Proponha desafios e incentive os estudantes planejarem e utilizarem estratégias para a execução dos movimentos, respeitando as diferenças individuais e ao desempenho corporal dos parceiros.

No encerramento, pergunte se, durante a realização das atividades, conseguiram solucionar os desafios apresentados e se todos participaram. Convide-os a compartilhar algumas situações interessantes vivenciadas.

Pega-pega ginástico

Para começar, apresente para a turma as cinco fichas com os elementos da ginástica: VELA, ESPACATE, AVIÃO, SALTO PIRUETA, PONTE. Convide cinco estudantes para fazer a demonstração dos elementos e ofereça dicas para a execução de cada um deles.



Em seguida, sorteie dois estudantes para serem os pegadores, utilizando coletes esportivos para se destacarem. Os demais deverão fugir pelo espaço. A cada rodada, mostre uma das fichas ao grupo e aqueles que forem pegos deverão experimentar o movimento proposto, para serem salvos e voltarem a fugir. Ao final da rodada, solicite aos que não foram pegos que realizem o movimento representado na imagem. Troque então a ficha e os dois pegadores.

Terminada a vivência, pergunte-lhes qual foi o movimento mais fácil e o mais difícil de executar, qual deles demandou mais flexibilidade, em qual foi necessário usar mais força, qual foi a sensação de girar durante o salto etc. Pergunte também se eles perceberam que alguns dos elementos representados integram outras práticas corporais – por exemplo, o espacate é usado no balé e no circo; o salto pirueta no *parkour*; a ponte, na ioga. Como forma de reforçar os conhecimentos adquiridos e de registrar a prática, peça ao grupo que desenhe, em casa, o elemento ginástico que mais gostaram de experimentar.



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Durante as situações propostas, analise o envolvimento dos estudantes, tanto nas conversas com o grupo como nas experimentações de movimentos da GG. Com base em sua observação processual cuidadosa e seus registros em um diário de bordo, você pode reduzir, manter ou ampliar as vivências sobre o tema, sempre atento às particularidades de cada turma.

Abra espaço para que os estudantes se manifestem. Peça que relatem, oralmente, o que é GG e cite características que a diferenciam das demais ginásticas. Desafie-os a comentar o que, na opinião deles, se destacou dentre as práticas experimentadas. Utilize os registros fotográficos (o movimento dos animais), as imagens pesquisadas (o circuito historiado), os registros em vídeo (ginástica cooperativa) e os desenhos dos estudantes (pega-pega ginástico) como instrumentos para enriquecer e alimentar a análise da aprendizagem. Conforme os relatos forem sendo apresentados, anote as palavras principais na lousa. Podem surgir termos como cooperação, criatividade, elementos básicos da ginástica etc.



Tais registros permitirão identificar o desenvolvimento de outra habilidade proposta pela BNCC: descrever, por meio de múltiplas linguagens (corporal, oral, escrita e audiovisual), as características dos elementos básicos da ginástica e da ginástica geral, identificando a presença desses elementos em distintas práticas corporais.

Incentive as turmas a fazerem a autoavaliação presente na Unidade 1. Nela, propõe-se apreciar as sensações sobre as vivências e os conteúdos aprendidos, bem como sobre o relacionamento com os colegas de turma e o professor. Deixe-os confortáveis para falar sobre os sentimentos experimentados ao vivenciar as propostas e destaque como um ambiente acolhedor e respeitoso entre eles favorece a participação de todos e motiva a formação da consciência dos limites e das potencialidades de cada um.

Em uma perspectiva interdisciplinar, você, os professores pedagogos e o de Arte podem organizar algumas aulas para que os estudantes do 1º e do 2º ano produzam esculturas de massinha retratando os movimentos estudados, para apresentar aos membros da comunidade escolar. O professor pedagogo poderá atribuir o nome de cada escultura e com a criação coletiva de um nome para a exposição.



**MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL**

Esta proposta incentiva o protagonismo infantil e a validação do espaço escolar como local de participação coletiva e dos estudantes como produtores de cultura.

A IRREVERÊNCIA DOS ARTISTAS CIRCENSES



Número de aulas sugeridas: 5 a 6 aulas para cada ano (1º e 2º anos).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF07, EF12EF08, EF12EF09, EF12EF10); Arte (EF15AR01, EF15AR10, EF15AR14, EF15AR21, EF15AR24); Ciências (EF01CI01, EF01CI04); Língua Portuguesa (EF12LP04, EF02LP07, EF02LP16, EF12LP18).

A Trupe Acrobática de Shandong, o Cirque du Soleil e o Circo Imperial da China são exemplos admiráveis da combinação perfeita entre ginástica e circo. A GG, por abarcar diversas possibilidades corporais, consegue dialogar e interagir com outras manifestações da cultura corporal de movimento, como é o caso das artes circenses. Assim, a presença de atividades ligadas ao mundo do circo na GG contribui para a vivência de experiências enriquecedoras de aprendizagem, com um conteúdo amplo relativo a acrobacias, manipulações, equilíbrios e encenação. Veja o quadro a seguir.



Stephane Cardinale - Corbis/Corbis/Getty Images

Trupe Acrobática de Shandong durante o 44º Festival Internacional de Circo, Mônaco, 2020.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO das artes circenses por unidades didático-pedagógicas:

DA EDITORA DO BRASIL		
Unidades didático-pedagógicas	Blocos temáticos	Modalidades circenses
Acrobacias	Aéreas	Trapézio fixo; tecido; lira; corda.
	Solo/Equilíbrios acrobáticos	De chão (solo); paradismo (chão e manjotas); poses acrobáticas em duplas, trios e grupo.
	Trampolinismo	Trampolim acrobático; minitramp; maca russa.
Manipulações	De objetos	Malabarismo.
		Prestidigitação e pequenas mágicas.
Equilíbrios	Funambulescos	Perna de pau; monociclo; arame; corda bamba; rolo americano (rola-rola).
Encenação	Expressão corporal	Elementos de artes cênicas, dança, mímica e música.
	Palhaço	Diferentes técnicas e estilos.

Fonte: Duprat (2007).

O mundo do circo desperta o interesse das crianças e oferece aos participantes a oportunidade de superar desafios corporais e de desenvolver a expressão corporal, a cooperação e a criatividade.

As manifestações corporais das culturas circense e gímnica apresentam várias modalidades diferentes, com uma base motora comum, o domínio corporal e de objetos. Por essa razão, podem ser abordadas conjuntamente no âmbito escolar.

Este capítulo contempla ainda as capacidades físicas (ou motoras), as quais podem ser entendidas como as qualidades gerais de uma pessoa. Determinadas geneticamente e influenciadas por experiências de aprendizagem, elas permitem o desenvolvimento de habilidades (Barbanti, 2005) e se constituem em componentes que caracterizam as diferenças individuais, facilitadoras ou limitadoras da execução de determinada tarefa.

Cada gesto, exercício ou atividade física é o resultado da solicitação de várias capacidades físicas, classificadas por Barbanti (2005) em: **condicionais** (fundamentadas na eficiência do metabolismo energético, como força, velocidade e resistência); **coordenativas** (regulam e controlam o movimento, como a coordenação motora, a reação motora, o ritmo e a antecipação); **amplitude nas articulações** (relacionadas à flexibilidade das articulações e à elasticidade da musculatura).

Para facilitar o ensino da ginástica, podemos dividir as capacidades físicas em três grupos (Araújo; Guzzoni, 2016).

1. Força, velocidade, resistência e potência.
2. Coordenação motora, flexibilidade corporal e equilíbrio motor.
3. Orientação cinestésica, espaço-temporal, estruturação do esquema corporal e expressão corporal.

Ao estimular as capacidades físicas nos estudantes, por meio das práticas corporais, incentivamos suas potencialidades.



VAMOS COMEÇAR

Estabelecida a relação entre a GG e as atividades circenses, é importante destacar que as vivências focam o malabarismo (com materiais alternativos) e as práticas de equilíbrio em aparelhos (pé de lata e perna de pau).

A BNCC assim define o malabarismo:

Prática corporal milenar que consiste em manipular um ou mais objetos, arremessando-os ao ar de forma alternada, em um movimento contínuo, sem perder o controle ou mantendo-os em equilíbrio. Os jogos de malabar caracterizam-se por sua dificuldade e beleza, desafiando o jogador (malabarista) a aprender técnicas específicas, utilizando diversas partes do corpo, principalmente as mãos (Brasil, 2018, p. 217).

Bortoleto (2008) ressalta que o malabarismo não está somente vinculado ao circo, visto se tratar de uma atividade de manipulação e controle de objetos no ar. Por definição, é a operação de recolher de forma contínua, seguindo uma trajetória similar, uma série de objetos em número superior ao de mãos. O autor cita os seguintes tipos de malabarismo:

- Lançamentos ou intercâmbios: ato de lançar e recepcionar objetos, sempre com mais objetos do que mãos utilizadas e normalmente com o propósito de formar figuras complexas (bolas, massas, argolas ou aros, caixas, lenços de tule).
- Balanceios ou equilíbrio dinâmico: ato de manter em equilíbrio um ou mais objetos em qualquer parte do corpo (manipular em equilíbrio bastões, arcos, cadeiras).
- Giroscópicos: manipulação de objetos que giram, como o prato, o *swing* com fita, a bandeira, o ioiô.
- Contato: manipulação de um objeto ou grupos de objetos em contato com o corpo e geralmente com lançamentos e giros. Podem-se utilizar bolas, bastões, chapéus, entre outros objetos.

Por englobar movimentos de várias modalidades gímnicas e elementos próprios de outras manifestações da cultura corporal, a GG abarca ampla gama de movimentos e possibilita o desenvolvimento de todas as capacidades físicas.

Para apresentar o tema, comente com os estudantes que o nosso corpo é uma potência com muitas capacidades físicas, explicando-as, resumidamente. Em seguida, peça que deem exemplos de pessoas ou personagens com capacidade física muito evidente ou predominante. Veja os exemplos: **velocidade** – super-herói Flash, **flexibilidade** – uma contorcionista, **agilidade** – a personagem Mulan (Disney) e **coordenação motora** – uma bailarina.



VAMOS VIVENCIAR!

1º ANO

Roteiro de aula: Flexibilidade e equilíbrio

Convide os estudantes a se voluntariarem para relatar em quais momentos da rotina eles percebem que o equilíbrio e a flexibilidade são exigidos. Esclareça que há dois tipos de equilíbrio, o **estático** (adquirido em determinada posição) e o **dinâmico** (adquirido durante o movimento).

Orientar-os para que se espalhem pelo espaço, em duplas. Cada dupla formada receberá inicialmente uma corda (para os movimentos que exigem equilíbrio dinâmico) e depois um colchonete (para os movimentos que exigem flexibilidade e equilíbrio).

