



Alexandre Martins



**LIVRO DO
PROFESSOR**

**REFLEXÕES
e PRÁTICAS**
FORMAÇÃO CONTINUADA

EDUCAÇÃO FÍSICA

LIVRO DE FORMAÇÃO CONTINUADA

CAMPO DE SABER: EDUCAÇÃO FÍSICA

Área do conhecimento:
Linguagens e suas Tecnologias



MODERNA

Alexandre Martins

Especialista em Treinamento de força: da saúde
ao alto rendimento pela Universidade de São Paulo (USP).
Bacharel em Esporte pela Universidade de São Paulo (USP).
Licenciado em Educação Física pelo Claretiano Centro Universitário (Ceucar-SP).
Professor e investigador na área da Educação Física e do Esporte.

REFLEXÕES e PRÁTICAS

FORMAÇÃO CONTINUADA

EDUCAÇÃO FÍSICA

LIVRO DO PROFESSOR

CAMPO DE SABER: EDUCAÇÃO FÍSICA

Área do conhecimento: **Linguagens e suas Tecnologias**

1ª edição

São Paulo, 2021

 **MODERNA**

Coordenação editorial: José Luiz Carvalho da Cruz
Edição de texto: Marleine Cohen, Vanessa do Amaral
Assistência editorial: Carla Daniela Ribeiro de Araújo, Juliana Nozomi Takeda, Mariana Serafim Schultz, Patrícia Santana Tengan, Vanessa Paulino da Silva
Preparação de texto: Daniela Beatriz Benites de Paula, Marleine Cohen
Assessoria pedagógica: Cibelle Soares Toledo, Fábio Alves de Oliveira
Gerência de design e produção gráfica: Everson de Paula
Coordenação de produção: Patrícia Costa
Gerência de planejamento editorial: Maria de Lourdes Rodrigues
Coordenação de design e projetos visuais: Marta Cerqueira Leite
Projeto gráfico: Daniela Cunha, Douglas Rodrigues José
Capa: Otávio dos Santos, Douglas Rodrigues José
Ilustração: graphixmania/Shutterstock
Coordenação de arte: Carolina de Oliveira Fagundes
Edição de arte: Renata Susana Rechberger
Editoração eletrônica: Setup Bureau Editoração Eletrônica S/A Ltda.
Coordenação de revisão: Maristela S. Carrasco
Revisão: Ana Cortazzo, Glória Cunha, Leandra Trindade, Leila Santos, Nancy H. Dias, Palavra Certa
Coordenação de pesquisa iconográfica: Luciano Baneza Gabarron
Pesquisa iconográfica: Marcia Mendonça, Renata Martins, Camila D'Angelo
Coordenação de bureau: Rubens M. Rodrigues
Tratamento de imagens: Joel Aparecido, Luiz Carlos Costa, Marina M. Buzzinaro
Pré-impressão: Alexandre Petreca, Everton L. de Oliveira, Marcio H. Kamoto, Vitória Sousa
Coordenação de produção industrial: Wendell Monteiro
Impressão e acabamento:

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

Martins, Alexandre
Reflexões e práticas formação continuada :
educação física : livro do professor / Alexandre
Martins. --
1. ed. -- São Paulo : Moderna, 2021.
"Campo de saber: Educação física
Área do conhecimento: Linguagens e suas tecnologias".
1. Educação física (Ensino médio) I. Título.

20-49537

CDD-796.07

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação física : Ensino médio 796.07

Maria Alice Ferreira - Bibliotecária - CRB-8/7964

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

Todos os direitos reservados

EDITORA MODERNA LTDA.

Rua Padre Adelino, 758 - Belenzinho

São Paulo - SP - Brasil - CEP 03303-904

Vendas e Atendimento: Tel. (0_11) 2602-5510

Fax (0_11) 2790-1501

www.moderna.com.br

2020

Impresso no Brasil

1 3 5 7 9 10 8 6 4 2

SUMÁRIO

Carta ao professor	4	4.6 - Lutas, 61; 4.7 - Práticas Corporais de Aventura, 62;	
Apresentação	5	4.8 - Material de apoio, 64.	
Quadro-resumo das atividades	5		
Estrutura geral	10		
Organização da obra.....	10		
Organização do componente curricular de			
Educação Física segundo a BNCC.....	13		
Conexões entre os TCT e os objetos de			
conhecimento da Educação Física.....	16		
Referências bibliográficas comentadas	20		
Referências bibliográficas complementares			
comentadas.....	26		
<hr/>			
UNIDADE 1	Estrutura e subsídios		
	teóricos		29
<hr/>			
CAPÍTULO 1	Projeto de vida		29
1.1 - Introdução, 29; 1.2 - Fundamentos de um projeto			
de vida: eu, o outro e o mundo, 30;			
1.3 - Autoconhecimento e projeto de vida, 32;			
1.4 - Educação Física e projeto de vida, 34;			
1.5 - Material de apoio, 35.			
CAPÍTULO 2	Interdisciplinaridade		37
2.1 - Introdução, 37; 2.2 - Conceitos de			
interdisciplinaridade, 38; 2.3 - Temas Contemporâneos			
Transversais e interdisciplinaridade, 39; 2.4 - Educação			
Física e interdisciplinaridade, 40; 2.5 - Material de			
apoio, 42.			
CAPÍTULO 3	História da Educação Física		43
3.1 - Introdução, 43; 3.2 - Pré-História e o movimento			
humano, 44; 3.3 - Idade Antiga e o culto ao corpo, 46;			
3.4 - Idade Média e a preparação física militar, 47;			
3.5 - Idade Moderna e a ginástica, 48; 3.6 Idade			
Contemporânea e a Educação Física no Brasil, 50;			
3.7 - Pós-modernidade e a cultura corporal de			
movimento, 51; 3.8 - Material de apoio, 52.			
CAPÍTULO 4	Unidades temáticas		53
4.1 - Introdução, 53; 4.2 - Jogos e Brincadeiras, 55;			
4.3 - Ginásticas, 56; 4.4 - Danças, 58; 4.5 - Esportes, 59;			
4.6 - Lutas, 61; 4.7 - Práticas Corporais de Aventura, 62;			
4.8 - Material de apoio, 64.			
CAPÍTULO 5	Organização da aula		69
5.1 - Introdução, 69; 5.2 - O jovem estudante, 70;			
5.3 - O tempo, 73; 5.4 - O local, 73; 5.5 - Os materiais, 74;			
5.6 - As dinâmicas, 75; 5.7 - A comunicação, 75;			
5.8 - A avaliação, 76; 5.9 - Material de apoio, 78.			
<hr/>			
UNIDADE 2	Práticas corporais		
	e reflexões		79
<hr/>			
CAPÍTULO 6	Jogos e Brincadeiras		79
6.1 - Jogos e brincadeiras tradicionais e populares, 80;			
6.2 - Jogos eletrônicos, 88.			
CAPÍTULO 7	Ginásticas		95
7.1 - Ginástica Geral, 97; 7.2 - Ginástica de			
Condicionamento Físico, 104.			
CAPÍTULO 8	Danças		110
8.1 - Danças tradicionais, 111; 8.2 - Danças urbanas, 118.			
CAPÍTULO 9	Esportes		126
9.1 - Esportes de marca, 127; 9.2 - Esportes			
de precisão, 132; 9.3 - Esportes de rede ou			
de parede, 137; 9.4 - Esportes de campo e taco, 143;			
9.5 - Esportes de invasão, 149; 9.6 - Esportes de			
combate, 155; 9.7 - Esportes técnico-			
-combinatórios, 161.			
CAPÍTULO 10	Lutas		168
10.1 - Lutas de curta distância, 169; 10.2 - Lutas de			
média e de longa distância, 176.			
CAPÍTULO 11	Práticas Corporais		
	de Aventura		185
11.1 - Práticas corporais de aventura urbanas, 186;			
11.2 - Práticas corporais de aventura naturais, 193.			

Caros professor e professora de Educação Física

A última etapa da educação básica, o Ensino Médio, passou por um amplo processo de reformulação com o objetivo de proporcionar aos estudantes experiências e aprendizagens mais significativas e contextualizadas, que possam instrumentá-los para lidar com as problemáticas da sociedade contemporânea.

Espera-se que, nessa nova fase, o jovem amplie os conhecimentos construídos no Ensino Fundamental, consolidando-os e aprofundando-os. Para isso, é necessário que os estudantes desenvolvam competências, habilidades, atitudes e valores que contribuam para o seu projeto de vida.

Nesse sentido, esse material pretende auxiliar você, professor(a), a enfrentar esses desafios, oferecendo-lhe subsídios teóricos, pedagógicos e metodológicos para o seu desenvolvimento docente no comprometimento com a educação integral de seus estudantes. Além de proporcionar aprimoramento profissional, espera-se que esta obra possa colaborar no seu desenvolvimento pessoal, contribuindo para uma jornada de autoconhecimento.

Este livro traz reflexões que podem motivá-lo(a) na sua conexão consigo mesmo, com a atuação docente e com o campo de saber Educação Física. Todos esses aspectos fazem parte de quem você é e permeiam suas escolhas de vida. Por isso, sinta-se encorajado(a) a pensar sobre suas trajetórias, interesses e potencialidades, ciente de que suas palavras, intenções e ações impactam a vida de todos à sua volta.

A busca pela coletividade, pelo apoio mútuo e pela troca de saberes dentro da escola são ações que se pretende impulsionar por meio deste material, com a convicção de que as interações são capazes de fomentar a unidade, o desenvolvimento e a autonomia da comunidade escolar.

Este material tem ainda como propósito defender o respeito aos princípios éticos necessários à construção da cidadania e do convívio social, distanciando-se de estereótipos, preconceitos, ou qualquer outra forma de discriminação, violência ou violação de direitos humanos.

A concepção desta obra está atrelada a valores de respeito, empatia e admiração pelos(as) professores(as), ciente das condições diversas e adversas que o(a) professor(a) enfrenta diariamente. Por isso, as contribuições aqui apresentadas podem (e devem) ser ajustadas, incrementadas e ressignificadas conforme a sua realidade.

As práticas e vivências sugeridas são baseadas nas competências propostas pela BNCC e fundamentadas em temas contemporâneos transversais (TCT), desenvolvidas nas dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais. Também houve preocupação em trazer diversas estratégias de avaliação coerentes com as práticas didático-pedagógicas apresentadas, para que seja oferecido a você, professor(a), suporte do início ao fim, desde o planejamento de uma sequência didática até o momento de avaliação.

Esta obra deve se traduzir em auxílio diante dos desafios de se conceber a Educação Física como cultura corporal de movimento, dentro da área de Linguagens, evidenciando os aspectos históricos, sociais, culturais, políticos e econômicos dos jogos e brincadeiras, ginásticas, danças, esportes, lutas e práticas corporais de aventura.

Espera-se que este livro represente mais do que um manual de formação continuada, de consulta, de apoio e de reflexão, mas que possa servir de inspiração e encorajamento em todos os âmbitos de sua vida.

O autor

■ Quadro-resumo das atividades

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Prática didático-pedagógica	Habilidades	Objetivos
Jogos e Brincadeiras	Jogos e brincadeiras tradicionais e populares	<p>Título: Eu brinco, tu brincas, nós brincamos</p> <p>Práticas: 1. Jogos e brincadeiras em pinturas 2. Jogos e brincadeiras que marcaram a infância 3. Jogos e brincadeiras indígenas</p> <p>Ampliação: O direito de brincar: uma atuação dos jovens com as crianças da comunidade escolar</p>	(EM13LGG201) (EM13LGG204) (EM13LGG501) (EM13LGG503) (EM13LGG602) (EM13LGG604)	<p>Apreciar jogos e brincadeiras tradicionais e populares em produções artísticas, relacionando-os aos diferentes contextos históricos, sociais e culturais.</p> <p>Vivenciar e reconhecer jogos e brincadeiras indígenas, valorizando-os e respeitando-os como forma de expressão de valores e identidade.</p> <p>Compreender o brincar como direito das crianças e atuar criticamente sobre ele.</p>
Jogos e Brincadeiras	Jogos eletrônicos	<p>Título: Embate eletrônico</p> <p>Práticas: 1. Benefícios e prejuízos da prática de jogos eletrônicos 2. Adaptação do ambiente virtual à realidade 3. Debate sobre jogos eletrônicos</p> <p>Ampliação: O lixo eletrônico: o consumo e o descarte conscientes</p>	(EM13LGG301) (EM13LGG302) (EM13LGG303) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG503) (EM13LGG701) (EM13LGG702) (EM13LGG704)	<p>Compreender os jogos eletrônicos como práticas de linguagem digital, considerando dimensões técnicas, críticas e criativas, seus princípios e funcionalidades.</p> <p>Vivenciar as práticas de jogos eletrônicos e ressignificá-las como práticas corporais, compreendendo os benefícios e os prejuízos para o bem-estar físico e mental.</p> <p>Debater e posicionar-se criticamente sobre questões polêmicas envolvendo os jogos eletrônicos, utilizando o tema para a formulação de propostas que estimulem a promoção da consciência socioambiental e o consumo responsável.</p>
Ginásticas	Ginástica geral	<p>Título: Ginástica para todos?</p> <p>Práticas: 1. Conceitos da Ginástica para todos 2. Figuras da ginástica acrobática</p> <p>Ampliação: Saúde e bem-estar na terceira idade: conscientização para o direito dos idosos</p>	(EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG204) (EM13LGG501) (EM13LGG503)	<p>Compreender e valorizar a Ginástica para todos como fenômeno sociocultural, analisando seu discurso ideológico.</p> <p>Vivenciar a ginástica geral e refletir sobre os benefícios da prática para o projeto de vida.</p> <p>Refletir sobre os direitos dos idosos e a importância das práticas corporais no processo de envelhecimento saudável, sensibilizando os jovens para o exercício da responsabilidade social.</p>
Ginásticas	Ginástica de condicionamento físico	<p>Título: A frequência cardíaca e o autoconhecimento</p> <p>Práticas: 1. Aferição da frequência cardíaca 2. Circuito <i>fitness</i> 3. Técnicas de relaxamento</p> <p>Ampliação: Avaliações no Ensino Médio: o relaxamento e seus benefícios</p>	(EM13LGG301) (EM13LGG501) (EM13LGG503)	<p>Reconhecer e praticar as ginásticas de condicionamento como forma de melhorar a saúde física e mental.</p> <p>Utilizar as técnicas de relaxamento para praticar o autoconhecimento e o autocuidado.</p> <p>Desenvolver o autoconhecimento para o protagonismo e autoria do seu projeto de vida.</p>

Continuação

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Prática didático-pedagógica	Habilidades	Objetivos
Danças	Danças tradicionais	<p>Título: Dança, um Patrimônio Imaterial</p> <p>Práticas: 1. Conceitos das danças tradicionais 2. Danças das cinco regiões do Brasil</p> <p>Ampliação: Festa junina: uma atuação para a valorização cultural</p>	(EM13LGG402) (EM13LGG501) (EM13LGG503) (EM13LGG601) (EM13LGG602) (EM13LGG603) (EM13LGG604)	<p>Apropriar-se das danças tradicionais como patrimônio artístico e cultural, reconhecendo e valorizando sua diversidade estética e histórica, bem como os processos de legitimação de maneira ética e empática.</p> <p>Apreciar e fruir as danças tradicionais das cinco regiões do Brasil, reconhecendo-as como linguagem corporal e identificando o processo de construção histórica dessas práticas.</p> <p>Participar de processos de elaboração coletiva a partir da festa junina, reconhecendo sua expressão identitária e valorizando as diferentes matrizes que compõem a cultura brasileira.</p>
Danças	Danças urbanas	<p>Título: Dança, arte e cultura urbana</p> <p>Práticas: 1. Conceitos da dança urbana 2. Análise do discurso do <i>rap</i> 3. Linguagem corporal no <i>breakdance</i></p> <p>Ampliação: Festival de <i>hip-hop</i>: uma batalha contra o preconceito</p>	(EM13LGG102) (EM13LGG103) (EM13LGG104) (EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG401) (EM13LGG501) (EM13LGG502)	<p>Analisar os discursos presentes no <i>rap</i> como fenômeno (geo)político, histórico, social e cultural para compreender as danças urbanas como linguagem e prática cultural, possibilitando uma interpretação crítica da realidade.</p> <p>Vivenciar o <i>breakdance</i> como forma de expressão de valores, reconhecendo os processos identitários e de relação de poder que permeiam a cultura do <i>hip-hop</i>.</p> <p>Utilizar diferentes linguagens (verbal e não verbal) para atuar socialmente combatendo preconceitos, com base em princípios e valores de equidade.</p>
Esportes	Esportes de marca	<p>Título: Para cego ver</p> <p>Práticas: 1. Jogos Olímpicos e Paralímpicos 2. Atletismo adaptado</p> <p>Ampliação: Nossa escola é para todos: um projeto de intervenção na acessibilidade da escola</p>	(EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG303) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG502)	<p>Utilizar o atletismo adaptado para desenvolver relações empáticas e de respeito.</p> <p>Debater questões inerentes às práticas corporais adaptadas para desenvolver a consciência sobre a inclusão.</p> <p>Formular criticamente propostas para intervir de forma solidária e ética na escola e na sociedade.</p>
Esportes	Esportes de precisão	<p>Título: Sinuca: esporte ou lazer?</p> <p>Práticas: 1. A história da sinuca e do "Rui Chapéu" 2. Sinuca adaptada</p> <p>Ampliação: Precisão nos estudos e no trabalho</p>	(EM13LGG202) (EM13LGG203) (EM13LGG501) (EM13LGG502) (EM13LGG503)	<p>Utilizar e fruir os esportes de precisão para interagir socialmente e estabelecer relações construtivas.</p> <p>Compreender a sinuca como prática de lazer e esporte, legitimando sua prática na sociedade.</p> <p>Ressignificar as práticas corporais no projeto de vida, nos âmbitos pessoal e profissional, como fontes de bem-estar e engajamento.</p>