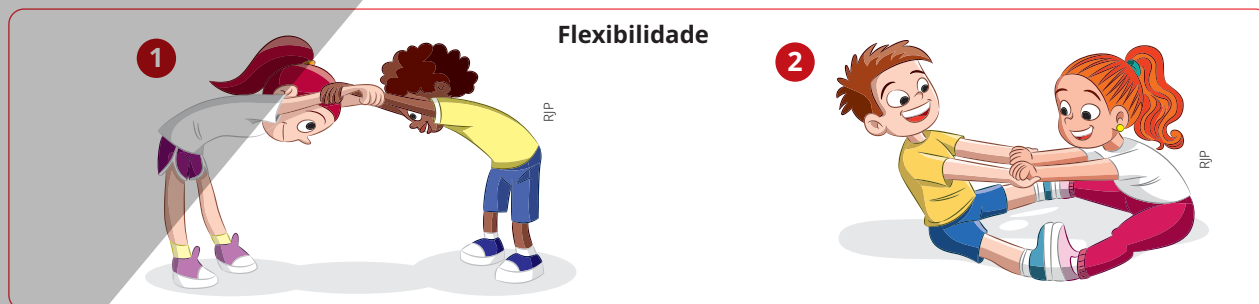
Cordas (ou linhas desenhadas no chão com giz de lousa)

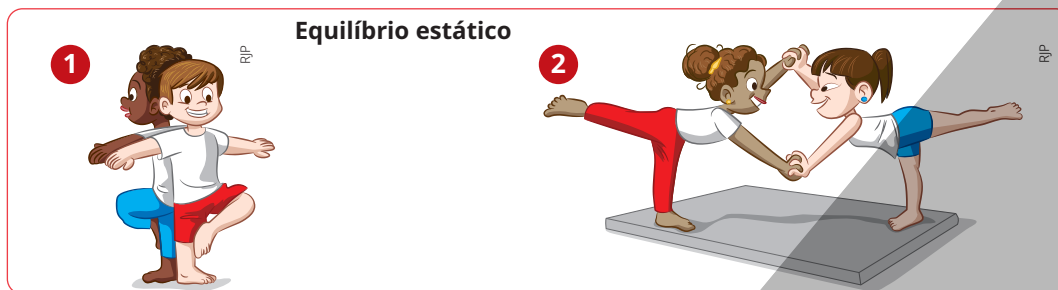
- Deslocar-se sobre a corda, equilibrando-se. Promova variações na direção do deslocamento (para a frente, para trás e lateralmente) e na disposição da corda no solo (em linha reta, em curva, em formato de formas geométricas). É relevante destacar que se equilibrar sobre a corda é mais interessante do que sobre a linha, visto que a corda apresenta um relevo que oferece maior propriocepção e um desafio mais interessante durante a atividade.
- Com a corda disposta em linha reta, saltitar em zigue-zague (de um lado para o outro da corda), buscando recuperar o equilíbrio. Modifique os tipos de saltito (com ambos os pés, com o pé direito, com o pé esquerdo), executando um meio-giro durante o movimento, e mude também as direções.
- Entregar uma bola de borracha para cada dupla. Com a corda disposta em linha reta e cada estudante posicionado nas extremidades dela, instigue-os a se equilibrar em um pé só. O primeiro estudante deve inclinar o tronco à frente, pegar uma bola no chão e lançá-la para o parceiro, que a recebe, inclina o tronco à frente e a põe no chão. O ciclo se repete, com a realização da atividade com o outro pé na corda.



Colchonetes (ou toalhas individuais)

- De pé, com as mãos apoiadas nos ombros do colega, flexionar o tronco à frente, o quanto for possível, com os braços estendidos para sustentar a posição por 20 segundos.
- Sentados no colchonete com as pernas em afastamento lateral e de mãos dadas, um deverá puxar o outro, gentilmente, por 20 segundos. Depois, devem inverter os papéis.
- Posicionados de pé, um de costas para o outro, com os braços estendidos formando a letra T, de maneira sincronizada, devem executar um *passé* ou bandeira e manter a posição por cinco segundos.
- Dois estudantes, de mãos dadas, um de frente para o outro, deverão fazer o avião e permanecer nessa posição por cinco segundos.





Encerre a vivência em uma roda de conversa, lançando as seguintes perguntas.

- Que tipo de equilíbrio foi trabalhado nos movimentos propostos na corda?
- Como vocês identificaram o tipo de equilíbrio utilizado?

Depois, monte previamente um cartaz com as imagens das propostas corporais realizadas no colchonete, mostre-o para a turma e faça as perguntas a seguir.

- Quais propostas enfatizaram o equilíbrio? E quais focaram a flexibilidade?
- Depois de terem feito todas as propostas e de observar os colegas praticando as posições, que fatores vocês acham que interferiram no equilíbrio? (concentração, coordenação motora e força muscular).
- E na flexibilidade? (idade, sexo, individualidade biológica, condição física, respiração, concentração e temperatura ambiente).

Peça a eles que, em casa, dividam uma folha ao meio e desenhem um exercício que destaque a flexibilidade, de um lado, e de equilíbrio, do outro.

Verifique a possibilidade de criar espaços lúdicos na escola, associados ao desenvolvimento das capacidades físicas dos estudantes. Sugira à direção da escola que pinte diversos jogos e brincadeiras no chão da escola (brincadeira “pés e mãos”, “caracol” e “linhas de formatos variados”, por exemplo). Caso não seja possível, você pode desenhá-las com giz ou fita colorida durante suas aulas.

1º ANO Roteiro de aula: Trupe dos malabares e dos pés de lata

Para apresentar as atividades circenses de **pé de lata** e **malabarismo com lenços, bolinhas, garrafas PET ou argolas**, retome a imagem do início do capítulo e instigue os estudantes a fazerem comentários sobre as ações motoras presentes, a vestimenta, os materiais utilizados, a cooperação envolvida etc.

A confecção dos pés de lata é pré-requisito para esta proposta, cujo processo favorece o fortalecimento da autonomia dos estudantes. Você pode construí-los com a turma, inclusive com a colaboração do professor pedagogo ou do professor de Arte.



Para essa atividade, você precisará de latas grandes (de leite em pó ou achocolatado), corda de varal ou barbante, além de uma manta.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL



PARA IR MAIS LONGE

- COMO fazer pé de lata. [S. l.: s. n.], 2016. 1 vídeo (4min30s). Publicado pelo canal O Baú da Camilinha. Disponível em: <https://youtu.be/EVnkwwiEqxc>. Acesso em: 11 fev. 2025.
O vídeo mostra como confeccionar o pé de lata e como andar com ele.
- CIRQUE Du Soleil juggler rola bola [...]. [S. l.: s. n.], 2018. 1 vídeo (6min43s). Publicado pelo canal Bernard Hazen. Disponível em: <https://youtu.be/vnV4Vy7wiNE>. Acesso em: 11 fev. 2025.
O vídeo apresenta Bernard Hazen, um dos artistas do Cirque du Soleil, com uma *performance* que mistura equilíbrio e malabares.

Esclareça que nessa vivência eles serão equilibristas e malabaristas e proponha a apreciação do vídeo mencionado acima, incluindo uma conversa sobre o processo de profissionalização dos artistas circenses.

Em um espaço amplo, oriente a turma para se organizar em dois grupos, os equilibristas (junto aos pés de lata) e os malabaristas (junto aos materiais alternativos supracitados), e reproduza músicas circenses (*playlists* disponíveis em aplicativos de música), para que os estudantes sintam o ambiente circense.

Pés de lata

Proponha aos estudantes a exploração do pé de lata, buscando equilibrar-se no lugar. Depois, sugira que se desloquem pelo espaço, testando o próprio equilíbrio, variem formas, direções e ritmos e estabeleçam parcerias.

Você pode incentivar tanto a cooperação como as brincadeiras de espelho (imitação entre eles). Quando estiverem mais confiantes, eles podem transpor pequenos obstáculos (cordas ou discos de marcação).

É importante explicar que, para se deslocarem no pé de lata, é preciso puxar o barbante (ou corda de varal) para cima e para a direção desejada, acompanhando essa ação com o movimento do membro inferior correspondente.

Malabarismo

1. Encoraje os estudantes a explorar os lenços (ou sacolas plásticas), as bolinhas pequenas, as argolas (de EVA, conduíte ou papelão) e as garrafas PET, com os quais farão lançamentos e recuperações variadas, com aumento progressivo do número de objetos.
2. Em duplas ou em pequenos grupos, oriente-os para lançar e quicar os objetos de um para o outro, de maneira alternada e também sincronizada.
3. Sugira que eles dançam, façam balanceios, circundações e rotações com os materiais. Depois, equilibrem os objetos em diferentes partes do corpo.



Malabarismos com diferentes objetos.

Lembre-se de trocar os materiais entre os estudantes para que todos experimentem tanto as vivências de equilibristas como as de malabaristas.

Ao finalizar, faça um paralelo entre as contribuições para a sustentabilidade decorrentes da reutilização de materiais (reaproveitamento de materiais para a mesma função ou para outra, aumentando a vida útil dos produtos), comentando que, logo que se tornaram populares algumas décadas atrás, as latas vazias de leite em pó passaram a ser utilizadas em muitas brincadeiras infantis.

Por fim, peça ao grupo que descreva como foi a experiência de ter a estatura natural alterada pelo pé de lata (dificuldade no equilíbrio e manipulação de objetos) e de tentar controlar os objetos propostos no ar.

Com o objetivo de sempre buscar a inclusão do estudante com deficiência nas atividades de Educação Física, valorize as ações que ele é capaz de executar e ofereça apoio e/ou adaptações, sempre que necessário. Nas propostas aqui propostas, o malabarismo pode ser indicado para o cadeirante. Ele pode utilizar lenços, bolinhas, garrafas PET, argolas, entre outros materiais.

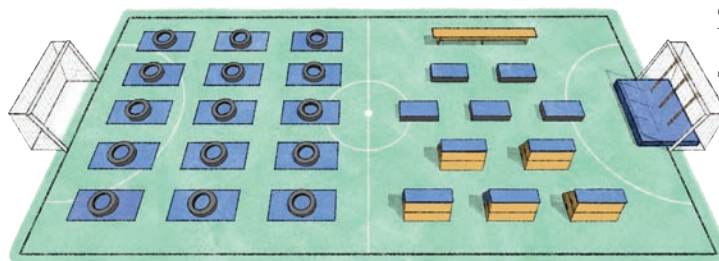


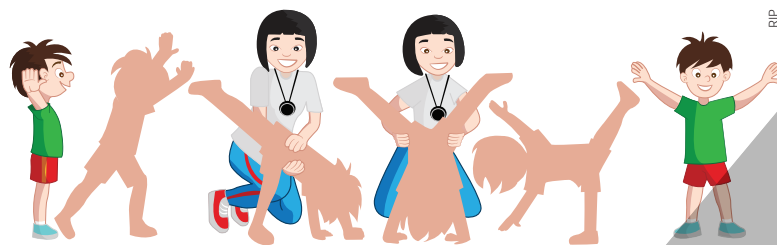
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

2º ANO Roteiro de aula: Força e agilidade

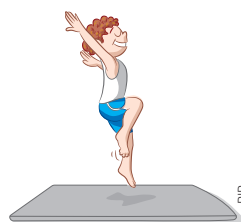
Nesta vivência, os estudantes experimentarão **elementos básicos da ginástica** que envolvem **agilidade e força**, predominantemente. Separe-os em dois grupos, cada um posicionado de um lado do espaço. Esclareça que cada estudante deve observar e respeitar seus limites, por isso, se sentirem necessidade, podem ficar à vontade para solicitar a ajuda do professor ou dos colegas.

Organização dos materiais para a vivência na quadra. Adapte os materiais conforme a realidade da sua escola (arcos, giz, madeiras, colchonetes, paredes etc.).





Estrela.



Salto galope.



Pranchas facial e dorsal.



Salto jeté.

Lado A

1. Peça aos estudantes que se dirijam a um pneu e façam a estrela com as mãos dentro dele.
2. Depois, incentive-os a experimentar diversos saltos da ginástica (*jeté* e *galope*) transpondo o pneu.
3. Pranchas com os pés ou com as mãos apoiadas no pneu.

Estrela: O auxílio da estrela deve ser realizado com as mãos no quadril. Uma adaptação interessante para os estudantes com dificuldade é a do relógio: com as mãos apoiadas no colchão dentro do pneu, impulsionar os membros inferiores (MMII) de um lado para o outro.

Seu papel nesta atividade será primordial. Além de orientar os grupos, demonstre alguns movimentos, dê dicas para facilitar a realização dos exercícios e para proporcionar mais segurança aos estudantes (apoiar as palmas das mãos no solo, e não apenas os dedos, manter os braços estendidos, olhar para as mãos durante a estrela, começar com pequenos impulsos e aumentá-los gradativamente, sempre utilizar os colchões, pedir auxílio). Também os ajude na execução e encoraje-os.

Lado B

1. Incentive a turma a se pendurar nas cordas de diferentes maneiras: suspensões e balanços. Certifique-se de que a trave está bem fixada ao chão.
2. Na sequência, oriente-os na execução da estrela de um lado para o outro com as mãos no banco. Depois, instigue-os a deslizar pelo banco suco em decubito ventral por meio da tração dos braços.
3. Proponha a execução da estrela no chão.
4. Sugira a vivência de esquadros com o apoio das mãos nos *steps*.
5. Convide-os a experimentar as posições invertidas com o apoio dos pés nas caixas de plinto (*steps* ou paredes).



Esquadro.



Posição facial invertida.



Suspensão e balanço.



Estrela com as mãos no banco suco.



Salto tesoura.

Lembre-se de promover a troca dos grupos para que, ao final, todos tenham feito as atividades tanto do lado A como do B, na metade do tempo de duração da proposta.

Ao término, reunidos em roda, indague em quais movimentos eles conseguiram perceber maior capacidade de força (nos esquadros, suspensões e balanços, por exemplo), em quais partes do corpo sentiram que fizeram mais força, em quais elementos notaram a necessidade de serem ágeis (nos saltos). Solicite que, em casa, sob a supervisão de um adulto, criem um movimento de força ou agilidade com o uso de algum material alternativo e o representem em um desenho.

2º ANO

Roteiro de aula: Equilibristas e malabaristas no picadeiro

Estas vivências incluem experimentos com a **perna de pau** e **malabarismos com bastões e bexigas**. A perna de pau é uma modalidade circense na qual os praticantes alteram a sua estatura natural, empregando um aparelho também conhecido como perna de pau. Contudo, outros aparelhos ou objetos materiais que permitem mudanças de altura podem ser utilizados, como é o caso do pé de lata (Bortoleto, 2008).

Optamos por elencar uma vivência com perna de pau pela riqueza de possibilidades pedagógicas que ela contém (controle corporal diferenciado e incomum, estímulo à coragem, à cooperação e ao equilíbrio com alteração de altura). Na sala de informática, reproduza o vídeo **História do circo**. Em seguida, converse sobre as origens do circo, as mudanças e adaptações que ele sofreu ao longo do tempo, assim como sobre as restrições de animais no circo e as questões financeiras enfrentadas por artistas circenses. Pergunte quem já foi ao circo ou assistiu a um espetáculo pelos meios digitais; convide esses estudantes a explicar para os colegas o que viram e quais artistas trabalham nesse meio (como mágicos, trapezistas, palhaços, entre outros).



PARA IR MAIS LONGE

- HISTÓRIA do circo. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo (4min11s). Publicado pelo Canal da Educação Física. Disponível em: https://youtu.be/_Tltvfu2ms. Acesso em: 11 fev. 2025.
O vídeo traz uma breve história do circo que pode ajudar nas aulas da escola.

Convide os estudantes a formar dois grupos, os equilibristas (com as pernas de pau) e os malabaristas (cada estudante com um bastão) e reproduza músicas circenses como forma de promover uma ambientação cultural.

Bastões

- Incentive-os a equilibrar o bastão em diferentes partes do corpo (mão, pé, cotovelo, perna, atrás do pescoço), tanto na posição vertical como na horizontal.
- Em um espaço amplo, faça alguns pequenos lançamentos e recepções do bastão, individualmente ou em duplas (peça que fiquem atentos para não acertar o próprio rosto e o dos colegas).
- Em seguida, solicite que realizem rotações e circunduções com o material.
- Para terminar, distribua uma bexiga cheia para cada estudante e esclareça que o objetivo passa a ser não deixá-la cair no chão, impulsionando-a para cima com qualquer parte do bastão. Eles podem colaborar entre si para manter todas as bexigas no ar (alertando-os para não entrarem em choque entre si).

Pernas de pau

- Demonstre aos estudantes que, para se deslocar, é preciso puxar a perna de pau para cima, tirando-a do chão e movendo-a para a direção desejada, com o acompanhamento do movimento do membro inferior correspondente.
- Oriente-os na exploração da perna de pau, primeiro em trios, para que dois sejam auxiliares na estabilização, na subida e no deslocamento no aparelho. Assim que possível, organize-os em duplas, de modo que apenas um ajude na exploração. Depois, sugira que busquem o próprio equilíbrio, sozinhos. Ao apresentarem controle do corpo e do material, incentive deslocamentos pelo espaço, variando formas, direções e ritmos e estabelecendo parcerias e jogos de imitação.



Crianças aprendendo a andar com as pernas de pau, com o auxílio dos colegas.

3. Se o grupo demonstrar confiança, desafie-o a marchar e a frear, a andar de olhos fechados, a girar.

Reforce que, como medida de segurança, ao cair, preferencialmente, devem o fazer para a frente, buscando o apoio dos pés e, se necessário, das duas mãos no chão, para proteger o rosto.

Promova a troca de materiais entre os estudantes para que possam experimentar as duas vivências, de bastões e pernas de pau.

Ao término, reúna o grupo e peça que relatem, oralmente, qual foi a estratégia adotada por eles em cada material. Pode-se perguntar se acharam fácil ou difícil andar com a perna de pau; que sensações e sentimentos tiveram ao conhecer essa prática; o que acharam do malabarismo com os bastões; como foi trabalhar em trios e em duplas, com a necessidade de sincronizar os lançamentos com os companheiros; como foi equilibrar os bastões nas diferentes partes do corpo, entre outras.

Promova uma reflexão e uma discussão sobre o fato de o mesmo movimento ter funções diferentes de acordo com os momentos da história e os grupos sociais em que é praticado. Conte que a origem das “pernas de pau” é remota. Povos de várias partes do mundo já as usavam, na maioria das vezes, como instrumento de trabalho (para observar rebanhos, colher frutas ou atravessar terrenos alagados, entre outros).



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS



INFOGRÁFICO
CLICÁVEL

Ao encerrar as vivências do tema “Ginástica”, lembre com a turma as capacidades físicas exigidas nas atividades experimentadas: flexibilidade e equilíbrio (estático e dinâmico) no 1º ano e força e agilidade no 2º ano. Em seguida, saliente que as capacidades físicas são treináveis e passíveis de aprimoramento por meio das experiências corporais diversas.

Comente que, para realizar um exercício, várias capacidades são empregadas, algumas com maior destaque. Desafie o grupo a listar todas as capacidades físicas que aprenderam, anotando os termos mencionados em papel *kraft* com os marcadores atômicos.

Aproveite para organizar uma exposição dos desenhos realizados por eles. Com a colaboração da turma, prepare um mural coletivo intitulado “Meu corpo é uma potência!”, com o objetivo de partilhar os conhecimentos obtidos sobre as capacidades físicas com toda a comunidade escolar. Atividades desse tipo fortalecem o protagonismo dos estudantes e a consciência de que as práticas corporais são textos culturais passíveis de leitura e produção (Brasil, 2018).

O professor pedagogo pode participar dessa produção auxiliando a turma a escrever um breve relato da experiência sobre as propostas vivenciadas. Já o colega de Ciências pode promover mais reflexões e pequenos registros para anexar no mural informações sobre o acolhimento e o respeito às diferenças físicas, destacando a importância de não perpetuar sexismos nem formas de preconceito em relação ao corpo. Reforçar que, ao ampliarmos a percepção sobre nós e sobre os outros, possibilitaremos uma gestualidade mais autônoma e solidária, bem como a valorização da diversidade com que ela é realizada.



Sugerimos a aplicação de uma ficha avaliativa contendo os nomes de elementos ginásticos experimentados e uma lista de capacidades físicas abaixo deles. Incentive os estudantes a pintarem as capacidades físicas predominantes para a realização de cada exercício, como forma de demonstrar o que aprenderam a respeito do tema.

Sobre as atividades circenses, convide-os a citar as modalidades circenses, explicando no que consistem o malabarismo, a perna de pau e o pé de lata e relatando o que aprenderam com essas práticas. Promova, ainda, atividades lúdicas de registro para os estudantes, com o intuito de explicitar conteúdos apreendidos. Por exemplo, ligar imagens de atividades circenses aos respectivos nomes, apresentar desenhos das atividades desenvolvidas e pedir aos estudantes que pintem as que mais gostaram etc.

Leia o poema “Maria Pé de Lata”, de Nana Toledo, para o grupo e combine com o professor de Língua Portuguesa para criarem um poema coletivo sobre uma das atividades vivenciadas.

Para encerrar a abordagem do tema “Ginástica”, se possível, promova uma sessão de circo na escola. Combine com a turma de fazer pipoca, para que eles degustem enquanto assistem ao vídeo do espetáculo *Crystal and Axel*, do Cirque du Soleil. Na sequência, converse com os estudantes sobre a apresentação e os conteúdos aprendidos que identificaram no vídeo.



PARA IR MAIS LONGE

- 60-MINUTE special #7 – Cirque du Soleil [...]. [S. l.: s. n.], 2020. (1h7min24s). Publicado pelo canal Cirque du Soleil. Disponível em: https://youtu.be/Sf-N_OroVbs. Acesso em: 11 fev. 2025.
O vídeo apresenta *performances* de patinadores de gelo e acrobatas, que desafiam as leis da gravidade por meio de diversas acrobacias inéditas.
- FURNARI, Eva. *O Circo da Lua*. São Paulo: Moderna, 2010.
Nessa história, um elefante chamado Nicolau quer ser palhaço... Será que ele consegue?

Ficha 1A. Características da ginástica geral



ANDREAS RENTZ/GETTY IMAGES EUROPE/Getty Images/AFP



ANDREAS RENTZ/GETTY IMAGES EUROPE/Getty Images/AFP



Engler/ulstein bild/Getty Images

Ficha 1B.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL

QUADRO DE CARACTERÍSTICAS DA GINÁSTICA GERAL

Prazer pela prática.	Formação humana.	Composição coreográfica.
Interação social.	Malabarismo.	Liberdade de vestimenta.
Inserção de elementos da cultura.	Não competitividade.	Diversidade musical.
Número indefinido de participantes.	Possibilidades expressivas.	Possibilidade de uso de materiais.
Exercícios no solo (vela, avião, ponte, ondas, acrobacias etc.), no ar (saltos), em aparelhos (trapézio, corda, fita elástica etc.).		Possibilidades acrobáticas (estrelas, rodantes, reversões etc.).
Piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas.		Favorecimento da inclusão.

Quadro elaborado pelas autoras para esta publicação.

Objeto de conhecimento

- Danças do contexto comunitário e regional.

Competências específicas: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10.**Habilidades da BNCC**

- (EF12EF11) Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas), e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.
- (EF12EF12) Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.

Temas Contemporâneos Transversais (TCTs):**Multiculturalismo:** Diversidade cultural; Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras.**Cidadania e Civismo:** Vida familiar e social; Direitos da criança e do adolescente.**Economia:** Trabalho.**Meio Ambiente:** Educação Ambiental.

Apresentação

De acordo com a BNCC (Brasil, 2018, p. 218), “a unidade temática **Danças** explora o conjunto das práticas corporais caracterizadas por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções específicas, muitas vezes também integradas a coreografias”.

Alinhados a essas orientações, os objetivos da unidade são: conhecer, vivenciar e recriar as práticas corporais rítmicas e expressivas por meio da experimentação de gestos durante o processo criativo e interpretativo desse elemento da cultura corporal de movimento. Com as propostas de vivências lúdicas e prazerosas relacionadas a temática, os estudantes descobrem suas potencialidades corporais para se expressar e contemplam as danças e brincadeiras existentes no contexto comunitário e regional, perpassando pelo **TCT Multiculturalismo**.

O **Capítulo 1 – Quem dança seus males espanta** vai explorar a criatividade e os elementos constitutivos da dança na movimentação de diversas partes do corpo, com enfoque em diferentes níveis, pesos e velocidades de movimento com a realização de atividades como as brincadeiras de estátua, siga o mestre e espelho. E o ritmo será estimulado nas brincadeiras de bater palmas, quando a sincronização dos gestos com as cantigas se mostra essencial. Alguns temas dessas cantigas abordam o **TCT Meio Ambiente**.

No **Capítulo 2 – Vem pra roda dançar!**, as rodas infantis serão vivenciadas e recriadas com modificações em seus gestos e ritmos. Os cantos de trabalho são associados às cantigas que potencializam a temática dos **TCTs Economia e Cidadania e Civismo** em uma reflexão sobre o trabalho infantil. Por fim, serão abordados a ciranda e o cacuriá, presentes no território regional, para uma vivência coletiva e integradora com a comunidade escolar.