Continua

Continuação

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Prática didático-pedagógica	Habilidades	Objetivos
Esportes	Esportes de rede ou de parede	<p>Título: Atleta com A</p> <p>Práticas: 1. O elitismo no tênis 2. Adaptação do tênis</p> <p>Ampliação: Tênis: em busca da igualdade de gênero</p>	(EM13LGG101) (EM13LGG102) (EM13LGG104) (EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG301) (EM13LGG302) (EM13LGG303) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG502)	<p>Compreender, interpretar e analisar criticamente os discursos e as relações de poder que permeiam as práticas corporais elitistas como o tênis.</p> <p>Compreender o impacto das desigualdades de gênero no esporte e no mundo do trabalho.</p> <p>Atuar socialmente baseado em princípios de igualdade e nos Direitos Humanos, combatendo preconceitos e injustiças à mulher.</p>
Esportes	Esportes de campo e taco	<p>Título: <i>Pitcher e hitter</i></p> <p>Práticas: 1. Beisebol e <i>softbol</i> 2. Termos técnicos em inglês</p> <p>Ampliação: Tacada intergeracional: facilitando o diálogo entre gerações</p>	(EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG301) (EM13LGG402) (EM13LGG403) (EM13LGG501) (EM13LGG503)	<p>Selecionar movimentos inerentes às práticas corporais adaptadas ao contexto escolar para estabelecer relações construtivas e empáticas na vida social e familiar.</p> <p>Compreender as línguas como fenômeno cultural que emerge também nas práticas corporais.</p> <p>Utilizar os esportes de campo e taco em diferentes contextos, valorizando-os como fenômeno cultural.</p>
Esportes	Esportes de invasão	<p>Título: Os valores do esporte</p> <p>Práticas: 1. Valores do <i>ultimate frisbee</i> 2. Esportes de invasão sem contato físico</p> <p>Ampliação: <i>Fair-play</i>: o lugar mais alto do pódio</p>	(EM13LGG101) (EM13LGG103) (EM13LGG104) (EM13LGG301) (EM13LGG302) (EM13LGG303) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG502) (EM13LGG503)	<p>Mapear as atividades esportivas de invasão com relevância social e cultural, com o intuito de colaborar na atuação crítica, criativa, solidária, empática e ética dos atores envolvidos.</p> <p>Vivenciar o <i>frisbee</i> e significar sua prática com princípios e valores baseados no diálogo, na cooperação e na resolução de conflitos.</p> <p>Dialogar e formular propostas para fortalecer condutas cidadãs e éticas, com base nos conceitos experimentados ao longo das práticas.</p>
Esportes	Esportes de combate	<p>Título: Combatendo estereótipos</p> <p>Práticas: 1. Sumô e suas tradições 2. Jogos de oposição 3. Torneio de sumô</p> <p>Ampliação: O peso e a imagem corporal: saúde física e mental</p>	(EM13LGG101) (EM13LGG102) (EM13LGG103) (EM13LGG104) (EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG501) (EM13LGG502) (EM13LGG503) (EM13LGG701) (EM13LGG704)	<p>Vivenciar o sumô de modo a estabelecer relações éticas e de respeito, além de ampliar os conhecimentos acerca dos valores e das tradições inerentes a esse esporte de combate.</p> <p>Reconhecer e analisar os discursos sobre peso, imagem corporal e saúde presentes nos esportes, nas diferentes mídias e na sociedade.</p> <p>Produzir discursos que possam auxiliar no autoconhecimento e na autoaceitação, combatendo estereótipos e imposições.</p>

Continua

Continuação

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Prática didático-pedagógica	Habilidades	Objetivos
Esportes	Esportes técnico-combinatórios	<p>Título: Esporte é cultura</p> <p>Práticas: 1. História e conceitos do <i>skate</i> 2. Práticas coletivas por meio do <i>skate</i></p> <p>Ampliação: <i>Skate</i>: um documentário sobre a cultura juvenil</p>	<p>(EM13LGG101) (EM13LGG102) (EM13LGG103) (EM13LGG104) (EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG301) (EM13LGG302) (EM13LGG501) (EM13LGG502) (EM13LGG503) (EM13LGG701) (EM13LGG702) (EM13LGG703) (EM13LGG704)</p>	<p>Utilizar a prática do <i>skate</i> para interagir socialmente, estabelecer relações de respeito, valorizando-o como esporte e forma de entretenimento.</p> <p>Compreender o <i>skate</i> como fenômeno sociocultural e histórico, reconhecendo as diversidades e pluralidades de ideias e posições.</p> <p>Analisar os discursos inerentes ao <i>skate</i> por meio da produção de um minidocumentário, ampliando suas possibilidades de aprender, de atuar socialmente e de explicar e interpretar criticamente a modalidade.</p>
Lutas	Lutas de curta distância	<p>Título: O judô e seu código moral</p> <p>Práticas: 1. Código moral do judô 2. Técnicas de quedas e imobilizações do judô</p> <p>Ampliação: Lutando contra o <i>bullying</i>: mapear, analisar e combater</p>	<p>(EM13LGG101) (EM13LGG301) (EM13LGG303) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG502) (EM13LGG503) (EM13LGG701)</p>	<p>Reconhecer e vivenciar as lutas de curta distância, como o judô, de forma consciente e intencional para interagir e estabelecer relações construtivas, empáticas e de respeito às diferenças.</p> <p>Refletir sobre os valores intrínsecos ao judô, bem como compreender as possíveis relações de poder presentes nas práticas corporais e mobilizar esses conhecimentos na interpretação crítica da realidade.</p> <p>Utilizar o judô para formular e debater questões polêmicas e pertinentes ao ambiente escolar, como o <i>bullying</i>, visando ampliar suas possibilidades de atuação crítica e adotando posicionamento contrário a qualquer manifestação de desrespeito aos Direitos Humanos e valores democráticos.</p>

Continua

Continuação

Unidade temática	Objeto de conhecimento	Prática didático-pedagógica	Habilidades	Objetivos
Lutas	Lutas de média e longa distância	<p>Título: Artes e valores marciais</p> <p>Práticas: 1. História e estilos do <i>karate</i> 2. Prática do <i>kihon, kata e kumite</i></p> <p>Ampliação: <i>Karate</i>: um caminho para o autoconhecimento</p>	(EM13LGG101) (EM13LGG201) (EM13LGG202) (EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG301) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG503)	<p>Compreender as ideologias presentes no <i>karate (kihon, kata e kumite)</i>, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores que refletem no modo de vida do praticante.</p> <p>Fruir o <i>karate</i> para compreender os processos identitários que permeiam a vivência dessa arte marcial, reconhecendo e respeitando os princípios e valores inerentes a ela.</p> <p>Utilizar o <i>karate</i> para refletir sobre seu projeto de vida de forma crítica, criativa, ética e solidária, exercitando o autoconhecimento, a empatia, o diálogo, a cooperação e o enfrentamento dos desafios do mundo contemporâneo.</p>
Práticas Corporais de Aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	<p>Título: Transpondo os obstáculos da vida</p> <p>Práticas: 1. <i>Parkour</i> e sua filosofia 2. <i>Chase-tag</i></p> <p>Ampliação: Espaços públicos físicos e digitais: direitos e deveres</p>	(EM13LGG101) (EM13LGG102) (EM13LGG103) (EM13LGG104) (EM13LGG203) (EM13LGG204) (EM13LGG501) (EM13LGG503) (EM13LGG701) (EM13LGG702) (EM13LGG703) (EM13LGG704)	<p>Reconhecer e fruir o <i>parkour</i> como prática corporal que promove o autoconhecimento, a responsabilidade, a determinação, a resiliência e a autonomia.</p> <p>Compreender as práticas corporais de aventura urbanas e sua filosofia para ampliar a utilização dos espaços públicos garantidos pelos Direitos Humanos.</p> <p>Promover a participação social por meio da criação de um ambiente digital ético e confiável.</p>
Práticas Corporais de Aventura	Práticas corporais de aventura naturais	<p>Título: Orientação para a vida</p> <p>Práticas: 1. Fundamentos da corrida de orientação 2. Corrida de orientação dentro e fora da escola</p> <p>Ampliação: <i>Plogging</i>: uma corrida em favor do meio ambiente</p>	(EM13LGG301) (EM13LGG304) (EM13LGG305) (EM13LGG501) (EM13LGG503)	<p>Fruir a corrida de orientação, utilizando intencionalmente os movimentos dessa prática corporal de aventura e estabelecendo relações harmônicas e cooperativas com os colegas.</p> <p>Explorar os mapas nas práticas corporais de aventura para perceber como as diversas linguagens se combinam, desenvolvendo e ampliando habilidades referentes à orientação espacial e à decodificação de símbolos.</p> <p>Utilizar o <i>plogging</i> para exercer, com autonomia e colaboração, protagonismo e autoria na vida pessoal e coletiva de forma crítica, criativa, ética e solidária para a consciência socioambiental e o consumo responsável.</p>

■ Estrutura geral

Essa é uma obra de formação continuada destinada aos professores de Educação Física, que tem por objetivo central contribuir para a formação do professor e para o trabalho baseado em vivências interdisciplinares, fundamentado nos Temas Contemporâneos Transversais (TCT). Além disso, almeja-se o desenvolvimento integral dos estudantes por meio das competências gerais, das competências específicas e das habilidades definidas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Os objetivos apontados encontram justificativa nas finalidades intrínsecas aos desafios do Ensino Médio, de acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB)¹, sendo elas: a continuidade, a consolidação e a ampliação dos conhecimentos dos estudantes construídos no Ensino Fundamental; a aderência do estudante à aprendizagem e às práticas de cidadania e o preparo para o mercado de trabalho; o desenvolvimento do espírito crítico, da ética e da autonomia intelectual do jovem e o aprimoramento da sua capacidade de relacionar os conhecimentos teóricos e práticos, nos vários componentes curriculares, por meio de fundamentos científicos e tecnológicos. Essas finalidades requerem que as escolas de Ensino Médio se comprometam com as necessidades formativas do jovem.

A dinâmica social contemporânea nacional e internacional, marcada especialmente pelas rápidas transformações decorrentes do desenvolvimento tecnológico, impõe desafios ao Ensino Médio. Para atender às necessidades de formação geral, indispensáveis ao exercício da cidadania e à inserção no mundo do trabalho, e responder à diversidade de expectativas dos jovens quanto à sua formação, a escola que acolhe as juventudes tem de estar comprometida com a educação integral dos estudantes e com a construção de seu projeto de vida. (BNCC, 2017, p. 464)

O presente material visa auxiliar o professor de Educação Física a enfrentar esses desafios no percurso da formação geral do Ensino Médio, oferecendo-lhe subsídios teóricos, metodológicos e pedagógicos para o seu desenvolvimento docente e humano, seu comprometimento com a educação integral e com a construção do projeto de vida dos estudantes.

Organização da obra

Esta obra está organizada em duas unidades:

Unidade 1	Unidade 2
Projeto de vida	Jogos e Brincadeiras
Interdisciplinaridade	Ginásticas
História da Educação Física	Danças
Unidades temáticas	Esportes
Organização da aula	Lutas
	Práticas Corporais de Aventura

¹ BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Brasília, 1996. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/lei9394_idbn1.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2020.

A primeira unidade contém cinco capítulos: **Projeto de vida, Interdisciplinaridade, História da Educação Física, Unidades temáticas e Organização da aula**. De maneira geral, essa parte do livro tem como objetivo oferecer ao professor conceitos teórico-metodológicos indispensáveis para a atuação docente, para sua formação pessoal e atuação cidadã. Visa também estimular a reflexão acerca da concepção de uma aula de qualidade, baseada no desenvolvimento de competências e habilidades inerentes à Educação Física enquanto componente curricular da área de Linguagens e suas Tecnologias. Assim, esta obra propõe promover a formação do professor para que este atue à luz dos pressupostos da BNCC de maneira consciente, autônoma e responsável.

Especificamente, o capítulo **Projeto de vida** traz reflexões sobre como o professor deve se desenvolver pessoal, profissionalmente e em sua atuação cidadã.

Para William Damon² (1944-), professor da Universidade de Stanford, diretor do Centro de Adolescência de Stanford e membro sênior do Instituto Hoover da Universidade de Stanford, é necessário compreender as dimensões pessoais e sociais que o projeto de vida abarca. Para o autor, o projeto de vida se apresenta como “uma intenção estável e generalizada de alcançar algo que é ao mesmo tempo significativo para o eu e gera consequências no mundo além do eu” (DAMON, 2009, p. 14), ou seja, o projeto de vida deve não só ser significativo individualmente, mas também impactar positivamente a sociedade.

No âmbito pessoal, o projeto de vida é caracterizado pelo desenvolvimento de objetivos, aspirações, interesses e potenciais. Para isso, o professor é convidado a identificar seus interesses, trajetórias e recursos individuais, a fim de reconhecer suas potencialidades e superar as dificuldades.

No âmbito profissional, ele deve avaliar como o seu projeto de vida dialoga com o dos estudantes e o da comunidade escolar. Para Bernard Charlot³ (1944-), professor de Ciências da Educação da Universidade de Paris e da pós-graduação da Universidade Federal de Sergipe, o “trabalho docente está impregnado de intencionalidade, pois visa à formação humana por meio de conteúdos e habilidades de pensamento e ação, implicando escolhas, valores, compromissos éticos” (CHARLOT, 2016, p. 13). Por isso, o professor é estimulado ao autoconhecimento, considerando os motivos pelos quais ensina e de que maneira ensina.

Já no âmbito social, o professor é convidado a ver-se como um agente integrante da construção escolar e comunitária. Além disso, por meio de sua participação cidadã, ele é levado a considerar o impacto que gera na realidade em que vive, possibilitando ampliar suas percepções quanto ao seu papel na sociedade e no ambiente coletivo.

Para o desenvolvimento de todos esses aspectos, o professor é instigado a repensar sua vida, a partir dos elementos da Psicologia Positiva⁴ e de ferramentas de autoconhecimento. Pretende-se que o leitor, por meio da compreensão de si mesmo, desenvolva autoconfiança, autocuidado, autonomia e resiliência diante de seu projeto de vida. Paralelamente, com o intuito de que desenvolva habilidades pessoais e consciência das diferentes dimensões de um projeto de vida, lhe serão oferecidos instrumentos práticos, como ferramentas para refletir sobre o planejamento de metas e objetivos, assim como outras estratégias para alcançá-los.

No segundo capítulo, **Interdisciplinaridade**, o professor de Educação Física será apresentado aos fundamentos da interdisciplinaridade, não só como teoria, mas também como estratégia de ensino.

Em um primeiro momento, o leitor é estimulado a refletir sobre o significado do conceito de interdisciplinaridade, por meio da sobreposição de conceituações de diferentes teóricos

2 DAMON, William. *O que o jovem quer da vida?: como pais e professores podem orientar e motivar os adolescentes*. São Paulo: Summus, 2009.

3 CHARLOT, Bernard. *Da relação com o saber às práticas educativas*. São Paulo: Cortez, 2016.

4 SELIGMAN, Martin; CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. Positive psychology: an introduction. In: CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. *Flow and the foundations of positive psychology*. Dordrecht: Springer, 2014. p. 279-298.

(ZABALA⁵, 2002; GARCIA⁶, 2008; THIESEN⁷, 2008; FAZENDA⁸, 1979) e sua evolução nos documentos oficiais brasileiros (LDB, PCN⁹ e BNCC).

A construção dessa definição sugere a compreensão da interdisciplinaridade como um diálogo entre diferentes campos de saber, para o aprofundamento de todo e qualquer objeto de conhecimento. Para embasar a necessidade de se dedicar a um ensino interdisciplinar, invocam-se os pressupostos de uma aprendizagem não fragmentada e o desenvolvimento integral dos estudantes, defendidos há mais de um século pelo filósofo e pedagogo estadunidense John Dewey (1859-1952)¹⁰ e presentes também na BNCC.

Tudo o que a escola pode ou precisa fazer pelos alunos [...] é desenvolver a sua capacidade de pensar. A fragmentação da instrução em vários fins separados evidencia por si mesma o modo ineficaz com que se cumprem. (DEWEY, 1979, p. 167)

Em seguida, expõe como a abordagem da aprendizagem por competências se revela mais congruente com as especificidades e as exigências de uma escola pautada pelo trabalho interdisciplinar. Assim, contribui para a reflexão do professor sobre as diferentes formas de representar, formular e expor esses objetos de conhecimento de maneira integrada e coerente para os estudantes.

Ao final, o capítulo dedica-se a mostrar como os temas Temas Contemporâneos Transversais (TCT) representam uma forma de desenvolver as competências e as habilidades dos estudantes. Também convida o professor a considerar que trabalhar com temas que perpassam a sociedade pode trazer experiências e aprendizagens mais significativas para os jovens. A construção desse capítulo é essencial para que o professor de Educação Física, ao elaborar sua aula, consiga estabelecer relações entre os objetos de conhecimento da Educação Física e os da área de Linguagens e suas Tecnologias.

O terceiro capítulo, **História da Educação Física**, traz uma importante contribuição teórica para o professor ao apresentar a evolução desse campo de saber desde os tempos mais remotos. Essa abordagem amplia os conhecimentos do professor, pois abrange as transformações inerentes à Educação Física enquanto objeto de conhecimento.

O leitor, por meio de uma perspectiva histórica da evolução da espécie humana, reflete sobre o caráter biológico, social e cultural da Educação Física. Por consequência, ao considerar as questões antropológicas e sociológicas, poderá traçar paralelos com as características da sociedade moderna, com os problemas sociais contemporâneos e com a transformação de hábitos e costumes ao longo de gerações.

Durante esse percurso, ele também poderá tomar ciência da importância de outras áreas de conhecimento para a formulação da Educação Física enquanto componente curricular obrigatório nas escolas. A Antropologia, a Sociologia, a Filosofia, a Psicologia e a Medicina auxiliam o professor na compreensão do seu campo de conhecimento com base em uma perspectiva interdisciplinar.

Além disso, a progressão apresentada na construção dos objetos de conhecimento culmina na definição do conceito de cultura corporal de movimento. Essa definição está associada ao Movimento Renovador¹¹, que teve como objetivo aproximar a Educação Física das problemáticas da sociedade.

5 ZABALA, Antoni. *Enfoque globalizador e pensamento complexo: uma proposta para o currículo escolar*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

6 GARCIA, Joe. A interdisciplinaridade segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais. *Revista de Educação Pública*, Cuiabá, v. 17, n. 35 (p. 363-378), p. 365, set.-dez. 2008.

7 THIESEN, Juares da Silva. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. *Revista Brasileira de Educação*, v. 13, n. 39, p. 545-554, 2008.

8 THIESEN, Juares da Silva. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. *Revista Brasileira de Educação*, v. 13, n. 39, p. 545-554, 2008.

9 BRASIL. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física*. Brasília, 1997. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2020.

10 DEWEY, John. *Democracia e educação*. 4. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1979.

11 O Movimento Renovador na Educação Física abarcou um conjunto de debates e pesquisas sobre o papel desse componente curricular na escola. O movimento questionava pressupostos relacionados ao enfoque dado ao esporte e à aptidão física. As aulas eram reducionistas e excludentes, concentrando-se em aspectos biológicos e físicos, o que por vezes desconsiderava os alunos menos aptos. O Movimento Renovador aproximou a Educação Física das teorias críticas da Educação, bem como de questões políticas e sociais, estabelecendo novos objetivos e princípios pedagógicos que foram delineados a partir do olhar de diferentes tendências pedagógicas.