QUEM DANÇA SEUS MALES ESPANTA



Número de aulas sugeridas: 4 a 6 aulas para cada ano (1º e 2º anos).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF11, EF12EF12); Arte (EF15AR09, EF15AR10, EF15AR11, EF15AR14, EF15AR21, EF15AR24); Ciências (EF01CI02, EF01CI04); Língua Portuguesa (EF12LP06, EF12LP18).

O título deste capítulo vai ao encontro das percepções de Piaget (1966 *apud* Barreto, 1998, p. 85): “Dançar é uma experiência de intensos significados. Mexer com o corpo traz implicações na mente e no estado de espírito. Quando danço (e isso é raro) me lanço num processo de transformação de ânimo – talvez, seja por isso que não arrisco mudança de pulsação, que, apesar de maravilhosa, é por demais intensa e desequilibradora”.



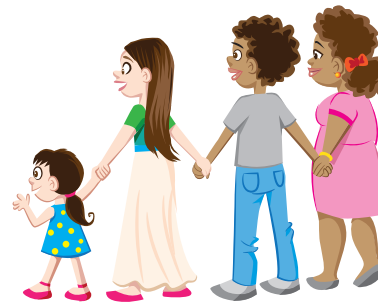
Dança e emoções.

Nosyrevy/Shutterstock.com

Para quem tem o desequilíbrio como elemento de sua base teórica sobre o desenvolvimento cognitivo, Piaget faz um relato pessoal sobre os significados da dança como momento de aprendizagem. Para muitos, dançar evoca a sensação de alegria, euforia, leveza, enquanto, para outros, gera angústia, desconforto, medo, entre outros. Entretanto, pretendemos ir além das emoções, estimulando o estudante a perceber, refletir e agir criticamente sobre essa manifestação cultural, assim como desafiando-o a compreender e a vivenciar os elementos que compõem a dança.

Uma das referências nesse tema é o pesquisador e artista Rudolf Laban (1879-1958). Seu método de análise do movimento é composto de quatro elementos estruturantes da dança, descritos a seguir.

- Espaço: desenhos do corpo no espaço, nível alto, médio ou baixo, frente, atrás, direito, esquerdo, parado ou em deslocamento, reto, curvo, zigue-zague.
- Peso: leve (suave ou fraco), pesado (firme ou forte).
- Tempo: pulso, rápido ou lento, forte ou fraco, longo ou curto.
- Fluência (integração entre as partes do corpo): controlada ou livre.



Exemplos dos elementos da dança: leveza dos desenhos do corpo das bailarinas no espaço e fluência livre no ritmo lento na ciranda.

RJP

No contexto da educação física escolar, Lomakine (2007) indica a consciência corporal como um dos conteúdos mais importantes para o ensino da dança. As potencialidades do corpo podem ser percebidas com a prática da proposta de variações no corpo em movimento ou estático, de forma simétrica e assimétrica, ao transferir o peso corporal ou ao conduzi-lo com partes específicas do corpo. Serão explorados os elementos básicos da dança elencados didaticamente por essa autora. Em sua lista constam as ações básicas do movimento do corpo de acordo com os fatores de Laban: estender, flexionar, circunduzir, rotar, curvar, torcer, rolar, elevar, cair, girar, balançar, sacudir, suspender, flutuar, pontuar, pressionar, chicotear, socar, aduzir, abduzir, inclinar, retroversão, anteversão, pronação e supinação.

Neste capítulo, esses elementos estruturantes da dança e as ações corporais serão exploradas com brincadeiras rítmicas e expressivas, que são oportunidades excelentes para conhecer as manifestações das diferentes culturas presentes nas comunidades e regiões do Brasil.



VAMOS COMEÇAR

Para a turma do 1º ano, inicie mostrando a imagem **Dança e emoções**. Em seguida, faça algumas perguntas diagnósticas:

- Quais gestos você reconhece nas imagens? Quais são as emoções que eles representam? As pessoas parecem estar alegres, tristes, atentas, concentradas?
- O que significa dançar (prática corporal rítmica e expressiva)? Dê exemplos.
- Você já viu ou vivenciou algum tipo de dança? Em quais situações?
- Quais sentimentos você teve quando dançou ou viu alguém dançar?

Para os estudantes do 2º ano, mostre as imagens dos **Exemplos dos elementos da dança** e aprofunde as reflexões, questionando-os:

- É possível perceber algum ritmo (lento, rápido) nos gestos presentes nas imagens?
- Quais gestos estão sendo realizados? Eles parecem leves como algodão ou pesados como chumbo? Por que você tem essa impressão?
- Observe os gestos e conte a sua hipótese sobre o motivo e o local onde eles estão dançando (palco, rua, clube, festa).

Informe aos estudantes que eles vivenciarão brincadeiras expressivas e rítmicas nas próximas aulas.



VAMOS VIVENCIAR!

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

1º ANO

DA EDITORA DO BRASIL

Roteiro de aula: O ritmo de cada um

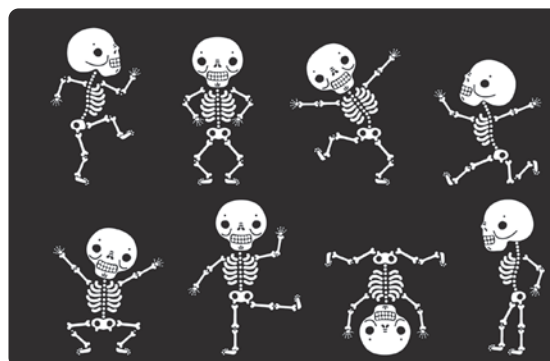
Aquecendo e dançando com os esqueletos

Explore os movimentos que as várias partes do corpo podem realizar. Fale o nome de uma articulação e peça aos estudantes que mostrem os movimentos possíveis: ombro, joelho, tornozelo, coluna etc. Mostre a imagem dos **Esqueletos dançantes** e proponha o desafio de reproduzi-los ou de inventar outras posições mais criativas.

Organize o equipamento de som e reproduza a canção *Vem dançar com a gente*, do grupo Palavra Cantada (**Para ir mais longe**). Caso não seja possível, ensine uma estrofe da música para as crianças cantarem e explorarem sua criatividade.



INFOGRÁFICO
CLICÁVEL



Esqueletos dançantes.

Explique a brincadeira “a dança dos esqueletos”: os estudantes se organizam em um círculo e um deles se posiciona no centro. Então, eles começam a dançar livremente ou a imitar os gestos do colega ao centro da roda. Estimule a participação de todos, conduzindo os gestos. Solicite à turma que preste atenção na letra da canção para entender o que seus efeitos sonoros representam (sons de fantasmas, relógio, morcegos e corvos) e para exprimirem o que identificaram.

Ao final da vivência, verifique se todos reconhecem que é a caveira que está chamando a turma para dançar. Esclareça que se trata do esqueleto que todos os seres humanos têm. Pergunte-lhes qual é a função dessa estrutura. Mostre uma imagem do esqueleto humano e explique que é a estrutura óssea que fornece a sustentação de nosso corpo e que são as articulações que permitem os movimentos.

Espelho criativo

Em dupla, um dos estudantes fará poses ou movimentos que o colega deverá imitar simultaneamente, como em um espelho. Sugira ações contrastantes (correr e parar, crescer e encolher, aparecer e desaparecer), complementares (desmanchar, derreter, ruir, desmoronar; fugir, desaparecer), assimétricas (mover mão esquerda e cotovelo direito, ombro direito e joelho esquerdo), com diferentes fluências (como uma folha sendo levada pelo vento, ventania, brisa, furacão; como cachoeira, rio, mar, chuvisco pingando no chão; como descontrolado, desequilibrado, despencando, ziguezagueando) e ações corporais (passos de formiguinha, de gigante, com os pés paralelos imitando pinguim; rolamentos, deslizamentos, saltos e giros). Ofereça materiais para a turma explorar, como fita ou pedaço de tecido (TNT) e a motive a fazer movimentos como se houvesse tinta nesse material.



RJP

Poses ou movimentos para imitar o colega, como em um espelho.

Solicite a cada dupla que elabore uma sequência com cinco movimentos usando uma parte do corpo (cabeça, braços, antebraços, tronco, coxa, perna, mãos, pés) ou articulações (ombro, cotovelo, punho, quadril, joelho, tornozelo).

Registre com fotos os gestos criados pelos estudantes; será um ótimo recurso para futuras análises e exposições.

Utilize seu celular para selecionar músicas com ritmos variados. Para isso, além do seu aparelho, será necessária uma caixa para amplificar o som.

Estátua

Se na turma houver um estudante com transtorno do espectro autista (TEA), redobre a atenção no que se refere ao volume do som e ao toque, pois algumas crianças se sentem muito incomodadas com ruídos mais altos. Se possível, inicie reproduzindo para os estudantes o vídeo a seguir:

- SÉSAMO e Autismo: Brincadeira da estátua com Julia. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo (2min38s). Publicado pelo canal Vila Sésamo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=8oeC9LI4j4>. Acesso em: 11 fev. 2025.

Comente que os personagens da Vila Sésamo brincam de estátua com Júlia, que é uma amiguinha com TEA que se incomoda com o volume do som. Proponha uma reflexão sobre a diversidade e empatia. Comente a existência de diferenças individuais: cada pessoa tem um ritmo de aprendizagem, com múltiplas formas de sentir e perceber o mundo.

Veja a seguir algumas sugestões para estimular os elementos da dança na estátua, quando a música parar.

- 1) **Individual:** peça ao estudante que estenda o cotovelo direito e flexione o esquerdo; encoste o queixo no antebraço; eleve uma perna o mais alto possível; escorregue com os dedos na parede.
- 2) **Em dupla/grupos:** solicite ao estudante que toque seu cotovelo no joelho de um colega; aproxime o ombro com o de dois colegas; faça uma roda com a turma toda afastando o máximo que conseguir os braços.



Fernanda Ozliak

Estudante com hipersensibilidade ao som.

- 3) **Usando imagens:** faça uma cópia dos movimentos dos esqueletos ou similar com sombras; recorte e espalhe pela quadra. Quando a música parar, o estudante terá de reproduzir a pose da sombra da forma que conseguir.
- 4) **Gestos livres:** peça que criem movimentos; quanto mais esquisitos, melhor!



PARA IR MAIS LONGE

- A DANÇA dos esqueletos. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo (4min34s). Publicado pelo canal Palavra Cantada Oficial. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=KKU2vR203AU>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Nesta versão, em roda, os integrantes do grupo Palavra Cantada ensinam a brincadeira e dançam com as crianças.
- PARANÁ. Ministério Público do Paraná. Criança e Adolescente. *Publicações*: cartilhas ilustradas do Ziraldo. Curitiba: MPPR, [20--?]. Disponível em: <https://site.mppr.mp.br/crianca/Pagina/Publicacoes-Cartilhas-ilustradas-por-Ziraldo>. Acesso em: 2 abr. 2025.
Nessas cartilhas, o cartunista Ziraldo aborda, em linguagem acessível, temas variados, como autismo, saúde na escola e direitos humanos.

2º ANO Roteiro de aula: Sincronização dos ritmos

“Econome”: aquecendo a memória corporal

Em círculo, explique a brincadeira “econome”: um participante dá um passo à frente e diz seu nome ao mesmo tempo que executa um gesto (salto batendo palmas, giro agachando lentamente, elevação dos braços conforme as sílabas do nome etc.). Ao voltar para seu lugar, os demais farão o “eco”, reproduzindo o mesmo movimento e o nome do colega. Estimule a turma a explorar de forma bem criativa as ações corporais. Caso seja possível fazer mais de uma rodada, incentive os estudantes a realizarem movimentos diferentes.

Siga o mestre coreografado

Em dupla, um dos estudantes será o mestre que demonstra os movimentos a serem reproduzidos pelo colega, seguindo-o como uma sombra. Solicite ao mestre que realize dez movimentos criativos e alternados usando todas as partes do corpo que explorou na atividade anterior, mas variando espaços, direção e forças. Depois, oriente-os a trocarem de função.