Essas mudanças foram respaldadas pela LDB (Lei de Diretrizes e Bases da Educação) e pelos PCN (Parâmetros Curriculares Nacionais) e foram essenciais para conceber a Educação Física na área de Linguagens e suas Tecnologias e para que o professor pudesse ressignificar a sua área de conhecimento segundo os pressupostos da BNCC.

Ao longo de todo o capítulo, estão vinculados à história da Educação Física temas bastante atuais, de maneira a consolidar uma valiosa estratégia para possíveis conexões e interfaces. Por fim, o professor será capaz de ampliar o conhecimento acerca do seu componente curricular, relacionando-o com outras áreas do conhecimento e articulando-o com temas contemporâneos.

Ainda, com o propósito de situar o professor em relação aos conhecimentos adquiridos pelos estudantes no Ensino Fundamental, são apresentadas as Competências e as Habilidades de Educação Física para o Ensino Fundamental (BNCC, 2017, p. 223). Essa informação se revela imprescindível para que o professor compreenda os objetivos anteriores, dando continuidade ao desenvolvimento do estudante no Ensino Médio. É importante ressaltar que a compreensão clara dos objetivos da etapa anterior e da etapa atual, em termos de competências e habilidades esperadas, é crucial para um planejamento coerente e significativo.

O quarto capítulo, **Unidades temáticas**, tem como objetivo esclarecer o professor de como os objetos de conhecimento se estruturam hierarquicamente. No quadro abaixo, são apresentados os objetos de conhecimento, as unidades temáticas e as práticas didático-pedagógicas, tomando como base a estruturação da BNCC no Ensino Fundamental.

Organização do componente curricular de Educação Física segundo a BNCC

Unidades temáticas	Objetos de conhecimento	Práticas didático-pedagógicas (Modalidades)
Jogos e Brincadeiras	Jogos e brincadeiras tradicionais e populares	cabo de guerra, esconde-esconde, mãe da rua, pega-pega, pipa, queimada etc.
	Jogos eletrônicos	celular, computador, fliperama, <i>tablet</i> , <i>videogame</i> etc.
Ginásticas	Ginástica geral	ginástica para todos (acrobática, expressiva, rítmica)
	Ginástica de condicionamento físico	<i>fitness</i> , hidroginástica, ioga, meditação, musculação, relaxamento etc.
Danças	Danças tradicionais	baião, catira, fandango, forró, frevo, maracatu, quadrilha, samba etc.
	Danças urbanas	<i>breakdance</i> , <i>funk</i> , <i>freestyle (hip-hop)</i> , <i>locking</i> , <i>popping</i> etc.
Esportes	Esportes de marca	atletismo, ciclismo, levantamento de peso, natação, remo etc.
	Esportes de precisão	bocha, boliche, <i>curling</i> , golfe, sinuca, tiro com arco, tiro esportivo etc.
	Esportes de rede ou de parede	<i>badminton</i> , tênis, tênis de mesa, vôlei, vôlei de praia etc.
	Esportes de campo e taco	beisebol, críquete e <i>softball</i> .
	Esportes de invasão	basquete, <i>frisbee</i> , futebol, futsal, handebol, hóquei, rúgbi etc.
	Esportes de combate	boxe, esgrima, judô, <i>karate</i> , MMA, <i>taekwondo</i> , <i>wrestling</i> etc.
	Esportes técnico-combinatórios	ginásticas, nado artístico, saltos ornamentais, <i>skate</i> , surfe etc.
Lutas	Lutas de curta distância	<i>aikido</i> , judô, <i>jiu-jitsu</i> , sumô, <i>wrestling</i> etc.
	Lutas de média e longa distância	boxe, capoeira, <i>kendo</i> , <i>kung fu</i> , <i>muay thai</i> , <i>taekwondo</i> etc.
Práticas Corporais de Aventura	Práticas corporais de aventura urbanas	<i>skate</i> , <i>parkour</i> , <i>base jumping</i> , <i>paintball</i> , <i>slackline</i> , BMX etc.
	Práticas corporais de aventura naturais	arvorismo, escalada, paraquedismo, <i>rafting</i> , <i>snowboard</i> , <i>trekking</i> etc.

Nesse capítulo, a organização e a explanação dos objetos de conhecimento permitem que o professor de Educação Física reflita sobre a gama de possibilidades a serviço do desenvolvimento de aprendizagens dos seus estudantes (COLETIVO DE AUTORES, 1992)¹².

E, para além disso, apresenta reflexões de como práticas do universo da cultura corporal de movimento podem ser relacionadas com os temas atuais de maneira inovadora. As conexões apresentadas, nesse e em outros capítulos, foram subsidiadas pela Legislação Brasileira¹³⁻¹⁴. Esse movimento de aproximação de questões inerentes à cultura jovem e ao pluralismo brasileiro é necessário para que o professor compreenda a Educação Física como componente curricular integrante da área de Linguagens e suas Tecnologias.

Vale ressaltar que, no Ensino Médio, os desenvolvimentos das propostas pedagógicas são regidos pelas competências gerais e específicas.

Nesse processo de reorientação curricular, é imprescindível aos sistemas de ensino, às redes escolares e às escolas: orientar-se pelas competências gerais da Educação Básica e assegurar as competências específicas de área e as habilidades definidas na BNCC do Ensino Médio em até 1800 horas do total da carga horária da etapa, o que constitui a formação geral básica, nos termos do Artigo 11 da Resolução CNE/CEB nº 3/2018. (BNCC, 2017, p. 475-476)

Nesse sentido, para enfatizar a aproximação das práticas didático-pedagógicas das competências propostas pela BNCC, são apresentadas ao professor as competências gerais e as competências e habilidades da área de Linguagens e suas Tecnologias. Ainda assim, o capítulo se caracteriza, enquanto material formativo teórico, como ampliação do rol de saberes específicos da Educação Física.

O quinto e último capítulo da unidade 1, **Organização da aula**, reúne aspectos estratégicos a serem levados em consideração quando se planeja a aula de Educação Física para o jovem do Ensino Médio. De modo geral, esse capítulo reforça quanto a preparação da aula é um ponto crucial para formar integralmente os estudantes.

Nesse sentido, discorre-se acerca das características motoras (GALLAHUE; OZMUN, 2013)¹⁵ e psicológicas (WEINBERG; GOULD, 2017)¹⁶ do jovem. Com o intuito de subsidiar a análise crítica e criativa da cultura juvenil, o leitor conhecerá reflexões que contribuem para o posicionamento do professor contra estereótipos recorrentes nas aulas de Educação Física, tais como as questões de gênero, étnico-raciais e do padrão estético corporal, entre outras, que possam ser consideradas discriminação ou violência contra os Direitos Humanos.

Esta obra tem o intuito de defender, durante todo o percurso do Ensino Médio, o respeito aos princípios éticos necessários à construção da cidadania e do convívio social. Para isso, baseia-se em preceitos legais, como o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)¹⁷, o Estatuto da Pessoa com Deficiência (PcD)¹⁸,

12 COLETIVO de autores. *Metodologia do Ensino da Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

13 BRASIL. Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação das Relações Étnico-Raciais e para o Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana. Resolução n. 1, de 17 de junho de 2004. Pareceres e Resoluções sobre Educação das Relações Étnico-Raciais. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/escola-de-gestores-da-educacao-basica/323-secretarias-112877938/orgaos-vinculados-82187207/12988-pareceres-e-resolucoes-sobre-educacao-das-relacoes-etnico-raciais>>. Acesso em: 10 ago. 2020.

14 BRASIL. Política Nacional de Educação Ambiental. Lei n. 9.795, de 27 de abril de 1999. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9795.htm>. Acesso em: 11 ago. 2020.

15 GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. *Compreendendo o desenvolvimento motor*. São Paulo: Phorte, 2013.

16 WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

17 BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/crianca-e-adolescente/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-versao-2019.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2020.

18 BRASIL. Lei n. 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm>. Acesso em: 10 ago. 2020.

o Atendimento Educacional Especializado (AEE)¹⁹ e as Diretrizes Nacionais para Educação em Direitos Humanos²⁰, entre outros.

Também tem como objetivo situar o estudante no centro do processo de ensino-aprendizagem e, para isso, propõe ao professor diferentes formas de conceber a aula. Para além de ser ministrada em momento único, pode ser concebida como sequência didática, ou até mesmo como um projeto integrador que permeie diversas aulas. Essa flexibilização é intencional para capacitar o professor quanto às diferentes formas metodológicas de se conduzir uma aula.

Para um planejamento coerente, alguns aspectos são essenciais, a saber: estabelecer objetivos claros, pertinentes, pautados pelas competências e que visem ao desenvolvimento integral do estudante; considerar os conhecimentos prévios e pretensões do jovem; repensar os materiais e locais de prática, conforme as particularidades da escola e da realidade do professor; estabelecer uma comunicação respeitosa entre docente e estudantes; refletir sobre métodos de avaliação adequados.

Todos esses aspectos foram estruturados ao longo do capítulo. No entanto, a avaliação, em especial, ganhou relevância por incorporar estratégias de apreciação diversificadas, coerentes com os objetivos de aprendizagem. A avaliação é uma maneira de propiciar o autoconhecimento dos estudantes acerca de suas aprendizagens e, por isso, é um instrumento de diagnóstico, além de uma forma de comunicar os avanços e as dificuldades de todos os estudantes.

Longe de ser instrumento de pressão e castigo, a avaliação deve mostrar-se útil para as partes envolvidas – professores, alunos e escola –, contribuindo para o autoconhecimento e para a análise das etapas já vencidas, no sentido de alcançar objetivos previamente traçados. Para tanto, constitui-se em um processo contínuo de diagnóstico da situação, contando com a participação de professores, alunos e equipe pedagógica da escola. (DARIDO, 2012, p. 127)²¹

O tópico também permite ao docente refletir sobre critérios de avaliação diversificados e contemplados em três dimensões: conceitual, procedimental e atitudinal. Questões cognitivas, motoras e atitudinais devem nortear tanto o professor quanto o estudante ao longo do processo de ensino-aprendizagem. As avaliações também devem servir de instrumentos diagnósticos e processuais para que o professor possa acompanhar individualmente o desenvolvimento de cada estudante e replanejar suas intervenções, quando necessário.

O capítulo **Organização da aula** tem o intuito de apoiar o professor de Educação Física na preparação da aula a ser realizada. Mais do que inspirá-lo a transpor barreiras, esta obra propõe estratégias de resolução de problemas para que se sinta capaz e encorajado a ressignificar as práticas diante da sua realidade docente.

Em todos os capítulos da **Unidade 1**, há um box chamado **Para refletir**, no qual são propostos alguns questionamentos ao leitor com o intuito de estimular reflexões sobre os assuntos que serão tratados. Além disso, ao final de cada capítulo, há uma seção chamada **Para recapitular**, que sintetiza as construções teóricas apresentadas visando auxiliar o professor em suas ações didáticas. Ao final de cada capítulo, há uma seção chamada **Material de apoio** com estratégias e instrumentos práticos que servem para o aperfeiçoamento e a ampliação dos conhecimentos do leitor.

Na segunda parte do livro, todas as dimensões abordadas nos primeiros capítulos (**Projeto de vida, Interdisciplinaridade, História da Educação Física, Unidades temáticas e Organização da aula**) são retomadas por meio de práticas, reflexões e vivências pedagógicas propostas.

19 BRASIL. Atendimento Educacional Especializado (AEE). Decreto n. 7.611, de 17 de novembro de 2011. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/decreto/d7611.htm>. Acesso em: 11 ago. 2020.

20 BRASIL. Diretrizes Nacionais para a Educação em Direitos Humanos. Resolução n. 1, de 30 de maio de 2012. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/rcp001_12.pdf>. Acesso em: 11 ago. 2020.

21 DARIDO, Suraya Cristina. Avaliação em Educação Física na escola. Universidade Estadual Paulista. Prograd. *Caderno de formação: formação de professores didática geral*. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2012. v. 16, p. 127-140.

A segunda unidade tem como propósito fornecer subsídios ao professor para que ele possa promover aulas com objetivos definidos, baseados em habilidades e fundamentados em TCT, considerando as unidades temáticas apresentadas e respeitando a diversidade social, histórica, política, econômica, demográfica e cultural do Brasil. É uma maneira de ampliar o repertório do professor, ajudando-o a enfrentar os desafios de conceber a Educação Física como prática corporal dentro da área de Linguagens e suas Tecnologias (NEIRA, 2018)²².

As vivências estão organizadas pelas suas respectivas unidades temáticas. Nas introduções das unidades temáticas (**Jogos e Brincadeiras, Danças, Ginásticas, Esportes, Lutas e Práticas Corporais de Aventura**), encontra-se um quadro para repertoriar as possíveis conexões entre os TCT e os objetos de conhecimento da Educação Física. Durante toda a prática, propõe-se uma abordagem clara e aplicada das possibilidades acerca daquela temática, sem todavia restringi-la.

Conexões entre os TCT e os objetos de conhecimento da Educação Física

	Jogos e brincadeiras	Ginásticas	Danças	Esportes	Lutas	Práticas Corporais de Aventura
Meio ambiente	O lixo eletrônico e o descarte sustentável Brinquedos confeccionados com material reciclado	A ioga e a meditação como práticas que integram o indivíduo com o meio ambiente A apropriação do espaço público para a prática de exercícios físicos	A dança das tribos como rituais de invocação e agradecimento à chuva e à colheita	Investimento em preservação ambiental para a prática dos esportes olímpicos (mares, rios, lagos e represas) Medalhas dos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020 confeccionadas com lixo eletrônico Confeção de roupas com garrafas PET	A confecção sustentável dos instrumentos da capoeira	Conscientização em relação à sustentabilidade e à preservação ambiental A natureza como local de prática As práticas corporais de aventura e o ecoturismo
Economia	A indústria bilionária dos <i>games</i> Os consoles como objetos de desejo do jovem	A ginástica laboral como instrumento para aumentar a produtividade do trabalhador A indústria de suplementos alimentares	A dança e a arte de rua como fonte de renda e trabalho O elitismo nas danças clássicas (balé) A dança como espetáculo para o entretenimento	A indústria bilionária dos esportes (campeonatos, ligas e torneios) O <i>marketing</i> das grandes marcas esportivas Os produtos esportivos como objeto de consumo A diferença de remuneração entre atletas homens e atletas mulheres	A indústria do MMA (UFC) Artigos de luta (roupas e utensílios) como produtos licenciados A remuneração dos lutadores em diferentes lutas	A indústria dos esportes radicais O ecoturismo como trabalho e fonte de renda

Continua

22 NEIRA, Marcos Garcia. *Educação física cultural*. São Paulo: Blucher, 2018.

Continuação

Saúde	<p>O desenvolvimento cognitivo por meio dos jogos eletrônicos</p> <p>O vício em jogos eletrônicos</p> <p>A brincadeira como instrumento de aprendizagem</p>	<p>A ginástica como ferramenta para a promoção da saúde física e mental em todas as idades</p> <p>A ginástica como treinamento físico</p> <p>A ginástica como forma de desenvolver o autocuidado e a autoconfiança</p> <p>A ginástica como fonte de relaxamento, na gestão da ansiedade e do estresse</p> <p>O <i>fitness</i> e o padrão estético imposto pela mídia e pela sociedade</p>	<p>A dança como expressão corporal e de sentimentos</p> <p>Os padrões estéticos estipulados em algumas danças</p> <p>As danças como modalidades presentes em academias</p>	<p>A prática esportiva e os benefícios para a saúde física e mental</p> <p>As lesões nos esportes</p> <p>O <i>dopping</i> nos esportes</p> <p>Os benefícios e os prejuízos na iniciação precoce nos esportes</p>	<p>As lutas como práticas de academia</p> <p>O desenvolvimento físico e mental proporcionado pelas práticas de lutas</p> <p>O controle de peso corporal nas categorias e modalidades das lutas</p>	<p>O equilíbrio físico e mental nas práticas corporais de aventura</p> <p>Os desafios corporais nas práticas de aventura</p>
Cidadania e civismo	<p>O brincar como direito da criança</p> <p>Os jogos e as brincadeiras como ferramenta de interação social</p> <p>O respeito às regras e aos combinados</p> <p>A inclusão de PcD por meio de jogos eletrônicos adaptados</p>	<p>A Ginástica para Todos como movimento inclusivo e integrador</p> <p>O abuso infantil na especialização precoce na ginástica</p>	<p>O preconceito de gênero embutido nas danças</p> <p>A dança como manifestação social</p> <p>A dança como prática inclusiva (cegos e surdos)</p> <p>A dança de salão como prática na terceira idade</p>	<p>Os valores e a ética nos esportes</p> <p>As categorias sêniores nos esportes</p> <p>Os esportes como práticas de lazer</p> <p>Os esportes coletivos como prática social</p> <p>O <i>e-sport</i> adaptado como prática inclusiva</p>	<p>As condutas morais e éticas inerentes às diferentes lutas</p> <p>A diferenciação entre lutas e brigas</p> <p>A luta como instrumento de inclusão social</p>	<p>A utilização dos espaços públicos para as práticas corporais urbanas</p> <p>As práticas corporais de aventura como meios de transporte (bicicleta, <i>skate</i>) e a educação para o trânsito</p>
Multiculturalismo	<p>Jogos e brincadeiras indígenas e africanos</p> <p>A importância da preservação e da valorização cultural por meio da prática de jogos e brincadeiras</p> <p>Práticas de jogos e brincadeiras nas diferentes regiões do Brasil</p>	<p>As diferentes músicas e culturas presentes nas ginásticas</p> <p>O universo <i>fitness</i> no Brasil e no mundo</p>	<p>A dança como preservação e valorização sociocultural de povos, religiões e culturas (indígena e afro-brasileiras)</p> <p>Os contextos sociais em que os estilos de dança emergiram</p> <p>A diversidade de danças no Brasil e no mundo</p>	<p>O racismo nos esportes</p> <p>Os preconceitos de gênero nos esportes</p> <p>Os Jogos Olímpicos como valorização multicultural</p>	<p>Lutas de origem indígena (<i>huka-huka</i>)</p> <p>Lutas de origem africana (capoeira)</p> <p>Lutas de origem oriental (artes marciais)</p>	<p>As práticas corporais de aventura como cultura juvenil</p> <p>As práticas corporais de aventura nos Jogos Olímpicos</p>

Continua

Continuação

Ciência e tecnologia	A realidade virtual como forma de treinar pilotos	Os instrumentos de avaliação da composição corporal (adipômetro e bioimpedância) A tecnologia dos equipamentos <i>fitness</i>	Os <i>games</i> e as máquinas de dança As leis da Física nas práticas das danças	A tecnologia dos materiais esportivos (vestimentas, utensílios, infraestrutura)	O desenvolvimento tecnológico na esgrima (espada, sabre, florete) A tecnologia dos equipamentos de lutas (vestimentas, utensílios e estrutura)	A tecnologia dos materiais específicos para as práticas corporais de aventura Os conhecimentos naturais necessários para as práticas (temperatura, pressão atmosférica, correntes marítimas etc.)
	Jogos cada vez mais interativos com a participação corporal			O uso da tecnologia como auxílio à arbitragem O desenvolvimento de próteses no esporte adaptado O <i>e-sport</i> como modalidade esportiva.		