Em seguida, os membros da dupla vão se reunir em uma nova formação, mas agora em grupos maiores, com quatro a seis estudantes, para a criação de uma coreografia com pelo menos 20 segundos de duração. Antes, auxilie-os a estabelecer uma coreografia com ritmo lento e outra mais rápida, para que a sequência de gestos seja realizada em diferentes velocidades.

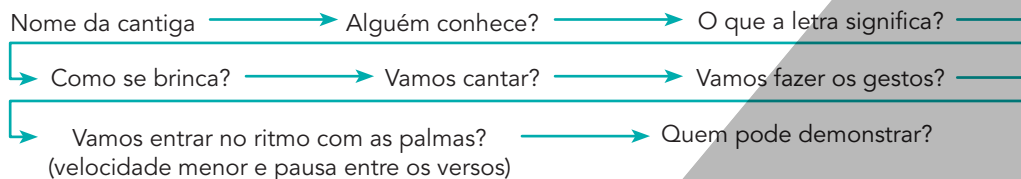


PARA IR MAIS LONGE

- TIQUEQUÊ. In: YOUTUBE. [S. l.], [2011]. Disponível em: <https://www.youtube.com/c/Tiquequ%C3%AA>. Acesso em: 11 fev. 2025.
O grupo Tiquequê reinterpreta cantigas e canções do passado e do presente.
- GRUPO Trii. In: YOUTUBE. [S. l.], [2012]. Disponível em: <https://www.youtube.com/@GrupoTrii>. Acesso em: 11 fev. 2025.
A Trii TV é um canal de músicas e brincadeiras rítmicas.
- BEATLES para Crianças. In: YOUTUBE. [S. l.], [2014]. Disponível em: <https://www.youtube.com/c/Beatlespara-Crian%C3%A7as/playlists>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Grupo que, de maneira lúdica, oferece o projeto de musicalização, iniciação ao rock e à língua inglesa.

Palmas no ritmo das cantigas... Você consegue?

Partindo das brincadeiras de bater palmas que os estudantes já conhecem, convide-os a formar duplas para demonstrar algumas delas. Atue como mediador para aqueles que apresentarem alguma dificuldade com a sincronização do ritmo da cantiga com as batidas de palmas ou gestos. Solicite aos pares avançados (formados por estudantes que já aprenderam) que auxiliem aqueles com dificuldades.



Sugestão de sequência para o ensino da brincadeira cantada.

Verifique se algum estudante conhece a parlenda *O macaco foi à feira* ou outra brincadeira de bater palmas para demonstrar para a turma.

Verifique a viabilidade de reproduzir o vídeo que ensina o passo a passo (Para ir mais longe).

Se possível, reproduza o vídeo para os estudantes e solicite que se reúnam em duplas. Depois, oriente-os a fazerem movimentos sucessivos batendo a mão esquerda para baixo com a mão direita para cima, batendo a parte da frente na direção do par e, em seguida, as próprias mãos, uma na outra. Você pode sugerir que eles troquem os nomes dos personagens da cantiga pelo próprio nome.

Há algumas cantigas típicas das regiões do Brasil sugeridas nesta unidade temática. Você pode reproduzir vídeos como estratégia para o aprendizado das brincadeiras e, depois, ensinar os gestos mais pausadamente, respeitando o ritmo de aprendizagem do grupo. Aproveite e proponha aos estudantes que analisem nos vídeos o contexto das brincadeiras (isto é, onde e com quem brincam) e os participantes (idade, gênero, sotaques). Destaque a importância de respeitarmos e valorizarmos todas elas.

A própria comunidade de cada região de origem das cantigas e brincadeiras pode contribuir para gerar uma reflexão sobre o uso regional de certas palavras e as diferentes versões das cantigas de acordo com a diversidade cultural do país. As cantigas *Aranha-caranguejeira* de Porto Alegre (RS) e *Fui ao cinema* de Alto Paraíso (GO) têm o padrão de movimento similar ao descrito anteriormente (Mapa do brincar em **Para ir mais longe**).

Reforce que, apesar de serem provenientes de diferentes regiões do país, algumas brincadeiras e cantigas podem se repetir, com algumas variações. Verifique se há alguma palavra desconhecida da turma e convide-a a apresentar hipóteses sobre seu significado.

Dialogando com o **TCT Meio Ambiente – Educação Ambiental**, comente que os animais tematizados nas cantigas podem ser encontrados em vários lugares do Brasil. Observe que, ao final da cantiga *Aranha-caranguejeira*, recomenda-se não matar o animal. Converse sobre a importância de informar um adulto caso encontre um animal morto e de ter cuidado ao retirá-la e colocá-la em um lugar seguro. Esclareça que a aranha, assim como outros animais na natureza, ajuda a manter o equilíbrio ecológico, pois é predadora de outros animais.

Algumas cantigas foram tão transformadas no processo de transmissão oral que é difícil entender seu significado sem o contexto em que foram criadas. Muitas apresentam variações linguísticas representativas da região. Por isso, é essencial reforçar a importância de respeitar e valorizar todas as culturas.

Vale destacar que as regras das brincadeiras são construídas pelas crianças, de modo que todas as formas de brincar são culturalmente válidas. Instigue os estudantes a aprenderem e criarem mais formas de brincar de bater palmas.

Fazendo os gestos para seguir a brincadeira cantada.





PARA IR MAIS LONGE

- QUINTAL DA CULTURA. *In*: YOUTUBE. [S. l.], [2012]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IsoP-fyD08Vw>. Acesso em: 10 ago. 2025.
Os personagens do programa ensinam a brincadeira de bater palmas O macaco foi à feira.
- CANAL Parabolé. *In*: YOUTUBE. [S. l.], [2009]. Disponível em: <https://www.youtube.com/c/CanalParabol%C3%A9>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Canal com acervo de brincadeiras tradicionais, incluindo várias com cantigas e palmas.
- PALAVRA Cantada Oficial. *In*: YOUTUBE. [S. l.], [2012]. Disponível em: <https://www.youtube.com/channel/UCGs6qb1ohFhDzeHbYeJlsAA>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Canal de músicas com várias brincadeiras musicais, como *Flecha de palmas*, *estalo e coxa* e muitas outras.
- Mapa do Brincar. Disponível em: <https://mapadobrincar.folha.com.br/brincadeiras/palmas/>. Acesso em: 14 mar. 2025.
O site traz áudios com várias cantigas e formas de brincar de bater palmas em diferentes regiões do Brasil.

Por fim, há brincadeiras de palmas em roda em que os participantes batem na palma da mão uns dos outros para cada sílaba das palavras que estão nos versos, em sequência, enquanto todos cantam. Quando a música acaba, aquele cuja mão é tocada por último tem de falar o nome de uma cor que tenha na roupa de um dos participantes da roda, e este deverá sair. Veja, no site Mapa do Brincar, a variedade de cantigas pelas diferentes regiões, como: Carrocinha de picolé (RO), Serra, serra, serrador (AM), Andoleta borboleta (MT) e Atenção (SP).

Proponha variações para que todos os participantes permaneçam na brincadeira. Por exemplo, pode-se pedir ao estudante que deveria sair da roda que pague uma prenda: cantando a música o mais rápido que conseguir.



RJP

Crianças brincando de adoleta, nome de uma canção de origem francesa que é usada por crianças brasileiras na brincadeira de bater palmas.



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO DA EDITORA DO BRASIL

Estimule os estudantes a perceberem quais emoções identificaram em si mesmos durante as vivências. Motive-os a falar sobre as sensações (alguns por cantar, vergonha de fazer algum gesto, entre outras possibilidades).

Para a turma do 1º ano, faça as seguintes perguntas avaliativas:

- Você conhecia essas brincadeiras? Experimentou alguma posição que nunca tinha feito antes? Qual foi o movimento mais engraçado? E o mais difícil?
- Quais movimentos foram feitos mais vezes e quais foram as partes do corpo mais usadas?

Orienta os estudantes a ensinar uma das brincadeiras aos familiares, sugerindo que a gravem e a enviem para o canal de comunicação oficial da escola (aplicativo de mensagem e/ou e-mail).

Reúna a turma do 2º ano e questione:

- Quais foram as brincadeiras de que você mais gostou? Por quê?
- Quantas brincadeiras de palmas você aprendeu? Para você, qual foi a mais difícil?

Organize a turma em grupos de seis estudantes e solicite que criem novos gestos para um dos jogos de bater palmas que aprenderam. Faça o registro das invenções com uma câmera ou celular para compor o arquivo das brincadeiras da turma.

Reúna os materiais das turmas de 1º e 2º anos e edite os vídeos para apresentar em um evento cultural ou para circular nas redes sociais e, assim, envolver a comunidade escolar.

VEM PRA RODA DANÇAR!



Número de aulas sugeridas: 4 a 6 aulas para cada ano (1ª e 2ª anos).

Habilidades da BNCC: Educação Física (EF12EF11, EF12EF12); Arte (EF15AR09, EF15AR10, EF15AR11, EF15AR14, EF15AR21, EF15AR24); Ciências (EF01CI02, EF01CI04); Língua Portuguesa (EF12LP06, EF12LP18).

As brincadeiras de roda ou rodas cantadas são importantes manifestações da cultura popular. Enquanto cantam, as crianças dão as mãos, formam uma roda e podem realizar coreografias. Muitas vezes, essas brincadeiras atravessam gerações, cantadas e recantadas em casa e na comunidade.

À medida que aprendem as músicas que seus pais e avós cantavam, as crianças se apropriam delas, sentem-nas como suas, compreendem sua beleza, formam laços familiares, assimilam regionalismos verbais e aprendem a valorizar sua cultura e sua tradição. As regras dessas brincadeiras são simples e podem ser modificadas, favorecendo o desenvolvimento da autonomia, do pensar e do agir criativo.

Os adultos também brincam de roda. A ciranda, por exemplo, é Patrimônio Cultural e Imaterial de Pernambuco. Embora com raízes portuguesas, foi ressignificada pelas culturas afro-brasileiras e indígenas, formando a ciranda dos adultos, que é diferente das brincadeiras de roda infantis. Enquanto o eixo nas cirandas infantis é uma criança no centro da roda, nas cirandas dos adultos é o mestre cirandeiro. A coreografia é simples e sem limite de participantes, com a possibilidade de criar outra em seu interior se a primeira ficar muito grande. Callender analisa os elementos da ciranda na xilogravura do poeta e gravador paraibano José Costa Leite:

[...] representa uma ciranda composta de homens e mulheres dançando com movimento em perspectiva cadenciada das mãos. No centro da roda encontra-se o contra-mestre, tocador do bombo, denominado também zabumba ou surdo[,] e, a seu lado, o mestre cirandeiro puxando o ritmo, tirando as músicas e improvisando os versos (Callender, 2013, p. 116-117).



Xilogravura representando ciranda de adultos.



ÁUDIO
5

O mestre de ciranda tira as toadas (cantos) com temas variados relacionados à natureza, ao amor, à política e ao cotidiano. Os passos assemelham-se a ondas e variam com a própria dinâmica da manifestação e da música. Trata-se de uma dança democrática: os participantes entram e saem quando querem. Geralmente, começa com uma pequena roda de poucas pessoas, que vai aumentando à medida que outros chegam para dançar. Quando o espaço físico é insuficiente, faz-se uma serpentina, sem soltar as mãos (Oliveira, 2007).

Conforme a pesquisa de Campana (2011), a ciranda brasileira sofreu muitas modificações e teve várias formas, diferenciando-se conforme os passos, o andamento e o gingado. Desde a década de 1970, em Recife, as cirandas passaram a ser dançadas em locais turísticos, como um espetáculo e com limite de tempo para finalizar a brincadeira. Os mestres e músicos saíram do centro da roda e se adaptaram à utilização de microfones e amplificadores. Os instrumentos musicais, antes artesanais, são hoje industrializados. Essa união do passado com a realidade presente demonstra as transformações que caracterizam todas as culturas, povos e etnias.