Ao início de cada proposta pedagógica, há uma seção chamada **Ponto de partida**, que apresenta as habilidades desenvolvidas no Ensino Fundamental, importante para que o professor possa planejar uma progressão didática capaz de abarcar os diferentes estágios de aprendizagem dos estudantes.

Ao início de cada sequência didática, há um quadro com as competências gerais, as competências de Linguagens e as habilidades específicas a serem trabalhadas. Esse quadro apresenta-se como uma ferramenta importante de planejamento para o professor, no qual se evidenciam as finalidades de aprendizagem, os TCT e os valores trabalhados, bem como os instrumentos de avaliação utilizados naquela sequência didática.

Exemplo do quadro de planejamento da sequência didática

Título	Embate eletrônico
TCT	Ciência e tecnologia Educação ambiental
Competências gerais	1, 2, 4, 5, 7, 8 e 10
Competências de Linguagens	3, 5 e 7
Habilidades	301, 302, 303, 304, 305, 501, 503, 701, 702 e 704
Unidade temática	Jogos e brincadeiras
Objeto de conhecimento	Jogos eletrônicos
Práticas	Benefícios e prejuízos da prática de jogos eletrônicos Adaptação do ambiente virtual à realidade Debata sobre jogos eletrônicos
Ampliação	O lixo eletrônico: o consumo e o descarte conscientes
Valores	Autonomia, responsabilidade e cooperação
Avaliação	Construção coletiva: tabela de argumentos com os prós e os contras da prática de jogos eletrônicos

A seção **Roda Inicial** apresenta estratégias metodológicas e reflexões importantes que servirão de disparadores para desenvolver aquela sequência de práticas didático-pedagógicas. Já na seção **Desenvolvimento**, são descritas as vivências propostas. Essa seção tem o objetivo de subsidiar o professor de Educação Física, ampliando seu repertório de práticas corporais e apresentando estratégias para o desenvolvimento das habilidades de Linguagem nas aulas de Educação Física. É importante destacar que, nesta obra, houve a preocupação de demonstrar que a Educação Física ainda tem como cerne a sua experimentação prática, mas precisa estar ancorada em intencionalidade teórica para alcançar os objetivos da disciplina como componente da área de Linguagens e suas Tecnologias.

Na seção seguinte, chamada de **Roda final**, pretende-se refletir sobre o objeto de conhecimento sob um prisma mais aprofundado, o que se torna decisivo para alcançar as expectativas de desenvolvimento do estudante do Ensino Médio. Nesse sentido, a prática corporal apresenta-se como um meio para atingir o desenvolvimento das competências e habilidades listadas no início da atividade. Durante o Ensino Fundamental, o estudante ampliou seu repertório de modalidades e compreendeu aspectos técnicos das práticas corporais, portanto, no Ensino Médio, o estudante precisa transcender esses conhecimentos e relacioná-los a outros campos de saber.

A seção **Ampliação** pretende entrelaçar os objetos de conhecimento da Educação Física aos TCT, bem como a outras áreas de conhecimento. Dessa forma, matérias jornalísticas, excertos legais, documentos históricos e outros textos são apresentados para serem relacionados às práticas e vivências corporais. Na seção **Passo a passo**, são explicitadas as etapas que o professor deve percorrer para atingir esses objetivos. Enquanto na seção **Roda final** são disponibilizadas reflexões que permitem fazer com que os estudantes alcancem níveis mais complexos de reflexão, especialmente ligadas à sua atuação ética, solidária e reflexiva na sociedade.

Ao final de cada aula, na seção **Avaliação**, há diversas estratégias avaliativas coerentes com as práticas didático-pedagógicas, cujo intuito é apresentar um rol de possibilidades para o professor de Educação Física.

É importante dizer que todas as práticas, reflexões e vivências expostas nessa segunda parte do livro têm como objetivo alcançar a formação integral dos estudantes. Por isso, para além do desenvolvimento intelectual do jovem, considerou-se também as dimensões física, social, emocional e cultural. Além disso, foram levadas em conta as culturas juvenis, os diferentes interesses e as novas formas de aprendizagem dos estudantes.

Incansavelmente, esta obra relembra ao professor que sua atuação pode e deve ser efetiva, não copiando exaustivamente os modelos de aulas propostos, mas refletindo sobre a realidade dos estudantes, adequando a prática a ela, de maneira intencional e responsável. Esta obra, pelo seu caráter formativo, busca amparar o professor de Educação Física e ampliar seu repertório para uma atuação docente capaz de considerar as diferentes características, interesses, ritmos, aspirações e papéis sociais dos estudantes.

Ao longo das vivências, apresentam-se possibilidades de adequação do tempo despendido nas sequências didáticas, bem como dos materiais a serem usados em cada atividade. A respeito disso, há um boxe nomeado **Como lidar** ao final de todos os capítulos da **Unidade 2**, que apresenta alternativas conceituais, procedimentais e atitudinais que auxiliam o professor na resolução de entraves que poderão surgir na execução da prática.

Há também um boxe chamado **Para saber mais** que traz materiais de apoio para o professor, mas que podem ser compartilhados com os estudantes. Para isso, diversos formatos de conteúdo, como artigos científicos, vídeos, sites e pequenos documentários, foram cuidadosamente selecionados.

Considerando o caráter interdisciplinar da obra, ao longo de todas as proposições foram inseridos boxes com conexões entre áreas do conhecimento, intitulados **Conexões**. O boxe **Sugestões** traz indicações de filmes, livros e documentários para aprofundar os conhecimentos do professor acerca do tema que está sendo desenvolvido. Também, por toda a obra, foram apresentadas **Histórias de vida**, com o objetivo de inspirar o professor a compreender como outros projetos de vida (de professores, atletas e povos) contribuem para o desenvolvimento social. Por fim, espera-se que esta obra represente mais do que um manual de formação, de consulta, de apoio e de reflexão para o professor; que sirva também de fonte de inspiração para sua atuação docente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS COMENTADAS

1. **AYOUB, E. Ginástica geral e educação física escolar.** Campinas: Editora da Unicamp, 2003.

A obra traz informações sobre a ginástica geral no Brasil e no mundo, por meio de uma análise da trajetória dessa prática corporal ao longo dos anos e ponderando suas possibilidades e perspectivas para a atuação do profissional de Educação Física.

2. **BARTON, Jo et al. Green exercise: linking nature, health and well-being.** Oxon: Routledge, 2016.

A obra conceitua o que são “exercícios verdes” (*green exercises*) e como essas atividades têm sido amplamente adotadas em vários países. Também traz diversas evidências de como o exercício em meio à natureza implica benefícios para o bem-estar físico e mental do praticante.

3. **BELBENOIT, G. O desporto na Escola.** Lisboa: Estampa, 1976.

Nesse livro, o autor entende que são os professores que fazem do esporte um objeto e meio de educação na escola. Nesse sentido, as diversas abordagens do esporte escolar dependem quase exclusivamente das intenções do professor de Educação Física.

4. **BORGES, C. de C.; MAGALHÃES, A. S. Laços intergeracionais no contexto contemporâneo. Estudos de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, p. 171-177, 2011.** Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/epsic/v16n2/v16n2a08.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2020.

O artigo apresenta um estudo no qual se discute a constituição dos laços intergeracionais na sociedade contemporânea, analisando as diferenças geracionais no processo de transmissão sociocultural.

5. **BRASIL. Atendimento Educacional Especializado (AEE). Decreto n. 7.611, de 17 de novembro de 2011.** Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/decreto/d7611.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

A lei determina que é dever do Estado garantir um sistema educacional inclusivo em todos os níveis e para todas as necessidades educativas, sem discriminação, com base na igualdade de oportunidades de aprendizado ao longo de toda a vida do educando.

6. **BRASIL. Câmara dos Deputados. Decreto n. 630, de 17 de setembro de 1851.** Disponível em: <<https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1824-1899/decreto-630-17-setembro-1851-559321-publicacaooriginal-81488-pl.html#:~:text=Autorisa%20o%20Governo%20para%20reformar,secundario%20do%20Município%20da%20C%C3%B4rte.&text=4%C2%AA%20Todas%20as%20Escolas%20e,modo%20que%20o%20Governo%20determinar>>. Acesso em: 28 set. 2020.

O Decreto nº 630, de 17 de setembro de 1851, promulgado no período do Brasil Império, traz reformulações curriculares para os ensinos primário e secundário para o município da Corte.

7. **BRASIL. Câmara dos Deputados. Decreto n. 7.247, de 19 de abril de 1879.** Disponível em: <<https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1824-1899/decreto-7247-19-abril-1879-547933-publicacaooriginal-62862-pe.html>>. Acesso em: 28 set. 2020.

O Decreto nº 7.247, de 19 de abril de 1879, regulamenta reformas nos ensinos primário, secundário e superior em todo o Império.

8. **BRASIL. Câmara dos Deputados. Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Lei n. 4.024, de 20 de dezembro de 1961.** Disponível em: <<https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/1960-1969/lei-4024-20-dezembro-1961-353722-publicacaooriginal-1-pl.html>>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Lei nº 4.024, de 1961, fixa as Diretrizes e Bases da Educação Nacional e determina que os fins da educação estão inspirados em princípios de liberdade e nos ideais de solidariedade humana.

9. **BRASIL. Câmara dos Deputados. Diretrizes e Bases para o ensino de 1º e 2º graus. Lei n. 5.692, de 11 de agosto de 1971.** Disponível em: <<https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/1970-1979/lei-5692-11-agosto-1971-357752-publicacaooriginal-1-pl.html>>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Lei nº 5.692, de 1971, fixa as Diretrizes e Bases para o ensino de 1º e 2º graus, declarando expressamente em seu texto que o ensino de 1º e 2º graus tem por objetivo geral proporcionar ao educando a formação necessária ao desenvolvimento de suas potencialidades como elemento de autorrealização, qualificação para o trabalho e preparo para o exercício consciente da cidadania.

10. BRASIL. Conselho Nacional de Educação/Câmara de Educação Básica. **Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio**, 2011. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_cman&view=download&alias=8016-pceb005-11&temid=30192>. Acesso em: 28 set. 2020.

As Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Médio são diretrizes que estabelecem a base nacional comum, responsável por orientar a organização, a articulação, o desenvolvimento e a avaliação das propostas pedagógicas, contemplando as recentes mudanças da legislação e as novas dinâmicas do processo educativo dessa etapa educacional, tendo em vista a qualidade do ensino.

11. BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 assegura os direitos sociais relativos à educação, à saúde, à alimentação, ao trabalho, à moradia, ao transporte, ao lazer, à segurança, à previdência social, à proteção da maternidade e da infância e à assistência aos desamparados.

12. BRASIL. **Constituição dos Estados Unidos do Brasil, de 10 de novembro de 1937**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao37.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Constituição dos Estados Unidos do Brasil de 1937, a quarta Constituição brasileira, determina que a disciplina de Educação Física passa a ser obrigatória em todas as escolas, não podendo escola nenhuma ser autorizada ou reconhecida sem que satisfaça essa exigência.

13. BRASIL. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação das Relações Étnico-Raciais e para o Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana (Parecer CNE/CP n. 3/2004 e Resolução CNE/CP n. 01/2004)**. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/res012004.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2020.

As Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação das Relações Étnico-Raciais e para o Ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana contêm orientações, princípios e fundamentos para o planejamento, execução e avaliação da Educação. Essas diretrizes têm como objetivo contribuir para a conscientização da sociedade brasileira de sua formação multicultural e pluriétnica, buscando relações étnico-sociais positivas, rumo à construção de uma nação democrática.

14. BRASIL. **Diretrizes Nacionais para a Educação em Direitos Humanos. Resolução n. 1, de 30 de maio de 2012**. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/rcp001_12.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Educação em Direitos Humanos (EDH) é um dos eixos fundamentais do direito à educação e está baseada em práticas educativas fundamentadas nos Direitos Humanos e em seus processos de promoção, proteção, defesa e aplicação na vida cotidiana e cidadã de sujeitos de direitos e de responsabilidades individuais e coletivos.

15. BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990**. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/crianca-e-adolescente/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-versao-2019.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2020.

Essa lei assegura a proteção integral à criança e ao adolescente, com absoluta prioridade, para a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária.

16. BRASIL. **Estatuto da Igualdade Racial. Lei n. 12.288, de 20 de julho de 2010**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12288.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Lei nº 12.228, de 2010, institui o Estatuto da Igualdade Racial, destinado a assegurar à população negra a efetivação da igualdade de oportunidades, bem como a defesa dos direitos étnicos e o combate à discriminação e às demais formas de intolerância étnica.

17. BRASIL. **Estatuto da Pessoa com Deficiência. Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência. Lei n. 13.146, de 6 de julho de 2015**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência), de 2015, destina-se a assegurar e a promover, em condições de igualdade, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais para a pessoa com deficiência, visando à sua inclusão social e à cidadania.

18. BRASIL. **Estatuto do Idoso. Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

O Estatuto do Idoso, promulgado em 2003, regula os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos, garantindo a liberdade, o respeito e a dignidade, como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais.

19. BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB). Brasília, 1996. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/lei9394_ldbn1.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional estipula que a educação abrange os processos formativos que se desenvolvem na vida familiar, na convivência humana, no trabalho, nas instituições de ensino e pesquisa, nos movimentos sociais e organizações da sociedade civil e nas manifestações culturais, deve estar fundamentada em princípios de liberdade e nos ideais de solidariedade humana e tem por finalidade o pleno desenvolvimento do estudante.

20. BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 28 set. 2020.

A Base Nacional Comum Curricular é um documento normativo destinado à educação escolar que contém um conjunto de aprendizagens essenciais, baseado em habilidades e competências que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica, de modo que tenham assegurados seus direitos de aprendizagem e desenvolvimento.

21. BRASIL. Ministério da Educação. Temas Contemporâneos Transversais na BNCC. Brasília: MEC, 2019. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/implementacao/guia_pratico_temas_contemporaneos.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

O guia apresenta como os Temas Contemporâneos Transversais (TCT) podem ser correlacionados aos diferentes componentes curriculares, bem como aos objetos do conhecimento descritos na Base Nacional Comum Curricular.

22. BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN). Educação Física. Brasília, 1997. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2020.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação Física compõem um documento que procura democratizar, humanizar e diversificar a prática pedagógica do componente curricular, ampliando a atuação docente para que considere também as dimensões afetivas, cognitivas e socioculturais dos estudantes.

23. BRASIL. Política Nacional de Educação Ambiental. Lei n. 9.795, de 27 de abril de 1999. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9795.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

Lei de 1999 que promove a educação ambiental como um componente essencial e permanente da educação nacional, devendo estar presente, de forma articulada, em todos os níveis e modalidades do processo educativo, em caráter formal e não formal.

24. BRASIL. Política Nacional de Resíduos Sólidos. Lei n. 12.305, de 2 de agosto de 2010. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12305.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

Essa lei de 2010 institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos, disponibilizando diretrizes sobre a gestão e o gerenciamento de resíduos sólidos, a atribuição de responsabilidades aos geradores e ao poder público e os instrumentos econômicos aplicáveis.

25. BRASIL. Programa Nacional de Direitos Humanos (PNDH-3). Decreto n. 7.037, de 21 de dezembro de 2009. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/decreto/d7037.htm>. Acesso em: 28 set. 2020.

Lei de 2009 que estabelece as diretrizes e os princípios da política nacional de educação em Direitos Humanos para fortalecer uma cultura de direitos nos sistemas de educação básica, nas instituições de ensino superior e nas instituições formadoras.

26. CASTELLANI FILHO, L. Educação Física no Brasil: a história que não se conta. Campinas: Papirus, 1988.

Na obra, o autor faz uma interpretação crítica da Educação Física. Distanciando-se de uma percepção preponderante, abre possibilidades de reinterpretação desse campo de saber como uma prática transformadora, trazendo reflexões essenciais não só para a prática docente, mas também para a atuação social.

27. CHARLOT, B. Da relação com o saber às práticas educativas. São Paulo: Cortez, 2016.

O livro traz uma compilação de artigos do autor e pesquisador francês Bernard Charlot que reforçam sua teoria sobre a “relação com o saber”. Suas reflexões sobre temas contemporâneos, contradições das práticas educativas e tensões do ambiente educativo são uma importante contribuição para o desenvolvimento da criticidade da atuação docente.

28. COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do Ensino da Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

O livro traz uma coletânea de artigos elaborados por pesquisadores, autores e professores do campo de saber Educação Física. A obra coletiva, de caráter formativo-reflexiva, traz contribuições para orientar uma atuação docente comprometida com o processo de transformação social.

29. COLL, C. et al. Os conteúdos na reforma: ensino e aprendizagem de conceitos, procedimentos e atitudes. Porto Alegre: Artmed, 2000.

Nessa obra, os autores discorrem sobre ensino e aprendizagem em três diferentes esferas: conceitual, procedimental e atitudinal, conceituando-as e apresentando estratégias de intervenções e modos de avaliação.

30. DAMON, W. O que o jovem quer da vida: como pais e professores podem orientar e motivar os adolescentes. São Paulo: Summus, 2009.

O autor e pesquisador estadunidense na área da juventude traz informações sobre o que é projeto de vida e discorre sobre as dificuldades dos jovens em estabelecer um propósito de vida que impacte positivamente sua própria existência e a sociedade. Também apresenta iniciativas que podem contribuir para a motivação de jovens em seu projeto de vida.

31. DARIDO, S. C. Avaliação em Educação Física na escola. Universidade Estadual Paulista. Prograd. Caderno de formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2012. v. 16, p. 127-140.

O livro apresenta como a avaliação pode ser uma excelente ferramenta no processo de aprendizagem do estudante. Mais do que conferir uma nota ou trazer aprovação e reprovação, a obra defende que a avaliação em Educação Física pode ser uma estratégia para o autoconhecimento e que pode contribuir para novas aprendizagens.

32. DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Grupo Gen-Guanabara Koogan, 2000.

O livro apresenta a evolução na conceituação do campo de saber Educação Física até ser considerado Cultura Corporal de Movimento, com os objetos de conhecimento que abarca, as finalidades, as dimensões metodológicas e os aspectos avaliativos da disciplina.

33. DEWEY, J. Democracia e educação. 4. ed. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1979.

Nessa obra, o autor e pedagogo estadunidense debate sobre questões curriculares e metodológicas da escola do começo do século XX, discutindo, entre outras coisas, a fragmentação do conhecimento, a prática alicerçada na experiência e a busca por uma educação democrática.

34. DUNCAN, I. The art of the dance. Nova York: Theater Arts Books, 1977.

Esse livro apresenta uma visão mágica sobre a arte da dança. Com relatos pessoais, pensamentos e experiências, a autora desperta a curiosidade do leitor para o estudo do mundo da dança e para a prática dessa arte em movimento.

35. ERTHAL, C. A. Valor da vida e valor do mundo: vida ética com os outros. In: ERTHAL, C. A.; FABRI, M.; NODARI, P. C. (org.). Empatia e solidariedade. Caxias do Sul, RS: Educ, 2019.

Essa obra é uma coletânea de artigos científicos vinculada ao Núcleo de Inovação e Desenvolvimento (NID) – “Observatório da Cultura de Paz, Direitos Humanos e Meio Ambiente”, da Universidade de Caxias do Sul (UCS), e tem como principal objetivo articular diferentes saberes e dimensões teóricas aos princípios de empatia e solidariedade.

36. FAGGIANI, F. et al. O fenômeno do expatriado no contexto esportivo. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 36, n. 3, p. 738-747, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/pcp/v36n3/1982-3703-pcp-36-3-0738.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2020.

Esse artigo científico apresenta um estudo sobre os impactos do processo de adaptação do indivíduo a um novo contexto para a atividade esportiva, relatando os desafios enfrentados pelos atletas como a adaptação ao novo estilo de treinamento, a distância da família e de amigos e a dificuldade em comunicar-se efetivamente com as pessoas da cultura local.

37. FAZENDA, I. C. **Integração e interdisciplinaridade no ensino brasileiro: efetividade ou ideologia**. São Paulo: Loyola, 1979.

Nesse livro, a autora e pesquisadora brasileira discorre sobre a interdisciplinaridade por um prisma mais amplo do conhecimento, que deve ser concebido de maneira mais natural e menos fragmentada. Também, nessa obra, a autora faz uma análise das leis brasileiras que subsidiam a prática interdisciplinar.

38. GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor**. São Paulo: Phorte, 2013.

Nessa obra mundialmente reconhecida, os autores analisam o desenvolvimento motor em cada uma das fases da vida, correlacionando-o aos aspectos biológicos, afetivos, cognitivos e comportamentais de cada etapa.

39. GARCIA, J. **A interdisciplinaridade segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais**. *Revista de Educação Pública*, Cuiabá, v. 17, n. 35, p. 363-378, 2008.

Nesse artigo, o autor analisa os diferentes significados de interdisciplinaridade nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) de Ensino Fundamental e Ensino Médio, revelando diversos conceitos sobre o mesmo termo; entre eles, a abordagem epistemológica, o modo de articular conteúdos, a forma de contribuição das disciplinas, a forma de organizar as disciplinas em projetos, a perspectiva de reorganização curricular, o instrumento para articular conhecimentos e o processo de integração das disciplinas.

40. GONZÁLEZ, F. J.; FENSTERSEIFER, P. E. **Dicionário Crítico de Educação Física**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2014.

Nessa obra, um coletivo de autores abordou conceitualmente termos e linguagens utilizados no campo de saber Educação Física. Mais do que estabelecer uma concordância, as construções teóricas apresentadas no livro revelam, por meio de progressões históricas e críticas, os esforços nas últimas décadas em produzir novos sentidos para a Educação Física.

41. HELLISON, D. **Teaching responsibility through physical activity**. 2. ed. Chicago: Human Kinetics, 2003.

O livro aborda como a atividade física pode contribuir para promover a responsabilidade pessoal e social nos estudantes. A obra ainda apresenta estratégias que foram testadas pelo autor em diversos ambientes educativos e que podem auxiliar o professor na orientação dos estudantes.

42. HOFFMANN, J. **Mito e desafio: uma perspectiva construtivista**. Porto Alegre: Educação e Realidade, 1991.

Nessa obra, a autora introduz a sua teoria de avaliação mediadora, que tem como objetivos desmitificar a avaliação estritamente classificatória e ressignificar essa prática como estratégia de acompanhamento no processo de aprendizagem dos estudantes.

43. HUIZINGA, J. **Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura**. São Paulo: Perspectiva, 2007.

Essa renomada obra aborda a noção de jogo sob uma perspectiva histórica enquanto fenômeno cultural e não biológico, psicológico ou antropológico, correlacionando também a outros conceitos como linguagem, competição, direito, guerra, conhecimento e poesia na construção teórica da prática lúdica.

44. KLEIN, A. M.; ARANTES, V. A. **Projetos de vida de jovens estudantes do Ensino Médio e a escola**. *Educação & Realidade*, v. 41, n. 1, p. 135-154, 2016.

O artigo relata um estudo qualitativo com 305 estudantes do Ensino Médio e aborda quais são as percepções deles sobre as contribuições que as experiências escolares podem trazer aos seus projetos de vida.

45. MACHADO, N. J. **Educação: projetos e valores**. São Paulo: Escrituras, 2006.

Nessa obra, o autor discorre sobre projetos e valores no universo educacional. Por meio das dimensões filosóficas e antropológicas, explana como os dois conceitos: projeto – que tem caráter transformador – e valores – que têm um cariz de preservação – podem contribuir para o projeto de vida dos estudantes.

46. MARTIN, J. **A dança moderna. Pro-Posições**. *Revista da Faculdade de Educação da Unicamp*, v. 18, n. 2, p. 217-245, 2007.

Essa obra, original da década de 1930 e traduzida para o português em 2007, apresenta uma das primeiras tentativas de analisar e legitimar a dança moderna americana. Nesse livro, o autor apresenta os princípios e os conflitos do que pode ser considerada uma dança moderna.

47. NEIRA, M. C. **Educação física cultural**. São Paulo: Blucher, 2018.

Nessa obra, o autor e pesquisador brasileiro reflete como o atual contexto multicultural influencia na concepção das práticas corporais como artefatos da cultura e, questionando os marcadores sociais, busca reconhecer os seus sujeitos e promove o diálogo com as diferenças.

48. PERRENOUD, P. Construir as competências desde a escola. Porto Alegre: Artmed, 1999.

Nessa obra, Philippe Perrenoud apresenta as perspectivas e as limitações das práticas realizadas em sala de aula, a educação baseada na construção das competências e a necessidade da transposição didática do que se aprende na escola para as diversas situações complexas da vida.

49. RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. Separação dos conteúdos das “lutas” dos “esportes” na educação física escolar: necessidade ou tradição? Pensar a Prática, Goiânia, v. 14, n. 3, p. 1-17, 2011.

O artigo apresenta uma discussão sobre os motivos de as lutas estarem separadas dos conteúdos dos esportes na esfera da cultura corporal de movimento, analisando e articulando as concepções de lutas e esportes presentes nas propostas curriculares e em diversos autores do campo de saber Educação Física.

50. SELIGMAN, M.; CSIKSZENTMIHALYI, M. Positive psychology: an introduction. In: CSIKSZENTMIHALYI, M. Flow and the foundations of positive psychology. Dordrecht: Springer, 2014. p. 279-298.

Os autores, precursores da Psicologia Positiva, apresentam a temática em um artigo pequeno e de fácil compreensão. Os conceitos se baseiam no direcionamento do foco atencional para aquilo que é positivo na vida das pessoas, transpondo o paradigma de que a Psicologia é a área que trata apenas de barreiras e percepções negativas.

51. SHIGUNOV, V.; SHIGUNOV NETO, A. Educação Física: conhecimento teórico × prática pedagógica. Porto Alegre: Mediação, 2002.

A obra, de caráter formativo, apresenta fundamentos teóricos da Educação Física escolar, bem como diversas práticas didático-metodológicas que podem ser utilizadas pelos professores em escolas. Além disso, traz reflexões sobre como esse campo de saber pode contribuir para o desenvolvimento de crianças e jovens.

52. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Departamento Científico de Saúde Escolar. Guia prático de atualização, n. 3, 2017. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/20032d-GPA_-_Bullying.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

O artigo trata da conceituação do *bullying*, bem como da classificação de acordo com suas variáveis em diversos contextos. Além disso, os autores apresentam estratégias

de ação contra o *bullying*, ações preventivas e próprias para serem adotadas nas escolas.

53. TAHARA, A. K.; CARNICELLI FILHO, S. A presença das atividades de aventura nas aulas de Educação Física. Arquivos de Ciências do Esporte, v. 1, n. 1, 2013.

Esse artigo debate as possibilidades pedagógicas da inserção das atividades de aventura em aulas de Educação Física na escola, refletindo sobre os principais entraves que os docentes podem enfrentar e os potenciais benefícios para os estudantes com as vivências dessas práticas.

54. THIESEN, J. da S. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. Revista Brasileira de Educação, v. 13, n. 39, p. 545-554, 2008.

O artigo aborda como o conceito de interdisciplinaridade tem se construído ao longo do tempo nas dimensões pedagógicas e epistemológicas, afastando-se de uma perspectiva cartesiana e mecanicista de mundo e de educação e aproximando-se de uma concepção mais integradora e dialética.

55. THOMPSON, M. A.; GRAY, J. J. Development and validation of a new body-image assessment scale. Journal of Personality Assessment, v. 64, n. 2, p. 258-269, 1995.

Esse artigo científico relata o desenvolvimento e a validação de uma ferramenta de autoavaliação da imagem corporal, a Contour Drawing Rating Scale, composta de desenhos de contornos corporais. Os desenhos foram projetados com recursos detalhados como instrumentos para a percepção corporal.

56. TODOS PELA EDUCAÇÃO. Anuário Brasileiro da Educação Básica. São Paulo: Moderna, 2019. Disponível em: <https://www.todospelaeducacao.org.br/uploads/_posts/302.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

O relatório oferece dados e informações de 2018 que podem servir de instrumento de consulta e de acompanhamento da evolução da qualidade da educação no Brasil. Esse relatório está em consonância com as metas estabelecidas pelo Plano Nacional de Educação (PNE) de 2014-2024.

57. UNESCO. Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN). Patrimônio Imaterial: fortalecendo o Sistema Nacional. Brasília, 2014. Disponível em: <<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf000022856/PDF/228561por.pdf.multi>>. Acesso em: 28 set. 2020.

Essa obra é uma publicação articulada entre a Unesco e o Projeto de Cooperação Técnica Difusão da Política do Patrimônio Cultural Imaterial no Brasil e apresenta contributos para o aumento da escala de participação de estados, municípios e sociedade civil na promoção e preservação do patrimônio cultural imaterial.

58. VYGOTSKY, L. S. A formação social da mente. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

A obra é uma seleção criteriosa de ensaios do psicólogo bielorrusso Lev Vygotsky, reconhecidamente um pioneiro da Psicologia do desenvolvimento. O livro apresenta uma edição de vários textos originais reunidos para esclarecer e encadear as ideias de Vygotsky sobre a aprendizagem como fruto da interação social.

59. WEINBERG, R. S.; GOULD, D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

A obra apresenta de maneira sólida e embasada os fundamentos da Psicologia do esporte. Ações importantes para o treinador e para o professor são cuidadosamente discutidas na Psicologia. Os autores enaltecem a importância de se levar em consideração as particularidades dos indivíduos, as relações interpessoais e os diferentes objetivos por meio da prática esportiva.

60. ZABALA, A. Enfoque globalizador e pensamento complexo: uma proposta para o currículo escolar. Porto Alegre: Artmed, 2002.

Nessa obra, o autor aponta como as decisões curriculares, metodológicas e didáticas devem ser concebidas com o intuito de formar cidadãos capazes de intervir na realidade e modificá-la, assim como apresenta estratégias que contribuem para o desenvolvimento dos estudantes, considerando essa perspectiva democrática.

■ Referências bibliográficas complementares comentadas

1. BAYER, C.; DA COSTA, M.; GÓIS, P. O ensino dos desportos colectivos. Lisboa: Dinalivro, 1994.

No livro, o autor apresenta o conceito de Jogos Esportivos Coletivos, assim como sua relevância sociocultural para os agentes envolvidos no ensino e na aprendizagem de diversas modalidades. Do caráter técnico-tático ao desenvolvimento das relações interpessoais, os desdobramentos

do contexto exigem dos praticantes inteligência para o jogo, capacidade de cooperação e de lidar com situações desafiadoras e imprevisíveis.

2. BERNARDES, L. A. Atividades e esportes de aventura para profissionais de Educação Física. São Paulo: Phorte, 2013.

Nessa obra, os autores abordam as atividades de aventura mais conhecidas e mais viáveis para o profissional de Educação Física incluir em seu rol de possibilidades práticas, seja na forma mais tradicional, seja em forma adaptada. São apresentados os aspectos psicossociais, nutricionais, fisiológicos e de segurança que norteiam a prática das atividades de aventura dentro e fora do contexto escolar.

3. BETTI, M. A janela de vidro: esporte, televisão e Educação Física. Campinas: Papyrus, 1998.

O livro analisa o impacto que a mídia exerce no esporte e consequentemente na construção da Educação Física. Com base em pensadores da Filosofia e da Pedagogia, o autor utiliza a hermenêutica para interpretar o discurso televisivo sobre o esporte e refletir sobre os impactos positivos e negativos na Educação Física como campo de conhecimento.

4. BIZZOCCHI, C. "Cacá". O voleibol de alto nível: da iniciação à competição. Barueri: Manole, 2004.

O livro aborda diversos temas relacionados ao mundo do voleibol, como aspectos importantes sobre a preparação física e psicológica dos atletas, os principais fundamentos técnico-táticos da modalidade, além das regras e um histórico detalhado das grandes escolas e potências do vôlei mundial.

5. BRACHT, V. Educação Física e aprendizagem social. 2. ed. Porto Alegre: Magister, 1997.

A obra discorre sobre uma nova corrente que surge na Educação Física brasileira no início da década de 1980. Influenciada pelas visões da Pedagogia no Brasil, a comunidade acadêmica passa a refletir sobre o papel social da Educação Física, contextualizando-a no sistema educacional, e este, na sociedade capitalista. Críticas e reflexões são propostas ao leitor.

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

Práticas corporais e reflexões

Jogos e Brincadeiras

STANDREY/SHUTTERSTOCK



Os jogos de raciocínio e de estratégia propiciam o desenvolvimento cognitivo e a socialização.

“O jogo é mais antigo do que a cultura, pois mesmo em suas definições menos rigorosas o conceito de cultura sempre pressupõe a sociedade humana; mas os animais não esperaram que os homens lhes ensinassem a atividade lúdica. Os animais brincam tal como os homens.” (HUIZINGA, 2007, p. 3)¹

“Jogos e Brincadeiras”

Unidades temáticas	Objetos de conhecimento	Práticas didático-pedagógicas (Modalidades)
Jogos e brincadeiras	Jogos e brincadeiras tradicionais e populares	cabo de guerra, esconde-esconde, mãe da rua, pega-pega, pipa, queimada etc.
	Jogos eletrônicos	celular, computador, fliperama, tablet, videogame etc.

¹ HUIZINGA, Johan. *Homo ludens: o jogo como elemento da cultura*. São Paulo: Perspectiva, 2007. p. 243.

Antes de partir para as práticas didático-pedagógicas, reflita sobre as possíveis conexões entre os TCT e as temáticas inerentes aos jogos e brincadeiras. A tabela a seguir apresenta algumas possibilidades para a ampliação do seu repertório. As práticas e vivências propostas não deverão restringir suas ações docentes. Dessa maneira, você poderá ressignificá-las de acordo com a sua realidade, o contexto de sua escola e o interesse de seus estudantes.

TCT	Jogos e Brincadeiras
Meio ambiente	<ul style="list-style-type: none"> • O lixo eletrônico e o descarte sustentável • Brinquedos confeccionados com material reciclado
Economia	<ul style="list-style-type: none"> • A indústria bilionária dos <i>games</i> • Os consoles como objetos de desejo do jovem
Saúde	<ul style="list-style-type: none"> • O desenvolvimento cognitivo por meio dos jogos eletrônicos • O vício em jogos eletrônicos • A brincadeira como instrumento de aprendizagem
Cidadania e civismo	<ul style="list-style-type: none"> • O brincar como direito da criança • Os jogos e as brincadeiras como ferramenta de interação social • O respeito às regras e aos combinados • A inclusão de PcD por meio de jogos eletrônicos adaptados
Multiculturalismo	<ul style="list-style-type: none"> • Jogos e brincadeiras indígenas e africanos • A importância da preservação e da valorização cultural por meio da prática de jogos e brincadeiras • Práticas de jogos e brincadeiras nas diferentes regiões do Brasil
Ciência e tecnologia	<ul style="list-style-type: none"> • A realidade virtual como forma de treinar pilotos • Jogos cada vez mais interativos com a participação corporal

PARA SABER MAIS

O artigo de Tizuko Morchida Kishimoto, *Brinquedos e brincadeiras na Educação Infantil*, discorre sobre a concepção das brincadeiras e propõe uma reflexão sobre a importância dessa prática para o desenvolvimento do indivíduo. Apesar de tratar do assunto considerando as crianças, é possível traçar alguns paralelos com os adolescentes. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/docman/dezembro-2010-pdf/7155-2-3-brinquedos-brincadeiras-tizuko-morchida/file>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

O estudo *Jogo e trabalho: do homo ludens*, de Johann Huizinga, ao ócio criativo, de Domenico De Masi, de Suzana Guerra Albornoz, discute as relações entre jogo e trabalho em uma perspectiva histórica. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v12n1/a07v12n1.pdf>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

6.1 - Jogos e brincadeiras tradicionais e populares

Os jogos e as brincadeiras tradicionais e populares são práticas da cultura popular transmitidas ao longo de gerações. Cada contexto comunitário expressa, de maneira singular, por meio dos jogos e das brincadeiras, suas raízes, seus costumes, suas simbologias e sua cultura.

A pluralidade cultural brasileira é ressaltada também por jogos e brincadeiras que têm matrizes indígenas, africanas, europeias e orientais.