Outra manifestação cultural que agrada muito as crianças é o cacuriá, que tem origem nas festas do Divino, do Maranhão, e se popularizou com Dona Teté. Delgado (2005) ressalta que essa dança vem se perpetuando porque faz parte do universo contemporâneo dos jovens, que contribuem para sua continuidade com a introdução de elementos da cultura juvenil e o uso de outros instrumentos, além das tradicionais caixas do Divino.

A discussão entre a modernização e a tradição do cacuriá é algo muito presente entre seus participantes. Entre as questões que causam mais polêmica estão a crescente erotização da dança e a aproximação da cultura de massa, que a afasta de seu contexto original. Nas aulas de Educação Física, buscaremos as origens brincantes dessa dança.

A intenção do capítulo em estudo é propiciar aos estudantes a possibilidade de entrarem em contato com as manifestações culturais do território brasileiro, em um resgate de memórias de tradições nas comunidades, e de participarem da construção de uma identidade cultural, envolvendo-se desde cedo com as histórias, as lutas, as resistências, as alegrias e os lamentos de seu povo.

As vivências se iniciarão com as brincadeiras de roda, presentes no universo cultural infantil, e terão continuidade com a ciranda pernambucana (1º ano) e o cacuriá (2º ano).



VAMOS COMEÇAR

Para a turma do 1º ano, explique que as rodas infantis mantêm a forma lusitana com o abasileiramento de muitos cantos, apesar de já haver cantigas locais por todo o Brasil.

Apresente o vídeo do programa Quintal musical – Ciranda (**Para ir mais longe**) ou conte a origem portuguesa e espanhola da cantiga *Ciranda, cirandinha*.

Na sequência, realize as seguintes atividades avaliativas.

- Você conhece alguma cantiga de roda? Quem as ensinou para você?
- Quais são os movimentos que você realiza em uma ciranda?
- Você prefere cirandar em um ritmo mais lento ou mais rápido? Por quê?

Oriente a turma a entrevistar um familiar a fim de saber como eram as brincadeiras de roda, solicitando a ele que cante e ensine as cantigas. Peça que escreva a letra e, se possível, grave a cantiga no celular.

Com base nos resultados, faça um planejamento participativo com os estudantes, organizando o momento em que cada um mostrará para a turma a cantiga de roda que aprendeu.

Retome com a turma as características das manifestações culturais que são transmitidas oralmente entre as gerações, como é o caso das brincadeiras cantadas. Uma prática enriquecedora é solicitar que mostrem como costumam brincar para que percebam as diferenças.

Com a turma de 2º ano, pergunte se já se pegaram cantando ou ouviram os familiares cantarem enquanto faziam alguma tarefa em casa. Pergunte o que se modifica em nosso estado de espírito quando temos de executar um trabalho cansativo ou monótono. Enfatize que cantar é uma forma de comunicar sentimentos e acontecimentos do cotidiano e que conhecerão alguns cantos de trabalho. Conte que inventarão uma dança bem criativa misturando gestos do balé e de outras danças de diferentes origens culturais e, por fim, conhecerão o cacuriá.



VAMOS VIVENCIAR!

1º ANO

Roteiro de aula: Vamos todos cirandar

Brincadeiras de roda

Informe aos estudantes que as aulas serão alternadas com as vivências ensinadas pelos familiares da turma. Paralelamente, escolha as cantigas de sua região ou, se julgar adequado, estenda a pesquisa para outras regiões do Brasil.

Para ensinar as brincadeiras, recite a cantiga, mostre os gestos que a compõem e cante com a turma. Reforce que o trabalho de roda é coletivo e depende dos participantes para ter sucesso. Por isso, é preciso respeitar e ter paciência em relação aos ritmos dos outros.

As brincadeiras de roda apresentam gestos simples e versam sobre o cotidiano da região. Por exemplo, na cantiga *Cipozim*, inicia-se circulando de mãos dadas na roda e, aos versos “Eu vou tirar cipó/Pra nós duas dançar”, quem está no meio da roda chama um participante para que possam dançar juntos. Para mais detalhes, veja como a comunidade de Carbonita brinca no site UOL, disponível em: <https://mais.uol.com.br/view/12322646>. Acesso em: 10 fev. 2025.

Cipozim – Carbonita (MG)

Ô, cipozim
Cipozim quer me lançar (2x)
Não me laça, cipozim
Eu vou ali e volto já
Eu vou tirar cipó
Pra nós duas dançar.

Cantiga popular.



ÁUDIO
6

Ressalte que as cantigas populares podem apresentar variações linguísticas regionais, as quais devem ser respeitadas e valorizadas. Explique que aprendemos a falar com nossa família e com os membros da comunidade em que estamos inseridos, cujo vocabulário, assim como a pronúncia, pode ser diferente do de outras regiões do país. É isso que deve ser ressaltado: um não é melhor do que o outro, eles são apenas diferentes. É desse modo, sem menosprezar os usos da língua escolhidos pelos falantes, que se evita o preconceito linguístico.

Durante as vivências, proponha variações aumentando a velocidade do ritmo das cantigas e analise se a turma percebe a necessidade de ações corporais mais rápidas para acompanhar e sincronizá-las com a música. Veja se percebem alterações no espaço, fazendo movimentos mais amplos ou restritos nas diferentes velocidades da música. Ressalte que ações corporais, ritmo, espaço e tempo são elementos que compõem a dança.

Algumas brincadeiras de roda são: bambalão, a canoa virou, caranguejo não é peixe, linda rosa e marcha soldado.



PARA IR MAIS LONGE

- QUINTAL MUSICAL. Ciranda. In: YOUTUBE. [S. l.], [2014]. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=ka_3KD6qukE. Acesso em: 11 fev. 2025.
Teobaldo canta a música galaico-portuguesa (Espanha e Portugal), que deu origem à cantiga Ciranda, cirandinha.
- NADAL, Paula. Coletânea de cantigas de roda. *Nova Escola*, [São Paulo], 1 mar. 2010. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/4217/coletanea-de-cantigas-de-roda>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Conheça as letras de algumas cantigas e saiba como cirandar com as crianças.
- NOVA ESCOLA: cantigas. In: YOUTUBE. [S. l.], [201-?]. Disponível em: <https://www.youtube.com/user/revistanovaescola/search?query=cantigas>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Nessa página estão disponibilizadas diversas cantigas populares.

Vamos cirandar?

Pergunte aos estudantes se eles acham que a ciranda é uma dança apenas de criança ou se adultos também podem participar. Instigue-os a manifestarem suas opiniões a respeito. Mostre a xilogravura de José Costa Leite (introdução do capítulo) e fale sobre a origem e as características dessa dança. Solicite que façam uma entrevista com familiares para identificar se alguém conhece ou já participou da ciranda pernambucana.

Diga aos estudantes que conhecerão o protagonismo de uma mulher negra na cultura brasileira por meio da música e dança divulgadas por Lia de Itamaracá.

“Essa ciranda quem me deu foi Lia, que mora na ilha de Itamaracá”. Inicie contando que esse é um famoso verso de ciranda, e ele cita a mais célebre cirandeira do Brasil, Maria Madalena Correia do Nascimento, mais conhecida como Lia de Itamaracá. “Diva da música negra”, segundo o jornal *The New York Times*, Lia é considerada Patrimônio Vivo de Pernambuco.

Antes de convidar a turma para participar de uma vivência da ciranda pernambucana, assista a uma aula de danças populares (Para ir mais longe) ou inicie com alongamento e mobilidade das principais articulações, movimentos de braços, quadril, como ondas do mar, numa remissão à origem da dança. Explore os passos da ciranda e todos os elementos estruturantes da dança (espaço, gestos, ritmo).

Se possível, reproduza para os estudantes o vídeo em que a dança é conduzida pela própria Lia de Itamaracá, ou sobre sua história no documentário *Eu sou Lia* (**Para ir mais longe**).

Aproveite para cirandar com a turma. Para dançar a ciranda, escute um dos cantos da cirandeira Lia, prestando atenção ao ritmo e ao pulso da música. Chame a atenção dos estudantes para a batida mais forte, marcada com a zabumba. Conte o pulso da música – 1, 2, 3, 4. 1, 2, 3, 4 – e oriente os estudantes a baterem uma palma toda vez que contarem 1.

Ensine os passos da ciranda organizando uma roda com todos de mãos dadas. Oriente a turma a fazer os movimentos para o lado direito, no sentido anti-horário, iniciando com o pé esquerdo, que cruza na frente do direito (na batida forte da zabumba, marcada com a palma), seguido de sua volta para trás após o pé direito tocar no mesmo lugar (levemente para a direita) e o pé esquerdo tocar atrás e o direito no mesmo lugar, novamente. Toda vez que o pé for para a frente, os braços podem acompanhar para cima e, quando voltarem, para baixo. Pontue que a ciranda é uma dança praiana, cujos movimentos lembram as ondas do mar.



Claudia Mariano

Passos da ciranda.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO

DA EDITORA DO BRASIL PARA IR MAIS LONGE

- FAÇA você mesmo | Aula de danças Populares: Ciranda Pernambucana. In: YOUTUBE. [S. l.], [2020]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=MAe9nOt6cWI>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Ensina alongamento e movimentos relacionados à ciranda.
- ESSA ciranda quem me deu foi Lia – Lia de Itamaracá e Banda. In: YOUTUBE. [S. l.], [2017]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=3Pt3pjLjBog>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Ciranda com Lia de Itamaracá.
- ENTRE na roda! In: YOUTUBE. [S. l.], [2015]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Miq0c63LLxo>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Coreografia feita por um grupo de danças circulares no Pará.

Em seguida, mostre aos estudantes a canção *Ciranda*, de Gilberto Gil, e motive-os a demonstrar como poderia ser dançada. Depois, apresente a coreografia feita por um grupo de danças circulares (Para ir mais longe).

Analise as transformações propostas pelos diferentes grupos com a colaboração da turma. Convide-os a prestar atenção às ações corporais, aos ritmos, espaços e tempos presentes na mesma dança. Converse com os estudantes sobre as adaptações feitas em relação à proposta inicial da ciranda.

2º ANO Roteiro de aula: Dançar para resistir

Cantigas de roda e cantos de trabalho

Essas brincadeiras caracterizam-se pela representação de gestos durante a cantiga, que versam sobre o labor cotidiano, o que nos remete aos cantos de trabalho entoados por trabalhadores rurais e agrícolas de diversas comunidades brasileiras.

Mostre essa associação para a turma por meio do vídeo *Sou Lavrador, homem da roça* (**Para ir mais longe**) ou conte que esta é uma cantiga das descascadeiras de mandioca da comunidade de Barreiras, em Barrocas (BA). Ensine a letra da cantiga e peça que cantem e façam gestos que representem a letra da música:

Sou lavrador, homem da roça, vivo cansado, meu Deus, com a mão grossa.
Planto batata, planto batatinha, eu raspo mandioca e faço farinha.

Cantiga popular.

Apresente para a turma a cantiga de roda *Peneirei a farinha*, de Parintins (AM), em que as crianças brincam imitando o trabalho adulto de sua comunidade.

Peneirei a farinha – Parintins (AM)

Peneirei a farinha
A farinha caiu
Tornei a peneirar
A farinha subiu
(Nome), você não tem
Alguém nesta roda
Que te queira bem (2x)
Eu tenho, eu tenho sim
a/o (Nome) que gosta de mim (2x).

Cantiga popular.

Em roda, os estudantes cantam e batem palmas e, quando dizem “Peneirei a farinha/ A farinha caiu/ tornei a peneirar/ A farinha subiu”, fazem gestos de peneirar para baixo e para cima. Chama-se o nome de um participante da roda cantando “você não tem/ Alguém nesta roda/ que te queira bem”. Essa pessoa responde “Eu tenho, eu tenho sim” participante.

Exponha o fato de que, em vários locais do Brasil e do mundo, muitas crianças trabalham para ajudar na renda familiar, sem usufruir de seus direitos garantidos pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990). Pergunte se os estudantes já sabiam da existência desse problema e se conhecem alguma criança nessa situação. Apresente o exemplo em **Para ir mais longe**.