Como a cultura popular passa por constantes transformações, a todo momento novos jogos e novas brincadeiras são criados ao redor mundo.

No entanto, o olhar do professor e do estudante para os diferentes jogos e brincadeiras deve permanecer centrado em seus objetivos, significados e simbologias. Desse modo, os jogos e as brincadeiras são capazes de transcender as práticas de lazer, tornando-se valiosas ferramentas de ensino. No entanto, é importante saber diferenciá-los e enaltecer as práticas lúdicas pelo seu valor em si.

“É importante fazer uma distinção entre jogo como conteúdo específico e jogo como ferramenta auxiliar de ensino. Não é raro que, no campo educacional, jogos e brincadeiras sejam inventados com o objetivo de provocar interações sociais específicas entre seus participantes ou para fixar determinados conhecimentos. Neste documento, as brincadeiras e os jogos têm valor em si e precisam ser organizados para ser estudados. São igualmente relevantes os jogos e as brincadeiras presentes na memória dos povos indígenas e das comunidades

tradicionais, que trazem consigo formas de conviver, oportunizando o reconhecimento de seus valores e formas de viver em diferentes contextos ambientais e socioculturais brasileiros.” (BNCC, 2017, p. 214-215)²

Desde a Educação Infantil, quando a temática é amplamente abordada, até os Anos Iniciais do Ensino Fundamental, espera-se que as crianças tenham desenvolvido competências e habilidades intrínsecas às práticas dos jogos e das brincadeiras. No entanto, nos Anos Finais do Ensino Fundamental, os estudantes tiveram contato com objetos de conhecimento relativos aos jogos eletrônicos e às brincadeiras. A fim de mapear, aprimorar e garantir novos conhecimentos ao jovem do Ensino Médio, reflita sobre o percurso de aprendizagem até a etapa anterior de ensino.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Eu brinco, tu brincas, nós brincamos	
TCT	Direitos da criança e do adolescente Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras
Competências gerais	1, 3, 4, 6, 7, 9 e 10
Competências de Linguagens	2, 5 e 6
Habilidades	201, 204, 501, 503, 602 e 604
Unidade temática	Jogos e brincadeiras
Objeto de conhecimento	Jogos e brincadeiras tradicionais e populares
Práticas	Jogos e brincadeiras em pinturas Jogos e brincadeiras que marcaram a infância Jogos e brincadeiras indígenas
Ampliação	O direito de brincar: uma atuação dos jovens com as crianças da comunidade escolar
Valores	Empatia, respeito e autonomia
Avaliação	Relatório de observação das interações das crianças

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG201), (EM13LGG204), (EM13LGG501), (EM13LGG503), (EM13LGG602), (EM13LGG604).

Objetivos

- Apreciar os jogos e as brincadeiras tradicionais e populares em produções artísticas, relacionando-os aos diferentes contextos históricos, sociais e culturais.
- Vivenciar e reconhecer os jogos e as brincadeiras indígenas, valorizando-os e respeitando-os como forma de expressão de valores e identidade.
- Compreender o brincar como direito das crianças e atuar criticamente sobre ele.

Roda inicial

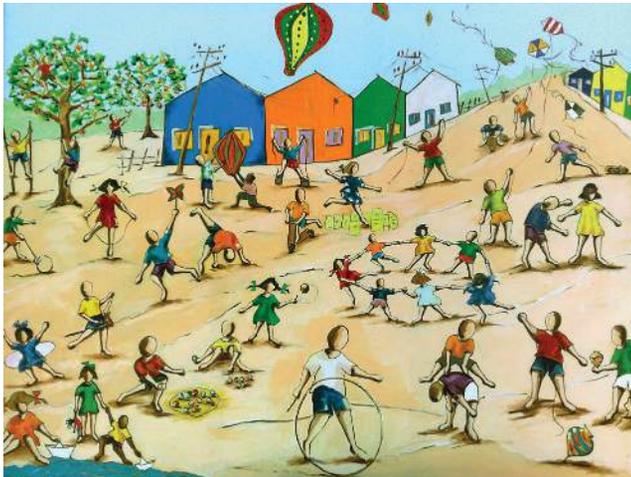
No início da aula, sente-se em roda com os estudantes e promova um bate-papo sobre jogos e brincadeiras. O intuito é que você consiga mapear o que os jovens conhecem acerca dessa temática e o repertório adquirido durante o Ensino Fundamental. Para isso, você pode utilizar as seguintes questões disparadoras:

² BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

- Quais são as diferenças entre os jogos e as brincadeiras?
- Será que todos temos o mesmo repertório de jogos e brincadeiras?
- Que fatores influenciam a diversidade de jogos e brincadeiras?

Após a discussão inicial, solicite aos estudantes que analisem as duas imagens apresentadas a seguir. As obras foram escolhidas para que os estudantes reflitam como os jogos e as brincadeiras podem estar presentes em diversas linguagens.

LIDMILA GUERRA - COLEÇÃO PARTICULAR



Cruz, Ivan. *Várias brincadeiras II*, 2006. Acrílico sobre tela, 1,30 cm × 1,70 cm.

PIETER BRUEGEL - MUSEU DE HISTÓRIA DA ARTE, VIENA



Brueghel, Pieter. *Children's games*, 1560. Óleo sobre madeira, 118 cm × 161 cm. Kunsthistorisches Museum. Viena, Áustria.

Após a apreciação dos quadros, faça as seguintes questões com o intuito de aguçar a sensibilidade dos estudantes em relação aos detalhes estéticos e aos contextos sociais e históricos retratados.

- Qual das duas pinturas aparenta ser mais antiga? Por quê?
- O que nos faz reconhecer o contexto da época (edifícios, roupas, paisagem)?
- Com qual contexto vocês se identificam mais? Por quê?

Após refletir acerca das questões propostas, saliente a importância de reconhecer como o contexto sociocultural e histórico influencia nas práticas corporais de determinada sociedade. Em seguida, peça aos estudantes que analisem os jogos e as brincadeiras retratadas nas obras.

- Vocês conseguem reconhecer algum jogo ou brincadeira retratado nas pinturas?
- Como explicar o fato de que mesmo depois de tantos anos esses jogos e brincadeiras continuem sendo praticados?
- Será que as brincadeiras tradicionais de diferentes povos são parecidas com as que conhecemos aqui no Brasil?

Neste momento, uma abordagem com o professor de História seria importante para promover discussões que possam relacionar as obras apresentadas às diferentes dimensões da vida social e cultural e identificar o processo de construção histórica das práticas inerentes aos jogos e às brincadeiras.

Desenvolvimento



Proponha aos estudantes que vivenciem alguns jogos e brincadeiras. Para orientá-los, você pode sugerir algumas perguntas:

- Vocês conseguem escolher uma brincadeira e um jogo que possamos experimentar em aula?
- Quais são os combinados dessa brincadeira?
- Quais são as regras desse jogo?

Depois de escolherem as práticas, peça aos jovens que se organizem em dois grupos e que pesquisem, debatam e cheguem a um consenso dos combinados e das regras de cada atividade escolhida.

Enquanto o primeiro grupo estiver realizando a brincadeira, o segundo grupo estará vivenciando o jogo escolhido. Para isso, divida o espaço de prática em dois ambientes e, ao longo da aula, sugira que os grupos troquem de atividade.

Para ampliar o desenvolvimento desta sequência didática, em outra aula, proponha à turma uma experiência de valorização da diversidade cultural do Brasil. Como maneira de introduzir o assunto, conte aos estudantes que jogos como a peteca e o arco e flecha e brincadeiras como a perna de pau e o cabo de guerra são tipicamente indígenas e foram incorporados em outros contextos socioculturais. A troca entre os povos contribuiu para a ampliação do repertório das práticas corporais brasileiras.

JUNIOR ROZZO/ROZZO IMAGENS



Mulheres indígenas da etnia pataxó na Reserva da Jaqueira, disputando cabo de guerra. Porto Seguro, Bahia, 2018.

Para que os estudantes reconheçam alguns jogos e brincadeiras indígenas e os interpretem como parte da construção identitária da sociedade, sugira a apreciação de algumas atividades do povo Kalapalo ou de outra etnia que tenha um significado especial para a realidade local. Garanta que os jovens vivenciem ao menos um jogo e uma brincadeira indígena na aula de Educação Física.

HISTÓRIA DE VIDA

O povo Kalapalo, que habita a região do Alto Xingu, na região nordeste do estado do Mato Grosso, acredita que o bem-estar de sua comunidade e das aldeias vizinhas depende do cumprimento de um ideal chamado *ifutisu*. Para eles, o *ifutisu* é um conjunto de argumentos éticos, similar a um código de condutas.

A seguir, apresentamos alguns jogos e brincadeiras indígenas do povo Kalapalo.

1. *Ikindene*

Para os adultos do povo Kalapalo, a *Ikindene* é uma luta, enquanto para as crianças é uma brincadeira que aprendem observando os mais velhos. O objetivo principal é derrubar o oponente. A brincadeira une as crianças, fortalece os vínculos de amizade e de respeito, além de contribuir para o desenvolvimento físico dos jovens da aldeia, como podemos observar no vídeo indicado a seguir.

- KALAPALO – Jogo 25. *Ikindene*. Produção: Sesc em São Paulo. Brasil, 2011. 1 vídeo (2 min). Disponível em: <<https://vimeo.com/5681219>>. Acesso em: 6 ago. 2020.

2. *Ta*

O povo Kalapalo pratica o jogo de *Ta*. O alvo é uma circunferência de palha recoberta com cortiça, construída com partes da árvore de embira. O objetivo do jogo é acertar o alvo utilizando arco e flecha. Veja a seguir.

- KALAPALO – Jogo 1. *Ta*. Produção: Sesc em São Paulo. Brasil, 2011. 1 vídeo (2 min). Disponível em: <<https://vimeo.com/5641782>>. Acesso em: 6 ago. 2020.



Homens Kalapalo lutando a *Ikindene* durante cerimônia do Kuarup, Mato Grosso, 2006.

HAROLDO PALO, JR.

3. Heiné Kuputisü

O jogo requer equilíbrio. O objetivo é percorrer a maior distância possível deslocando-se em um pé só. Não é necessário ser rápido e, sim, ter resistência para chegar o mais longe que puder.

- KALAPALO – Jogo 3. *Heiné Kuputisü*. Produção: Sesc em São Paulo. Brasil, 2011. 1 vídeo (2 min). Disponível em: <<https://vimeo.com/5644015>>. Acesso em: 6 ago. 2020.

4. Toloí Kunhügü

A brincadeira acontece sempre nas margens de uma lagoa ou de um rio. O gavião, qualquer membro da aldeia, desenha uma árvore cheia de galhos na areia, enquanto as outras crianças fingem ser os passarinhos. O gavião engatinha lentamente em direção aos passarinhos e se levanta, repentinamente, para correr atrás das crianças, que devem buscar os galhos para se proteger. O último passarinho a ser pego torna-se o gavião na próxima rodada. Veja o vídeo a seguir.

- KALAPALO – Jogo 18. *Toloí Kunhügü*. Produção: Sesc em São Paulo. Brasil, 2011. 1 vídeo (3 min). Disponível em: <<https://vimeo.com/5644347>>. Acesso em: 6 ago. 2020.



HAFOLDO PALO IJR

Crianças e jovens Kalapalo brincam de *Toloí Kunhügü*, Mato Grosso, 2006.

Roda final



Sente-se novamente em roda com os estudantes. Para garantir que os objetivos de aprendizagem tenham sido alcançados, questione:

- De que forma os jogos e as brincadeiras são expressões de valores e identidade?
- Como os jogos e as brincadeiras indígenas contribuíram para a pluralidade cultural brasileira?
- Como e por que os jogos e as brincadeiras sempre fizeram parte da sociedade?

Se considerar oportuno, amplie as reflexões propostas. No entanto, espera-se que os estudantes, ao longo das práticas, sejam capazes de vivenciar, reconhecer e valorizar os jogos e as brincadeiras tradicionais e populares como forma de expressar valores e conferir identidade à sociedade.

Ampliação



O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA)³ é responsável por garantir, legalmente, diversos direitos ao público infantojuvenil, entre eles o direito de brincar, relacionado, diretamente, com a liberdade, o respeito e a dignidade da criança.

“A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios deverão organizar e estimular a criação de espaços lúdicos que propiciem o bem-estar, o brincar e o exercício da criatividade em locais públicos e privados onde haja circulação de crianças, bem como a fruição de ambientes livres e seguros em suas comunidades.” (Estatuto da Criança e do Adolescente, 1990, Art. 17, p. 192)

³ BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/crianca-e-adolescente/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-versao-2019.pdf>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

No entanto, sabemos que, no Brasil e em outros países do mundo, o trabalho infantil, muitas vezes, acaba privando as crianças desse direito. Como resultado, o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo da criança é suprimido em detrimento das imposições cruéis dos adultos.

Com o intuito de conscientizar e sensibilizar os jovens para a temática, vamos propor um projeto de intervenção. Para isso, os estudantes serão responsáveis por mapear, planejar e proporcionar atividades de jogos e brincadeiras para as crianças da comunidade escolar durante suas aulas de Educação Física ou em algum momento de lazer dentro da escola. A seguir, o texto *Toda criança merece ser criança e tem direito a brincar*, publicado no site do Tribunal Superior do Trabalho – Justiça do Trabalho, poderá ser utilizado como mobilizador do projeto.



MAURO AKIN NASSOR/FOTOARENA

Criança conduzindo carroça carregada de lenha para o local de produção de farinha. A imagem mostra uma situação de trabalho infantil no povoado de Cachoeira, município de Jandaíra, Bahia, 2020.

TODA CRIANÇA MERECE SER CRIANÇA E TEM DIREITO A BRINCAR

“Desde 1959 existe um documento que orienta os países do mundo inteiro a respeitarem as necessidades básicas das crianças. Esse texto, a Declaração Universal dos Direitos das Crianças, foi aprovado por unanimidade, no dia 20 de novembro daquele ano, pela Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas (ONU). Em 1989, a ONU oficializou novo documento, a Convenção sobre os Direitos da Criança, ratificada no Brasil pelo Decreto 99710/1990.

Os dois documentos têm a mesma tônica: as crianças, para o pleno e harmonioso desenvolvimento de sua personalidade, devem crescer no seio da família, em um ambiente de felicidade, amor e compreensão, devem estar plenamente preparadas para uma vida independente na sociedade e devem ser educadas de acordo com os ideais proclamados na Carta das Nações Unidas, especialmente com espírito de paz, dignidade, tolerância, liberdade, igualdade e solidariedade. Todas as crianças são credoras desses direitos, sem distinção de raça, cor, sexo, língua, religião, condição social ou nacionalidade, quer sua ou de sua família.

Além do Decreto 99710/1990, o ordenamento jurídico brasileiro tem ainda o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que garante às crianças

e aos adolescentes brasileiros todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, garantindo-lhes proteção integral e todas as oportunidades e facilidades que permitam seu desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social, em condições de liberdade e de dignidade. Após anos de debates e mobilizações, chegou-se ao consenso de que a infância e a adolescência devem ser protegidas por toda a sociedade das diferentes formas de violência. Entre elas, a violência de ser obrigado a trabalhar, ou a “adultização precoce” (Capítulo V, artigo 60 do ECA).

“É muito importante para uma criança poder ser criança e ter seu desenvolvimento social e psicológico no tempo considerado adequado”, destaca a ministra do TST Kátia Magalhães Arruda, uma das gestoras da campanha de combate ao trabalho infantil. “O trabalho traz uma carga de responsabilidade não condizente com o desenvolvimento emocional de uma.”

As crianças precisam ter tempo para estudar, descansar e, principalmente, brincar. A educadora Adriana Friedmann, uma das fundadoras do grupo Aliança pela Infância, e autora dos livros *A arte de brincar* e *Desenvolvimento da criança através do brincar*, explica que o “brincar” deve

ter lugar prioritário na vida da criança. “Brincar é fundamental na infância por ser uma das linguagens expressivas do ser humano. Proporciona a comunicação, a descoberta do mundo, a socialização e o desenvolvimento integral”, afirma.

A especialista alerta que participar de atividades com outras crianças permite que elas façam parte do mundo da criança, que se identifiquem e construam suas personalidades com iguais. Com

isso, a criança se desenvolve dentro do seu tempo, acompanhando colegas, enfrentando dificuldades e superando-as no seu ritmo natural.”

BRASIL. Tribunal Superior do Trabalho. *Toda criança merece ser criança e tem direito a brincar*. Disponível em: <https://www.tst.jus.br/web/trabalho-infantil/noticias/-/asset_publisher/ry7Y/content/toda-crianca-merece-ser-crianca-e-tem-direito-a-brincar>. Acesso em: 12 ago. 2020.

Passo a passo



1. Organize os estudantes em trios, que serão responsáveis por ministrar as intervenções com as crianças da comunidade escolar.
2. Peça aos estudantes que escolham as brincadeiras que serão desenvolvidas.
3. Proponha que pesquisem as regras e as sintetizem em no máximo cinco instruções. Essa estratégia corrobora para que a introdução da aula não seja muito extensa e cansativa para as crianças.
4. Proponha um planejamento contendo a organização da aula. Para isso, determine junto aos jovens quais serão os materiais necessários, os objetivos da aula, as atividades de aquecimento e as possíveis intervenções no decorrer da vivência.
5. Peça aos estudantes que elaborem um relatório de observação contendo fatores que devem ser registrados e merecem reflexão, como o exemplo sugerido em “Avaliação”.
6. Oriente os jovens a cuidar da comunicação com as crianças, dando atenção aos pormenores das linguagens verbal e não verbal.
7. Apresente os jovens do Ensino Médio às crianças, no momento da vivência, e adote a postura de observador. Caso seja necessário algum auxílio, demonstre apoio aos estudantes.
8. Promova uma reflexão final com os jovens e as crianças por meio de questionamentos, espaços de fala e descrição das sensações.

Reflexão



Para o encerramento desse projeto, sente-se em roda com os estudantes do Ensino Médio e proponha um espaço de diálogo aberto sobre as aprendizagens que tiveram na atuação junto às crianças. A conversa final pode ser direcionada pelas seguintes reflexões:

- Quais foram as observações que fizeram em suas aulas?

- Qual foi a sua sensação ao ver as crianças brincando? O que as crianças expressavam ao brincar?
- Por que o ECA prevê a brincadeira como um direito irrevogável da criança?

Por fim, solicite a um estudante que faça a leitura do poema *Quando as crianças brincam*, de Fernando Pessoa (1888-1935). O discurso contido no poema pode ganhar maior significado após as vivências e reflexões sobre o direito de brincar.

QUANDO AS CRIANÇAS BRINCAM

“Quando as crianças brincam
E eu as oiço brincar,
Qualquer coisa em minha alma
Começa a se alegrar.

E toda aquela infância
Que não tive me vem,
Numa onda de alegria
Que não foi de ninguém.

Se quem fui é enigma,
E quem serei visão,
Quem sou ao menos sinta
Isto no coração.”

PESSOA, Fernando. *Poesias*. Lisboa: Ática, 1942 (15. ed. 1995). p. 166.

Espera-se que, ao final do projeto e com a utilização de diferentes linguagens, o estudante possa compreender o conceito e atuar criticamente sobre os direitos da criança e do adolescente, pautado em princípios e valores democráticos.

Avaliação



Como forma de avaliar o processo de aprendizagem, e de oferecer contribuições para o seu aperfeiçoamento, proponha aos estudantes do Ensino Médio que utilizem o modelo de um relatório de observação elaborado durante as práticas promovidas.

Observação						Comentários
	1. Nunca	2. Raramente	3. Ocasionalmente	4. Frequentemente	5. Sempre	
Respeito						
Participação						
Autonomia						
Cooperação						
Diversão						

Se considerar oportuno, sugira aos estudantes que construam o próprio instrumento de avaliação. Nesse sentido, vale a pena refletir com os jovens sobre quais seriam as atitudes esperadas durante a prática de jogos e brincadeiras.

COMO LIDAR

Problema	Solução
Conceitual	Caso não seja possível atribuir aos jovens uma aula voltada para as crianças, peça aos estudantes que preparem um plano de atividades que contemple os jogos e as brincadeiras, bem como suas características socioculturais, regras e combinados.
Procedimental	Caso não haja material suficiente para a prática de determinado jogo ou determinada brincadeira, podemos propor aos estudantes e professores de outras disciplinas uma oficina para a confecção dos materiais.
Atitudinal	Quando os jovens encaram o tema de maneira infantilizada, provavelmente não reconhecem as brincadeiras como uma prática intrínseca ao ser humano. Auxilie-os a reconhecer as brincadeiras que fazem parte do seu cotidiano.

PARA SABER MAIS

O vídeo *Jean Piaget: Jogos e simbolismo* (31 min) aborda os conceitos, as simbologias e os significados dos jogos segundo diversos autores. Apesar de se restringir à ótica do desenvolvimento infantil, o conhecimento contido na aula pode ser extrapolado para outros públicos e contextos. Disponível em: <https://tvcultura.com.br/videos/36268_jean-piaget-jogos-e-simbolismo-lino-de-macedo.html#:~:text=O%20professor%20Lino%20de%20Macedo,autor%2C%20Jean%2DMarie%20Ihote>. Acesso em: 6 ago. 2020.

O programa Território do brincar é um trabalho de escuta, troca de saberes, registro e difusão da cultura infantil. Em cada encontro surgem intensas trocas e diálogos, por meio de gestos, expressões e saberes que foram cuidadosamente registrados em filmes, fotos, textos e áudios. Um intercâmbio em que pesquisadores e crianças se encontraram no fazer e no brincar, sempre aprendendo um com o outro. Disponível em: <<https://territoriodobrincar.com.br/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

A página Povos indígenas no Brasil, do Instituto Socioambiental, apresenta um acervo com vídeos, fotos e informações preciosas sobre diversos grupos indígenas do Brasil. Disponível em: <https://pib.socioambiental.org/pt/Página_principal>. Acesso em: 6 ago. 2020.

No documentário *A'uté A'uwê Uptabi: ser criança A'uwê* (40 min), os curumins evocam sua relação com a água e as árvores e explicam como elas os inspiram a crescerem e se fortalecerem. Os relatos sublinham a perfeita simbiose entre eles e o meio onde vivem. Produzido por Sesc TV. São Paulo, 2020. Disponível em: <<https://sesc.tv.org.br/programas-e-series/territoriosindigenas/?mediald=695051810cf2d826330636ff67e0592d>>. Acesso em: 1º dez. 2020.

6.2 - Jogos eletrônicos

Os jogos eletrônicos são práticas de divertimento e, atualmente, modalidades esportivas em muitos países. Eles representam um segmento do desenvolvimento tecnológico e oferecem a opção de serem instalados em computadores, *tablets*, telefones celulares ou em equipamentos criados especificamente para esse fim, os chamados consoles.

A história dos jogos eletrônicos ou digitais está intimamente atrelada ao advento dos computadores, principalmente, ao desenvolvimento da inteligência artificial. As diversas plataformas em que podem ser rodados são chamadas de *hardware*. O jogo eletrônico em si é um *software*, que pode ser um programa de computador, uma mídia física, como CD ou DVD, um *videogame* ou até mesmo um aplicativo de celular. Para rodar um jogo eletrônico, o *hardware* e o *software* trabalham conjuntamente, gerando sons e imagens, que sofrem intervenção humana.

Entre as décadas de 1970 e 1980, quando foram popularizados, os jogos eletrônicos tornaram-se objetos de desejo de crianças, jovens e adultos. Tamanha febre suscitou estudos em diversas áreas do conhecimento para avaliar eventuais prejuízos e benefícios ao ser humano.

“Em decorrência do avanço e da multiplicação das tecnologias de informação e comunicação e do crescente acesso a elas pela maior disponibilidade de computadores, telefones celulares, *tablets* e afins os estudantes estão dinamicamente inseridos nessa cultura, não somente como consumidores. Os jovens têm se engajado cada vez mais como protagonistas da cultura digital, envolvendo-se diretamente em novas formas de interação multimidiática e multimodal e de atuação social em rede, que se realizam de modo cada vez mais ágil. Por sua vez, essa cultura também apresenta forte apelo emocional e induz ao imediatismo de respostas e à efemeridade das informações, privilegiando análises superficiais e o uso de imagens e formas de expressão mais sintéticas, diferentes dos modos de dizer e argumentar característicos da vida escolar.” (BNCC, 2017, p. 61)⁴

A fim de mapear, aprimorar e garantir novas aprendizagens aos estudantes do Ensino Médio, observe, a seguir, as habilidades da modalidade que esperamos que eles tenham desenvolvido ao longo do Ensino Fundamental.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Embate Eletrônico	
TCT	Ciência e Tecnologia Educação Ambiental
Competências gerais	1, 2, 4, 5, 7, 8 e 10
Competências de Linguagens	3, 5 e 7
Habilidades	301, 302, 303, 304, 305, 501, 503, 701, 702 e 704
Unidade temática	Jogos e brincadeiras
Objeto de conhecimento	Jogos eletrônicos
Práticas	Benefícios e prejuízos da prática de jogos eletrônicos Adaptação do ambiente virtual à realidade Debate sobre jogos eletrônicos
Ampliação	O lixo eletrônico: o consumo e o descarte conscientes
Valores	Autonomia, responsabilidade e cooperação
Avaliação	Construção coletiva: tabela de argumentos com os prós e os contras da prática de jogos eletrônicos

4 BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG301), (EM13LGG302), (EM13LGG303), (EM13LGG304), (EM13LGG305), (EM13LGG501), (EM13LGG503), (EM13LGG701), (EM13LGG702), (EM13LGG704).

Objetivos

- Compreender os jogos eletrônicos como práticas de linguagem digital, considerando dimensões técnicas, críticas e criativas, seus princípios e funcionalidades.
- Vivenciar as práticas de jogos eletrônicos e ressignificá-las como práticas corporais, compreendendo os benefícios e os prejuízos para o bem-estar físico e mental.
- Debater e posicionar-se criticamente sobre questões polêmicas envolvendo os jogos eletrônicos, utilizando o tema para a formulação de propostas que estimulem a promoção da consciência socioambiental e o consumo responsável.

Roda inicial



Em sala de aula com os estudantes, promova uma conversa inicial visando diagnosticar os conhecimentos prévios da turma acerca dos jogos eletrônicos. Mesmo que o tema faça parte da cultura juvenil, talvez os jovens não conheçam a história e a evolução dos jogos. A fim de mapear os saberes, proponha as seguintes questões:

- Alguém sabe quando foi desenvolvido o primeiro jogo eletrônico?
- Quem conhece a história e a evolução dos consoles e *arcades*?
- Em que plataformas é possível jogar?

Após o bate-papo inicial, apresente o texto a seguir, *A evolução dos jogos*. Ele traça uma retrospectiva dos jogos eletrônicos a partir dos anos de 1970.

A EVOLUÇÃO DOS JOGOS

Os jogos eletrônicos evoluíram muito desde quando foram inventados, e esta evolução não segue uma linha reta já que há vários fatores externos como também várias empresas e segmentos que estão envolvidos nessas mudanças tecnológicas.

Os primeiros jogos não utilizavam nem mesmo imagens, apenas textos, já que os jogos precisavam acompanhar a evolução dos aparelhos eletrônicos. Mas se resumem em três grandes grupos temos: os jogos de *arcade*, os consoles caseiros e os *mobiles*. E é sobre esses três grupos que vamos falar mais para mostrar como o mundo do *gaming* evoluiu.

Os jogos de *arcade*

Esses jogos surgiram em espaços públicos, tanto em restaurantes como em parques, principalmente nos Estados Unidos durante os anos [19]70. Para jogar é preciso realizar pagamentos em moedas. Há vários tipos de jogos de *arcade*, os quais podem ser encontrados até os dias de hoje.

Esse tipo de jogo teve uma era de ouro entre os anos [19]70 e os anos [19]80, mas perdeu o seu domínio graças ao surgimento dos consoles caseiros. [...]. Estima-se que em 1981 esta foi uma indústria que chegou a valer 8 bilhões de dólares, o que seria em torno de 22 bilhões de dólares na atualidade.

[...]

Os consoles caseiros

[...] Os consoles, diferentemente dos jogos de *arcade*, sofreram várias mudanças ao longo da história, sendo que hoje estamos na oitava geração,

ou seja, foram mudando tanto que passaram por oito gerações.

[...]

Os *mobiles*

Por fim temos os *mobiles*, os quais revolucionaram a forma como as pessoas não só jogam, mas vivem, já que dá para fazer praticamente tudo com o aparelho celular [...]. Hoje é praticamente impossível imaginar a vida sem os aparelhos *mobiles*, e os jogos eletrônicos são grande parte dessa realidade. Os brasileiros estão cada vez mais viciados nos seus celulares e lideram as listas de países com mais aparelhos por população. É também notável o crescimento dentro do Brasil dos *e-sports*, o que mostra como o país tem uma grande cultura de jogos eletrônicos.

Infelizmente não é possível prever qual será o futuro dos jogos eletrônicos, já que as mudanças tecnológicas são incertas. Mas há um grande investimento por parte de empresas [...] para fazer da realidade aumentada algo diário e cotidiano na vida das pessoas. Além disso, diversos especialistas da área de jogos eletrônicos acreditam que as mudanças serão tão intensas que será praticamente impossível reconhecer os dias de hoje em 2035.

A internet como grande responsável pelo desenvolvimento do *e-sports*

Hoje a internet mudou a forma como as pessoas jogam, já que é possível jogar com pessoas de todo

o mundo não importando qual é o local e também qual é o horário em que se quer jogar; basta ter internet e um celular, por exemplo.

São várias as indústrias que também se beneficiaram das mudanças tecnológicas que os jogos eletrônicos sofreram; hoje, por exemplo, a indústria

do cinema tem uma relação bastante íntima com a do *gaming*, já que vários jogos viraram filmes e vários filmes viraram jogos.

ARKADE. *A evolução dos jogos*. Disponível em: <<https://www.arkade.com.br/a-evolucao-dos-jogos>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Ao longo da leitura do texto, você pode realizar algumas pausas intencionais a fim de nortear a construção do conhecimento.

- Quais eram os temas propostos nos primeiros jogos eletrônicos?
- Os temas mudaram ou se ampliaram ao longo dos anos?
- Quais são os temas atualmente propostos nos jogos?

Depois, ao terminar de explorar a mídia escolhida, para ampliar a visão crítica dos estudantes acerca da temática, proponha as seguintes reflexões:

- Em que os jogos eletrônicos se assemelham aos jogos tradicionais praticados na Educação Física?
- Quais são os significados de ambos para quem joga?
- Quais são os efeitos dos jogos eletrônicos para a saúde?

Para responder a essas e outras questões relacionadas aos possíveis benefícios e prejuízos causados pela prática excessiva dos jogos eletrônicos, proponha a leitura do texto e exibição do vídeo, de acordo, de acordo com suas possibilidades na escola.

No *link* a seguir há uma discussão interessante acerca dessa temática:

- SELECT games. *Os jogos eletrônicos e seus impactos na sociedade*. Disponível em: <<https://www.selectgame.com.br/os-jogos-eletronicos-e-seus-impactos-na-sociedade/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Os conteúdos sugerem uma reflexão sobre os potenciais benefícios e riscos à saúde por meio da prática excessiva dos jogos eletrônicos. Questões como o desenvolvimento cognitivo e a socialização entre as pessoas são debatidas sob os dois pontos de vista.

Nesse momento, espera-se que o estudante possa avaliar o impacto das tecnologias digitais na formação do indivíduo, para o consumo consciente dos jogos eletrônicos.

Desenvolvimento



A fim de adaptar os jogos eletrônicos para a prática, você pode sugerir que os estudantes vivenciem adaptações na quadra da escola. Atividades como o Jogo dos Estilingues, o Jogo do Labirinto e o Jogo do Combate podem garantir uma experiência longe das telas e sem a necessidade de energia elétrica, internet, consoles ou *joysticks*.

1. Jogo dos Estilingues



CARLOS CAMINHA

Adaptar jogos eletrônicos para o contexto educacional pode aumentar o engajamento dos estudantes.

Para reproduzir a prática, você vai precisar de duas câmaras de ar de pneu de bicicleta, uma camiseta velha, a trave da quadra, alguns bancos e mesas, uma bola e algumas garrafas PET.

O objetivo é lançar a bola com o estilingue até que o estudante consiga derrubar o maior número de garrafas.

- Corte as câmaras e amarre cada uma delas nas pontas da camiseta, formando um estilingue preso às traves do gol como base.
- Disponha as garrafas PET sobre cadeiras e mesas; algumas podem ficar no chão. O ideal é espalhar os alvos em diferentes posições.
- O número de tentativas por estudante pode ser acordado com a turma.

2. Jogo do Labirinto



CARLOS CAMINHA

Diversos jogos eletrônicos clássicos podem ganhar vida na quadra da escola.

Para preparar o ambiente de prática, providencie cones, coletes e bolinhas de tênis. No entanto, você pode utilizar quaisquer materiais pequenos que possam ser colocados no caminho do jogo.

O objetivo do jogo é que o fugitivo tente coletar a maior quantidade de pastilhas no labirinto sem ser pego pelos pegadores.

- Prepare um labirinto com cones ou outros materiais, como o banco sueco. Você pode também desenhar com os estudantes o labirinto no chão da quadra.
- Utilize bolinhas de tênis simbolizando as pastilhas. Para simular as superpastilhas você pode utilizar bolinhas ou materiais de outras cores.
- Convide os estudantes para protagonizar o fugitivo e os pegadores. Para diferenciá-los, utilize coletes de diferentes cores.
- Algum estudante poderá comandar o tempo e as ações do jogo. Um apito, o jogo começa. Dois apitos, os pegadores começam a perseguir o fugitivo. Após comer a superpastilha, apitos repetidos indicam o tempo que o fugitivo terá para pegar os pegadores. Um apito longo encerra o tempo de energia da superpastilha.
- As regras são flexíveis e podem ser alteradas e combinadas com os jovens.

3. Jogo do Combate

CARLOS CAMINHA



A adaptação dos jogos eletrônicos é uma estratégia capaz de aguçar o imaginário dos jovens.

Para a prática do jogo, vamos precisar de um local seguro, com tatames, colchonetes ou um ambiente gramado, algumas tiras de panos ou fitas ou pregadores de roupa.

No jogo, os terráqueos tentam defender o planeta do domínio dos extraterrestres com batalhas individuais. Para isso, o lutador deverá retirar todos os pregadores da roupa do adversário.

- Separe os alunos em duas equipes, os terráqueos e os extraterrestres. Se for possível, peça aos estudantes que se caracterizem para o jogo.

- Os lutadores colocarão os pregadores em suas roupas ou prenderão as fitas nas pernas e nos braços, de modo que sejam facilmente arrancadas.
- Não haverá golpes na luta. Durante os combates, os oponentes devem proteger seus pregadores ou fitas com esquivas e ao mesmo tempo tentar pegar ou puxar os pregadores ou as fitas de seus oponentes.
- Estabeleça com os estudantes regras claras e rígidas. A luta deverá acontecer sempre em pé, e os movimentos não podem machucar o colega.
- À medida que os combates acontecem, os vencedores passam para a próxima fase do torneio.

Ao adaptar ao menos um jogo para a experimentação em quadra, o jovem é levado a ressignificá-lo para um ambiente diferente daquele em que foi concebido. Dessa maneira, pode interagir socialmente extrapolando as relações construídas no ambiente digital.

CONEXÕES

Os deficientes visuais também jogam *videogame*, mas não da maneira tradicional. Como não contam com a visão para se orientar, eles precisam de um tipo específico de jogo: o *audiogame*. Os *audiogames* são jogos de *videogame* adaptados com a substituição das informações visuais por recursos de som tridimensionais. Além do seu caráter lúdico, os *audiogames* também são muito úteis na estimulação auditiva das pessoas com deficiência visual, o que se reflete numa melhor orientação espacial e na tomada de decisão rápida em situações que envolvam orientação e mobilidade. Para jogar é necessário utilizar fones de ouvido de boa qualidade, que estejam funcionando perfeitamente. Apresentar os *audiogames* aos estudantes do Ensino Médio pode ser uma boa estratégia para que eles compreendam o universo digital de forma crítica, criativa e ética diante da percepção das PcD.

A discussão inicial e a prática na quadra proporcionarão uma visão ampla sobre a temática. No entanto, em outro momento, separe a turma em dois grupos e proponha um debate sobre os jogos eletrônicos.

Enquanto um grupo será responsável por defender os benefícios da prática, o outro terá de apresentar argumentos que comprovem os prejuízos. Para isso, você pode utilizar algumas questões que norteiem as pesquisas e o debate.

- Quais são os benefícios e os prejuízos da prática de jogos eletrônicos para a saúde física?
- E para a saúde mental?
- E para a socialização das pessoas?

Com base nessas questões, peça aos grupos que façam uma busca na internet e em outras fontes seguras

de pesquisa, procurando textos, artigos e vídeos que sejam capazes de embasar os seus posicionamentos de forma crítica e ética. Os jogos eletrônicos fazem conexões interessantes com temas como a socialização, o vício e o desenvolvimento cognitivo.