Em roda, converse com eles sobre a situação dessas crianças e proponha uma reflexão a respeito. Depois, convide-os a pensar sobre possíveis ações a serem tomadas pela sociedade para ajudar essas famílias. Por exemplo: campanhas solidárias na comunidade para ajudar as famílias dessas crianças.



PARA IR MAIS LONGE

- SOU lavrador, homem da roça – Projeto “Canto de trabalho”. In: YOUTUBE. [S. l.], [2007]. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=FPdSayV2sKu>. Acesso em: 11 fev. 2025.
Apresentação da cantiga das descascadeiras de mandioca da comunidade de Barreiras em Barrocas (BA).

Vamos badernar!

Em roda, reflita com a turma sobre os estereótipos atribuídos às bailarinas. Pergunte como os estudantes imaginam que é uma bailarina.

Em seguida, conte a história de Marietta Baderna (1828-1892), bailarina italiana que veio ao Brasil e foi muito aclamada em suas apresentações. Peça a eles que apreciem a imagem do cartaz ao lado e expressem o que sentem ao ver Marietta Baderna, indicada como a primeira bailarina do teatro Alla Scala de Milão, na Itália.

Marietta Baderna andava pelas ruas para conhecer pessoas e culturas diferentes, mas, ao misturar o balé clássico com o rebolado do povo, a alta sociedade deixou de ir ao espetáculo. Então, ela fez um espetáculo com o lundu, dança nascida dos batuques dos africanos escravizados, e abriu as portas para a classe mais pobre. Os seguidores da artista foram chamados de baderneiros, pois a aplaudiam efusivamente, batiam os pés no chão e gritavam seu nome.

A rebeldia de Marietta Baderna, por amor à dança e por seu sincero interesse nas manifestações populares, desafiou o conservadorismo e deu início à mistura entre a cultura da alta sociedade e a cultura popular, como base para as mais profundas revoluções artísticas e éticas na cultura nacional.

Portanto, baderneiro pode ser sinônimo de resistência contra a dança conservadora e elitista. A força transformadora da dança dessa artista expressa o sentido de resistência e liberdade.



Marietta Baderna, primeira bailarina do teatro Alla Scala de Milão, em 1846.

Biblioteca Pública, Nova York

PARA IR MAIS LONGE

- MULHERES E LULUS. Baderna. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo (1min11s). Publicado pelo canal TV Globo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=rWelqzXh7jo>. Acesso em: 11 fev. 2025. Baderne como uma garota. Animação que mostra a história da bailarina que agregou manifestações populares à dança clássica.
- [BAIXO Amazonas] Dança do Lundum. [S. l.: s. n.], 2015. 1 vídeo (4min07s). Publicado pelo canal Tecendo Saberes. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=2oJ2pEg9CzE>. Acesso em: 11 fev. 2025. Meninas e meninos de Cachoeira Porteira, no Pará, dançam o lundum da época dos africanos escravizados com influências africanas e europeias.

Proponha uma vivência para **badernar o balé**. Divida a turma em grupos de cinco a seis estudantes para que pesquisem e façam a releitura de uma coreografia de balé. Oriente-os a escolherem a coreografia para combinar os passos e as expressões de balé com variados gestos do *rock*, *samba*, *valsa*, *axé*, *hip-hop*, entre outros. Incentive-os a prestar atenção em todas as partes do corpo e suas articulações: pescoço, quadril, coluna, joelhos, cotovelos, punhos e tornozelo. Desafie-os a dar um nome bem criativo para a nova coreografia e estimule-os a apresentarem para a turma.



ÁUDIO
7



ÁUDIO
8



ÁUDIO
9



ÁUDIO
10

Vamos cacuriar

Pergunte aos estudantes quem sabe rebolar e se eles gostam de rebolar. Deixe que expressem suas sensações e opiniões livremente. Ouça com atenção e respeito as opiniões deles. Explique que rebolar é mexer as articulações do quadril, que existem tanto nas meninas como nos meninos. Peça que apontem para o lugar no corpo onde fica o quadril e explorem os movimentos possíveis de serem realizados nessa região. Ofereça exemplos de danças que exigem mexer o quadril, como *funk*, *axé*, *samba*, *pop* etc.



Gilmara Ruas/Folhapress

Traje e coreografia da dança cacuriá. São Luís (MA), 2003.

Comente que dançar é um ato livre e que, embora em algumas tradições existam danças consideradas masculinas ou femininas, todos devem experimentar e usufruir de todas elas. É importante respeitar os sentimentos de cada estudante em relação a essas questões.

Apresente o **cacuriá**, uma dança do Maranhão com origem no carimbó e nas festividades do Divino Espírito Santo. É acompanhado por caixas, instrumentos de percussão tocados por mulheres, as caixeiras, que saem às ruas depois dos ritos religiosos para brincar o cacuriá. Explique que Dona Teté foi a principal organizadora do cacuriá como manifestação de rua. Mencione a importância da liderança dessas mulheres que tocam, cantam e organizam esses eventos no cenário da cultura brasileira. Se possível, assista com eles ao vídeo *Cacuriá de Dona Teté*.

Descreva o passo básico dançado no cacuriá: em roda, todos caminham no ritmo da música, pisando com uma batida do pé no chão mais forte que o outro, o direito bate e o esquerdo se arrasta acompanhando como se estivesse mancando e, em seguida, fazendo os movimentos do quadril.

Como referência para o passo, assista e experimente os gestos do cacuriá ensinados no vídeo *Quarentena oficina do Cacuriá de Dona Teté em casa (Para ir mais longe)*.

A dança do cacuriá é uma grande brincadeira e em suas cantigas muitas vezes são mencionados bichos como personagens. Desse modo, pode-se brincar e dançar ao mesmo tempo. Veja o exemplo a seguir.

Jacaré Poio

Eu sou, eu sou, eu sou
eu sou jacaré poio
sacode o rabo, sacode o rabo, jacaré
eu sou jacaré poio
(Dançar imitando um jacaré e rebolando ao “sacudir o rabo”.)

CACURIÁ JACARE POIO com JEAN PHILIPPE. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo. Publicado pelo canal Millecco. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=H_k63tarauQ&ab_channel=Millecco. Acesso em: 11 fev. 2025.



PARA IR MAIS LONGE

- QUARENTENA Oficina do Cacuriá de Dona Teté em casa. [S. l.: s. n.], 2020. 1 vídeo (7min1s). Publicado pelo canal Cacuriá de Dona Teté. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=e1AyF9QdYko&t=342s>. Acesso em: 11 fev. 2025.
O vídeo ensina os gestos do cacuriá.

Reproduza algumas dessas cantigas para os estudantes e motive-os a mostrar possibilidades de movimentos apoiados no ritmo e na letra delas. Divida-os em grupos de cinco para combinarem as coreografias e as apresentarem no final para toda a turma.



CONTEMPLANDO O QUE APRENDEMOS

Com a turma do 1º ano, relembre os temas tratados na vivência das rodas infantis e da ciranda. Produza com o grupo um caderno de brincadeiras cantadas da turma. Junte as fichas feitas pelos familiares com os registros realizados em aula e peça ajuda à coordenação para encadernar a produção. Guarde como um documento de pesquisa nos arquivos da escola, mas antes verifique a possibilidade de promover uma rodada de empréstimo, a fim de que todos os estudantes possam levá-lo para casa e compartilhar o resultado do processo. Solicite que tomem muito cuidado com o caderno coletivo.

Dialogue com a turma do 2º ano sobre o que sentiram ao saber da ocorrência do trabalho infantil no Brasil e levante as possibilidades de se expressar em prol dos direitos humanos. Traga novamente o exemplo de Maria Baderna, que ousou se rebelar em uma dança clássica. Conte que, para alguns, manter a alegria é uma forma de se rebelar. Cantar, dançar e sorrir podem ser elementos de rebeldia, estimule essa temática para a construção da proposta a seguir.

Com ambas as turmas, verifique as vivências de que mais gostaram entre todas as efetuadas nesta unidade temática (gestos explorados nas brincadeiras “econome”, estátua, siga o mestre, ciranda, caciuriá, entre outras).

Faça perguntas aos estudantes sobre as sensações e os relacionamentos que estabeleceram com os colegas de turma e com você. Veja o modelo de ficha para a autoavaliação na Unidade 1.

Proponha ainda a construção de um cenário com esculturas dos gestos vivenciados representadas com papel-alumínio, revistas, jornais ou papel de rascunhos. Mantenha os mesmos grupos da construção coreográfica e organize os espaços e materiais para que cada estudante possa se sentir o escultor de suas danças.

Organize a apresentação desses projetos e dessas danças durante um evento escolar ou em um sábado letivo. Planeje com as turmas a estratégia de que podem lançar mão para que a apresentação seja esteticamente adequada, pensando em aspectos como distribuição no espaço, roupas e adereços necessários, música cantada ou reproduzida, entre outros. Ao final, convide a comunidade, os familiares, os professores e os funcionários da escola para uma confraternização em uma grande brincadeira de roda com os estudantes.



Hely Demuti/HNfotos

Esculturas de papel-alumínio.

REFERÊNCIAS COMENTADAS

Gerais

BRASIL. *Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990*. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 16 jul. 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L8069.htm. Acesso em: 21 fev. 2025.

Conjunto de normas que têm como objetivo a proteção integral da criança e do adolescente, com o estabelecimento de seus direitos fundamentais.

BRASIL. *Lei nº 13.443, de 4 de maio de 2017*. Dispõe sobre a organização e a manutenção do serviço público de imigração no Brasil. Brasília, DF, 5 maio 2017. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/L13443.htm. Acesso em: 13 ago. 2025.

Documento que estabelece diretrizes para a organização, funcionamento e manutenção do serviço público de imigração no Brasil, incluindo a entrada, permanência e direitos de estrangeiros no território nacional.

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, DF: MEC, 2018. Documento que define as aprendizagens essenciais para a Educação Básica, orientando práticas pedagógicas e conteúdos curriculares para toda a Educação Básica.

BRASIL. Ministério da Educação. *Temas contemporâneos transversais na BNCC: Contexto histórico e pressupostos pedagógicos*. Brasília, DF: MEC, 2019. Disponível em: https://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/implementacao/contextualizacao_temas_contemporaneos.pdf. Acesso em: 13 ago. 2025. Documento que contextualiza os temas contemporâneos, abordando questões sociais, culturais, econômicas e ambientais relevantes para a formação cidadã.

CASTELLO BRANCO, H. de. *A contribuição do estudo do Sistema Laban para o gestual do regente*. [Londrina: Universidade Estadual de Londrina], [20--]. Disponível em: <http://www.uel.br/pos/musica/pages/arquivos/LabanSimpemus.pdf>. Acesso em: 6 maio 2025.

Revisão da literatura sobre a aplicabilidade do sistema Laban ao ensino de regência. Explica o método de estudo do movimento desenvolvido por Rudolf von Laban.

OKIMURA-KERR, T.; ULASOWICZ, C.; VENÂNCIO, L.; SANCHES NETO, L. (org.). *Educação Física no ensino fundamental I: perspectiva de sistematização dos blocos de conteúdos temáticos*. Curitiba: CRV, 2017. São relatadas experiências com o ensino dos conteúdos temáticos de forma integrada para turmas do Ensino Fundamental. Alguns dos temas abordados são: jogos e brincadeiras, aspectos anatômicos, fisiológicos, demandas ambientais, históricas e sociológicas.

SANCHES NETO, L. A brincadeira e o jogo no contexto da Educação Física na escola. In: SCARPATO, M. (org.). *Educação Física: como planejar as aulas na Educação Básica*. São Paulo: Avercamp, 2017. O autor discute a intervenção do elemento cultural, além dos jogos e brincadeiras na Educação Física escolar, e propõe estratégias de avaliação dos conteúdos.

SANCHES NETO, L.; BETTI, M. Convergência e integração: uma proposta para a Educação Física de 5ª a 8ª série do Ensino Fundamental. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 5-23, jan./mar. 2008. Apresenta uma proposta curricular baseada na articulação de saberes e na interdisciplinaridade, com foco em uma Educação Física inclusiva e contextualizada para os Anos Finais do Ensino Fundamental.

SANCHES NETO, L. et. al. Sistematização de conteúdos temáticos na Educação Física escolar: uma proposta de professores-pesquisadores. In: FONTOURA, P. (ed.). *Pesquisa em Educação Física*. Jundiaí: Fontoura, 2006. v. 4. Os autores apresentam a sistematização de quatro blocos de conteúdos: elementos da cultura corporal de movimento, movimentos, aspectos inter(pessoais) e demandas ambientais do movimento do corpo humano.

Unidade 1

BARBOSA, R. F. M. *Influências brincantes: um estudo sobre a cultura lúdica infantil e o desenho animado*. 2011. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, 2011.

O estudo apresenta a influência e o significado dos desenhos animados no imaginário infantil durante as brincadeiras na escola

BROUGÈRE, G. *Jogo e a educação*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

O autor explica como se configura e se instala a ideia de jogo como oposição complementar ao trabalho e faz uma retrospectiva do conceito pela história.

CAILLOIS, R. *Os jogos e os homens: a máscara e a vertigem*. Petrópolis: Vozes, 1998.

O autor apresenta a definição, a classificação e a vocação social dos jogos e mostra as possibilidades de associação das atitudes elementares que comandam os jogos, a saber: competição, sorte, simulacro e vertigem.

CUNHA, D. A. *Brincadeiras africanas para a educação cultural*. Castanhal: Edição do Autor, 2016.

Descreve Jogos e brincadeiras de vários países africanos, mostrando possibilidades de variação e ampliação cultural.

FRIEDMANN, A. *Brincar: crescer e aprender – O resgate do jogo infantil*. São Paulo: Moderna, 1996.

A autora apresenta a importância do lúdico e do jogo no desenvolvimento infantil.

HUIZINGA, J. *Homo Ludens – O jogo como elemento da cultura*. São Paulo: Perspectiva, 2005.

Obra que contempla a natureza e o significado do jogo como fenômeno cultural e como expressão da linguagem.

KISHIMOTO, I. *Jogos tradicionais infantis: o jogo, a criança e a cultura*. São Paulo: Brasiliense, 1993.

A autora relata um estudo sobre a origem dos jogos tradicionais e apresenta referencial teórico sobre sua importância para a criança.

OLIVEIRA, K. *Brincando na aldeia: brincadeiras de crianças Guarani em uma aldeia em Aracruz, ES*. 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2007.

Pesquisa de campo sobre brincadeiras das crianças da etnia indígena Guarani.

PIAGET, J. *A formação do símbolo na criança: imitação, jogo e sonho, imagem e representação*. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1978.

O autor explica as fases de desenvolvimento cognitivo da criança e mostra a classificação dos jogos de exercício, simbólico e de regras.

TUTU, D. *Deus não é cristão e outras provocações*. Rio de Janeiro: Thomas Nelson Brasil, 2012.

Conjunto de textos como sermões, mensagens, declarações, artigos de jornal, conferências e discursos que tratam das experiências vividas nos anos pós-apartheid no fim da Guerra Fria.

VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

Obra em que Vygotsky apresenta a teoria do desenvolvimento da criança (percepção, atenção, memória, pensamento e internalização das funções superiores), abordando temas como aprendizagem, desenvolvimento e brinquedo.

WALLON, H. *A evolução psicológica da criança*. Lisboa: Edições 70, 2007.

Estudo sobre a criança e seu desenvolvimento psíquico, assim como sua evolução mental, os domínios funcionais e a afetividade.

Unidade 2

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. *Provas oficiais*. Bragança Paulista: CBAt, c2002-2010.

Disponível em: <https://cbat.org.br/>. Acesso em: 15 fev. 2025.

O site do órgão responsável pelas competições de atletismo no Brasil apresenta as regras de cada modalidade.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. *Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

Os autores discutem problemas relacionados à Educação Física na escola e apresentam propostas pedagógicas para os elementos da cultura corporal de movimento.

KUNZ, E. O esporte enquanto fator determinante da Educação Física. *Contexto & Educação*, [s. l.], v. 15, p. 63-73, 2014.

O artigo discute o esporte sob uma perspectiva sociocultural e reflexiva.

MATTHIESEN, S. Q. *Atletismo na escola*. Maringá: Eduem, 2014.

No livro, a autora apresenta possibilidades do trabalho com o atletismo nas aulas de Educação Física escolar.

RAMIREZ, F. O esporte nas aulas de Educação Física. In: SCARPATO, M. (org.). *Educação Física: como planejar as aulas na Educação Básica*. São Paulo: Avercamp, 2007.

A autora discute métodos de intervenção do esporte como conteúdo na Educação Física escolar.

STEIGER, N. S. *O emocionante espetacular esporte da bocha*. Porto Alegre: Sulina, 1987.

Valoriza a bocha como prática educativa, destacando seus benefícios motores e sociais.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

TUBINO, M. J. G. *Estudos brasileiros sobre o esporte: ênfase no esporte-educação*. Maringá: Eduem, 2010.
O autor discute a trajetória histórica do esporte, da Antiguidade ao contexto contemporâneo, ressaltando o conceito de esporte-educação.

Unidade 3

ARAÚJO, A. S.; GUZZONI, C. V. *Ginástica geral*. São Paulo: Sol, 2016.

O material apresenta o universo cultural da ginástica geral e os conhecimentos básicos necessários para o desenvolvimento e a aplicação de atividades desse campo.

AYOUB, E. *Ginástica geral e Educação Física escolar*. Campinas: Editora da Unicamp, 2003.

A autora propõe uma ginástica que crie espaço para o componente lúdico da cultura corporal e a redescoberta do prazer, da inteireza e da técnica/artes da linguagem corporal.

BARBANTI, V. J. *Formação de esportistas*. Barueri: Manole, 2005.

No treinamento esportivo, segundo o autor, é essencial considerar que crianças e jovens requerem tratamento diferenciado no que concerne aos objetivos, aos conteúdos aplicados e à atitude dos participantes do processo.

BORTOLETO, M. A. C. (org.). *Introdução à pedagogia das atividades circenses*. Jundiaí: Fontoura, 2008.
O livro aborda aspectos técnicos e pedagógicos de diversas modalidades circenses.

DUPRAT, R. M. *Atividades circenses: possibilidades e perspectivas para a educação física escolar*. 2007. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, 2007.

O estudo analisou o circo como um conteúdo relevante a ser tratado na escola, identificando os conhecimentos e habilidades presentes neste contexto.

GALLAHUE, D. L.; DONNELLY, F. C. *Educação Física desenvolvimentista para todas as crianças*. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2008.

Os autores dão sugestões práticas para a aplicação da abordagem desenvolvimentista, crescimento das crianças e ao seu desenvolvimento motor, respeitando a individualidade dos estudantes em seu processo de aprendizado.

LANGLADE, A.; LANGLADE, N. R. de. *Teoría general de la gimnasia*. Buenos Aires: Editorial Stadium, 1970.
Os autores apresentam aspectos históricos, conceitos, concepções e proposições para a ginástica.

LEGUET, J. *As ações motoras em ginástica esportiva*. São Paulo: Manole, 1987.

O autor anuncia as diferentes ações motoras encontradas na ginástica, que podem ser realizadas isoladamente ou combinadas.

NUNOMURA, M. (org.). *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.

A obra pretende apoiar os profissionais de Educação Física no que concerne ao aprimoramento de sua atuação e ao conhecimento sobre as manifestações ginásticas apresentadas.

PAOLIELLO, E. A ginástica geral e a formação universitária. In: FÓRUM INTERNACIONAL DE GINÁSTICA GERAL, 1., 2001, Campinas. *Anais [...]*. Campinas: Sesc: Faculdade de Educação Física: Unicamp, 2001.

A autora comenta a necessidade de promover discussões e reflexões com os profissionais que atuam nos cursos de graduação de Educação Física, para que se inicie um processo de avaliação e reestruturação da formação profissional em ginástica.

PUBLIO, N. S. *Evolução histórica da ginástica olímpica*. Guarulhos: Phorte, 1998.

O livro traz um estudo histórico sobre a evolução da ginástica olímpica, desde sua origem até a criação da Confederação Brasileira de Ginástica além de contemplar o desempenho das equipes de nível internacional, o aperfeiçoamento dos aparelhos e o progresso dos critérios de julgamento.

RAMOS, J. J. *Os exercícios físicos na história e na arte*. São Paulo: Ibrasa, 1982.

Apresenta as possibilidades de relacionar exercícios físicos, história e arte.

SOARES, C. L. et al. *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

O livro expõe e discute questões teórico-metodológicas da Educação Física, tomando-a como o componente curricular escolar que trata pedagogicamente de temas da cultura corporal.

SOUZA, E. P. M. de. *Ginástica geral: uma área do conhecimento da Educação Física*. 1997. Tese (Doutorado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.

Esta tese focaliza a ginástica geral, uma modalidade não competitiva em expansão no Brasil, com o objetivo de contextualizá-la e justificá-la como área do conhecimento da Educação Física.

TOLEDO, E.; TSUKAMOTO, M. H. C.; CARBINATTO, M. V. *Fundamentos da Ginástica para todos*. In: NUNOMURA, M. (org.). *Fundamentos das ginásticas*. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.

No capítulo indicado, destacam-se aspectos históricos e terminológicos em conjunção com os fundamentos da Ginástica para todos, com orientações e propostas de atividades para desenvolvê-la.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL

Unidade 4

BARRETO, D. *Dança... ensino, sentidos e possibilidades na escola*. 1998. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1998. Disponível em: <https://repositorio.unicamp.br/acervo/detalhe/135465>. Acesso em: 30 mar. 2025.

Em sua dissertação, a autora indaga por que e como ensinar dança na escola.

BRANCO, H. de C. A contribuição do sistema Laban para o gestual do regente. In: SIMPÓSIO DE PESQUISA EM MÚSICA, 5., 2008, Curitiba. *Anais* [...]. Curitiba: Universidade Federal do Paraná, 2008, p. 1-12.

Revisão da literatura sobre a aplicabilidade do sistema Laban ao ensino de regência. Explica o método de estudo do movimento desenvolvido por Rudolf von Laban.

CALLENDER, D. Histórias da ciranda: silêncios e possibilidades. *Textos escolhidos de cultura e arte populares*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 113-132, maio 2013. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/tecap/article/view/10176/7946>. Acesso em: 6 maio 2025.

O artigo analisa as transformações que permearam a ciranda em Pernambuco no período de 1960 a 1970, momento em que a dança se popularizou.

CAMPANA, M. A. L. *Ciranda: do canto de roda ao universo composicional contemporâneo*. 2011. Dissertação (Mestrado em Música) – Curso de Programa de Pós-graduação em Música, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, São Paulo, 2011. Disponível em: https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/95155/campana_mal_me_ia.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 14 maio 2025.

Texto em que se discute a trajetória histórica da ciranda, sua diversidade e a ciranda na contemporaneidade.

DELGADO, A. L. M. *Só precisa rebolar? Performance e dinâmica cultural no cacuriá maranhense*. 2005. Tese (Doutorado). Recife: Universidade Federal de Pernambuco/ Programa de Pós-Graduação em Antropologia, 2005.

Estuda a invenção e a difusão do cacuriá, sua trajetória do mundo rural ao mundo urbano.

LOMAKINE, L. Fazer, conhecer, interpretar e apreciar: a dança no contexto da escola. In: SCARPATO, M. (org.). *Educação Física: como planejar as aulas na Educação Básica*. São Paulo: Avercamp, 2007.

O ensino da dança é abordado nas dimensões do fazer, conhecer, interpretar e apreciar, apontando elementos do planejamento das aulas de dança (conteúdo, objetivos e avaliação).

OLIVEIRA, L. H. de. *Ciranda pernambucana uma dança e música popular*. 2007. Monografia (Especialização em Cultura Pernambucana) – Faculdade Frassinete do Recife, Recife, 2007.

Aborda as características da ciranda e referências como Lia de Itamaracá, Antônio Baracho e Dona Duda.

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
DA EDITORA DO BRASIL