Construa com os estudantes as regras e os combinados que nortearão o debate. O tempo de fala e de argumentação de cada grupo deve ser definido previamente. Os grupos também poderão sugerir questões a serem debatidas, de modo a participar de processos de produção colaborativa.

Você pode propor que, ao longo do debate, os estudantes preencham uma tabela de síntese na lousa e nos próprios cadernos, com o intuito de formular argumentos que levem em conta o bem comum. Para isso, você encontrará um modelo de tabela sugerido em “Avaliação”.

Roda final



Ao final do debate, sente-se em roda com os estudantes. Para garantir que os objetivos de aprendizagem tenham sido alcançados, proponha algumas questões reflexivas.

- Quais são os potenciais benefícios e prejuízos relacionados à prática de jogos eletrônicos?
- Como consumir os jogos eletrônicos de maneira consciente?
- Qual é a importância da prática de jogos eletrônicos para as pessoas com deficiência visual?

Você pode ampliar a discussão da maneira que considerar oportuna; no entanto, espera-se que os estudantes,

ao discutir sobre os jogos eletrônicos, sejam capazes de se posicionar criticamente diante de diversas visões de mundo e debater questões de relevância social, como os potenciais benefícios e prejuízos dessas práticas para a saúde física e mental.

Ampliação



Com o crescimento da indústria de eletrônicos, aumentam também as preocupações ambientais. O lixo eletrônico (*e-lixo*) ou tecnológico é todo material proveniente do uso e descarte de eletrônicos, conhecido pela sigla RAEE (Resíduos de Aparelhos Eletroeletrônicos).

Pilhas, baterias, lâmpadas fluorescentes, entre outros componentes, são consideradas resíduos perigosos, pois liberam elementos tóxicos que podem prejudicar o meio ambiente e a saúde das pessoas.

Por essa razão, a Política Nacional de Resíduos Sólidos⁵ estipula que esse material não pode ser descartado como lixo comum, uma vez que exige maior cuidado para evitar qualquer tipo de contaminação acidental.

Com o intuito de despertar a consciência ambiental nos estudantes, proponha um projeto de coleta de lixo eletrônico na escola. Para isso, é importante que os estudantes, os professores de outras disciplinas e a direção escolar estejam engajados nessa causa.

Proponha a leitura da matéria jornalística a seguir como disparadora do projeto.

MEDALHAS OLÍMPICAS DE TÓQUIO 2020 SERÃO FEITAS A PARTIR DE CELULARES RECICLADOS

“As 5 mil medalhas de ouro, prata e bronze que serão entregues aos atletas vencedores das Olimpíadas de Tóquio, em 2020, serão feitas de lixo eletrônico. A iniciativa começou em 2017, quando o comitê de organização lançou um projeto para tornar o evento mais sustentável e, desde então, 47 mil toneladas de dispositivos eletrônicos foram coletados, entre câmeras digitais, *notebooks* e *videogames* jogados no lixo. Desse montante, foram separados mais de 6 milhões de aparelhos de celular antigos.”

A campanha, para incentivar a participação e convidar as pessoas a fazerem parte da história dos Jogos Olímpicos, tem como *slogan* “Be better, together – for the planet and the people” [Sejamos melhores, juntos – para o planeta e para as pessoas]. A coleta foi até o dia 31 de março e, ao final do período, o comitê superou a marca de oito toneladas de aparelhos. Ao todo a campanha conseguiu reunir 30 toneladas de ouro, 4 mil toneladas de prata e 2,7 mil toneladas de bronze, vindas da reciclagem dos aparelhos.

Continua

5 BRASIL. Política Nacional de Resíduos Sólidos. Lei n. 12.305, de 2 de agosto de 2010. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/112305.htm>. Acesso em: 5 ago. 2020.

A fabricação começou em abril e a iniciativa faz parte do desejo de tornar o evento “verde, inclusivo, aberto e limpo”, uma proposta que o Comitê Olímpico tem para todos os jogos que organizar a partir de agora.

O modelo selecionado para os jogos de Tóquio foi escolhido após uma competição mundial aberta para *designers* profissionais e estudantes. Mais de 400 projetos foram analisados. Com 8,5 cm de diâmetro, a parte da frente mostra os anéis

olímpicos e o logotipo da Tóquio-2020. A parte de trás apresenta [...], a deusa grega da vitória, no estádio Panathinaiko, em Atenas. Serão 5 mil medalhas entregues aos competidores no final dos jogos.”

BELI, Luciane. *Medalhas olímpicas de Tóquio 2020 serão feitas a partir de celulares reciclados*. Disponível em: <<https://www.gazetadopovo.com.br/haus/sustentabilidade/medalhas-olimpicas-de-toquio-2020-serao-feitas-a-partir-de-celulares-reciclados/>>. Acesso em: 13 ago. 2020.

Passo a passo



1. Converse com os estudantes acerca da importância de recolher apropriadamente o lixo eletrônico.
2. Proponha à turma que selecione, entre os estudantes interessados, os representantes para o projeto.
3. Com os estudantes representantes, apresente a proposta para outros professores e para a direção da escola. Certamente, a participação e o envolvimento dos professores de outras áreas de conhecimento conferem credibilidade ao projeto e caracterizam a contextualização e a interdisciplinaridade dos saberes.
4. Solicite à direção que seja feita alguma parceria com a prefeitura do município ou com alguma ONG (Organização Não Governamental) que possa receber o lixo coletado.
5. Atribua aos estudantes a função de divulgar o projeto para a comunidade escolar. Nesse sentido, poderão ser produzidos *podcasts* por meio de gravação e edição de áudios sobre o tema.
6. Para isso, proponha as seguintes etapas: escolha dos participantes (duplas, grupos etc.); elaboração de um roteiro (vinheta, introdução, discussão, encerramento); escolha do formato (diálogo, entrevista etc.); gravação (telefone celular, microfone); edição (telefone celular, computador); divulgação (portal da escola, *link* etc.).
7. Certifique-se de que os resultados do projeto sejam compartilhados por toda a comunidade escolar. Valorize o trabalho desenvolvido pelos estudantes.

Reflexão



Sente-se em roda com os estudantes e proponha um espaço de diálogo aberto sobre as aprendizagens que tiveram com os jogos eletrônicos. A conversa final pode ser direcionada pelas seguintes reflexões:

- O consumo consciente dos jogos eletrônicos perpassa somente pelo tempo dispendido na prática e escolha dos jogos?
- Qual é o impacto do lixo eletrônico no meio ambiente?
- De que forma podemos atuar para o consumo e o descarte conscientes?

Por fim, espera-se que a abordagem sobre os jogos eletrônicos possa ampliar a participação social dos estudantes, por meio da discussão dos princípios éticos de consumo e do descarte consciente na preservação do meio ambiente.



Para que possamos registrar as discussões e reflexões da turma, o quadro a seguir pode ser transcrito na lousa, impresso e também copiado no caderno dos estudantes. Ele contempla os prós e os contras da prática de jogos eletrônicos.

Prós	Tema	Contras
	Saúde física	
	Saúde mental	
	Socialização	
	Inclusão de PcD	

COMO LIDAR

Problema	Solução
Conceitual	Independentemente da forma de pesquisa sobre a temática, procure despertar a criticidade dos jovens na busca por informações em fontes confiáveis.
Procedimental	Caso você consiga utilizar consoles em aula, proponha a vivência de um jogo que promova maior interação corporal dos jogadores com a máquina.
Atitudinal	Se na turma houver algum estudante com deficiência, busque valorizar suas percepções e vivências acerca dos jogos eletrônicos.

PARA SABER MAIS

Os jogos eletrônicos mobilizam em todo o mundo mais de 60 milhões de pessoas, entre jogadores e espectadores, suscitando alguns questionamentos em relação a sua prática. A matéria *Jogos eletrônicos podem ser considerados esporte?*, levada ao ar pela TV Brasil, traz uma entrevista abordando o conceito de *e-sports*. Disponível em: <<https://tvbrasil.ebc.com.br/stadium/2018/12/jogos-eletronicos-podem-ser-considerados-esporte>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Videogames ao alcance de todos, da TV Brasil, apresenta o projeto *Blind Games Brasil*, voltado à difusão de jogos adaptados para deficientes visuais. A maioria desses jogos é desenvolvida nos Estados Unidos e na Europa, em língua inglesa. A *Blind Games Brasil* os traduz para o português, visando democratizar o acesso no país. Disponível em: <<https://tvbrasil.ebc.com.br/programaespecial/episodio/videogames-ao-alcance-de-todos>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Conheça o projeto da Universidade Estadual Paulista que coloca os jogos eletrônicos a serviço do desenvolvimento de crianças com Transtornos do Espectro Autista. A ideia é utilizá-los como uma forma de terapia, estimulando o movimento e os comandos sensoriais. Para obter mais informações, veja a reportagem *Unesp usa jogos eletrônicos em trabalho com crianças autistas* e o vídeo da TV Unesp. Disponível em: <<https://www2.unesp.br/portal#!/noticia/34732/unesp-usa-jogos-eletronicos-em-trabalho-com-criancas-autistas>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

O documentário *40 km por dia* (51 min), dirigido por Kiko Goifman, retrata a rotina de mais de 17 mil coletores de materiais descartáveis de todas as idades que trabalham nas ruas de São Paulo diariamente. No vídeo, Goifman contextualiza a luta dessas pessoas na cidade que produz mais de 56 toneladas de lixo por dia. Disponível em: <<https://sesctv.org.br/programas-e-series/hiperreal/?mediald=8a65f3df11b9272f62785dac4f9db4b7>>. Acesso em: 1º dez. 2020.



As ginásticas de condicionamento físico são práticas cada vez mais difundidas no universo juvenil.

“A ginástica geral tem sido compreendida como uma ginástica para todos, orientada para o lazer, que visa, sobretudo, estimular o prazer pela prática da ginástica com criatividade e liberdade de expressão; podemos reconhecê-la como um espaço viável para a vivência do componente lúdico da cultura e, mais especificamente, da cultura corporal. Isso quer dizer que a ginástica geral traz a possibilidade de redescobrimos o prazer, a inteireza e a técnica-arte da linguagem corporal.” (AYOUB, Eliana, 2003, p. 60-61)¹

“Ginásticas”		
Unidades temáticas	Objetos de conhecimento	Práticas didático-pedagógicas (Modalidades)
Ginásticas	Ginástica geral	ginástica para todos (acrobática, expressiva, rítmica)
	Ginástica de condicionamento físico	<i>fitness</i> , hidroginástica, ioga, meditação, musculação, relaxamento etc.

Antes de partir para as práticas didático-pedagógicas, reflita sobre as possíveis conexões entre os TCT e as temáticas inerentes às ginásticas. O quadro a seguir apresenta algumas possibilidades para a ampliação do seu repertório. As práticas e vivências propostas não deverão restringir suas ações docentes; você poderá ressignificá-las de acordo com a sua realidade, o contexto de sua escola e o interesse de seus estudantes.

¹ AYOUB, Eliana. *Ginástica geral e educação física escolar*. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2003. p. 136.

Os TCT e algumas possibilidades de desenvolvimento das ginásticas

TCT	Ginásticas
Meio ambiente	<ul style="list-style-type: none"> • A ioga e a meditação como práticas que integram o indivíduo com o meio ambiente • A apropriação do espaço público para a prática de exercícios físicos
Economia	<ul style="list-style-type: none"> • A ginástica laboral como instrumento para aumentar a produtividade do trabalhador • A indústria de suplementos alimentares
Saúde	<ul style="list-style-type: none"> • A ginástica como ferramenta para a promoção da saúde física e mental em todas as idades • A ginástica como treinamento físico • A ginástica como forma de desenvolver o autocuidado e a autoconfiança • A ginástica como fonte de relaxamento, na gestão da ansiedade e do estresse • O <i>fitness</i> e o padrão estético imposto pela mídia e pela sociedade
Cidadania e civismo	<ul style="list-style-type: none"> • A Ginástica para Todos como movimento inclusivo e integrador • O abuso infantil na especialização precoce na ginástica
Multiculturalismo	<ul style="list-style-type: none"> • As diferentes músicas e culturas presentes nas ginásticas • O universo <i>fitness</i> no Brasil e no mundo
Ciência e tecnologia	<ul style="list-style-type: none"> • Os instrumentos de avaliação da composição corporal (adipômetro e bioimpedância) • A tecnologia dos equipamentos <i>fitness</i>

PARA SABER MAIS

A série *Ginástica Para Todos 1* (14 min), exibido no canal TV INES, apresenta a história da ginástica e alguns detalhes sobre os fundamentos básicos da modalidade. A ginasta Daiane dos Santos, campeã mundial de Ginástica Artística, compartilha suas experiências e reflete sobre como essa atividade desenvolve a consciência corporal e mental das crianças. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=bPRAPs9rgBQ>>. Acesso em: 15 dez. 2020.

Na continuação da série *Ginástica Para Todos 2* (14 min), o aspecto cultural e artístico dessa modalidade é apresentado aos espectadores. Daiane dos Santos, na parte 2 da série, fala sobre as atividades de equilíbrio e deslocamento. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=mKnWnKgMHy8&t=50s>>. Acesso em: 15 dez. 2020.

No Portal do Professor do Ministério da Educação há uma coleção de aulas denominada *Ginásticas*, em que é possível encontrar propostas criativas e diferenciadas para o trabalho dos professores de Educação Física. A coleção reúne aulas de ginástica com base em diversas perspectivas, com progressões pedagógicas, fundamentos e dicas para a organização das apresentações em aula. BRASIL. Ministério da Educação. *Ginásticas*. Portal do Professor. Disponível em: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaColecaoAula.html?id=129>>. Acesso em: 18 out. 2020.

No documentário *Atleta A* (104min), os diretores Bonni Cohen e Jon Shenk apresentam depoimentos dos repórteres que acompanharam a história sobre os abusos sexuais cometidos pelo médico da equipe nacional de ginástica dos Estados Unidos, Larry Nassar, e, ainda, o depoimento de grandes ginastas, como Maggie Nichols. A trama retrata a cultura tóxica na ginástica esportiva de elite nos EUA na produção da Netflix de 2020.

7.1 - Ginástica Geral

A ginástica geral engloba todas as práticas corporais que simbolizam a construção do movimento humano e visa explorar as potencialidades e os limites do corpo, bem como suas capacidades físicas e habilidades motoras.

Essas atividades, de caráter não competitivo, têm como objetivo proporcionar saúde e prazer ao praticante. Como são expressões corporais com viés artístico, acrobático e rítmico, são utilizadas, muitas vezes, para entreter e emocionar o público. Geralmente, essas práticas são apresentadas nas aberturas dos Jogos Olímpicos e de campeonatos mundiais de diversas modalidades, como apresentações de cunho artístico.

O estudo da ginástica geral nos permite compreender como as capacidades físicas e as habilidades motoras caracterizam o movimento humano. A Fisiologia e a Biomecânica são as disciplinas responsáveis pelo aprofundamento teórico da temática.

No Ensino Médio, é esperado que o estudante, além de vivenciar a ginástica geral, consiga relacionar essa prática com as questões de saúde, os processos de inclusão e valorização da diversidade cultural.

“A ginástica geral, também conhecida como ginástica para todos, reúne as práticas corporais que têm como elemento organizador a exploração das possibilidades acrobáticas e expressivas do corpo, a interação social, o compartilhamento do aprendizado e a não competitividade. Podem ser constituídas de exercícios no solo, no ar (saltos), em aparelhos (trapézio, corda, fita elástica), de maneira individual ou coletiva, e combinam um conjunto bem variado de piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas etc. Integram também essa prática os denominados jogos de malabar ou malabarismo.” (BNCC, 2017, p. 217)²

As habilidades desenvolvidas no Ensino Fundamental devem fazer parte da bagagem do estudante que chega ao Ensino Médio. Procure refletir sobre elas para poder definir quais serão os objetivos de aprendizagem ao longo dessa temática.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Ginástica para Todos?	
TCT	Saúde Educação em Direitos Humanos Processos de envelhecimento, respeito e valorização do idoso
Competências gerais	1, 3, 6, 8, 9 e 10
Competências de Linguagens	2 e 5
Habilidades	201, 202, 204, 501 e 503
Unidade temática	Ginásticas
Objeto de conhecimento	Ginástica geral
Práticas	Conceitos da Ginástica para Todos Figuras da ginástica acrobática
Ampliação	Saúde e bem-estar na terceira idade: conscientização para o direito dos idosos
Valores	Empatia, respeito, responsabilidade e solidariedade
Avaliação	Roteiro de entrevista aos idosos

2 BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG201), (EM13LGG202), (EM13LGG204), (EM13LGG501), (EM13LGG503).

Objetivos

- Compreender e valorizar a Ginástica para Todos como fenômeno sociocultural, analisando seu discurso ideológico.
- Vivenciar a ginástica geral e refletir sobre os benefícios da prática para o projeto de vida.
- Refletir sobre os direitos dos idosos e a importância das práticas corporais no processo de envelhecimento saudável, sensibilizando os jovens para o exercício da responsabilidade social.

Roda inicial



Na quadra, sente-se em roda com os estudantes. Explique que a temática abordada nas próximas aulas será a ginástica geral, mais especificamente a Ginástica para Todos. Visando mapear os conhecimentos prévios dos estudantes, pergunte:

- O que vocês conhecem acerca da história da ginástica?
- Vocês sabem explicar como o movimento humano evoluiu junto com a espécie?
- Alguém conhece o conceito da Ginástica para Todos?

Com base nas respostas dos estudantes, certifique-se de aprofundar os conceitos e contextualizar a construção do conhecimento. Em seguida, apresente aos estudantes o conceito da Ginástica para Todos.



Mais de duas mil ginastas de trinta países participam do *Gymnaestrada's Midnight Sun Special*, Finlândia, 2015.

A Ginástica para Todos é um programa sociocultural desenvolvido pela Federação Internacional de Ginástica (FIG)³ e, atualmente, adotado e praticado em diversos países do mundo. Por meio de atividades ginásticas, como

a ginástica artística, a ginástica rítmica, a ginástica acrobática, a ginástica aeróbica e a ginástica de trampolim, e também de várias manifestações como danças, expressões folclóricas e jogos, tem por objetivo se adequar a todos os gêneros, faixas etárias, habilidades e formações culturais e contribuir para a saúde pessoal, o condicionamento e bem-estar físico, social, intelectual e psicológico. Ao utilizar materiais, músicas e coreografias, tem sempre a preocupação de apresentar, nesse contexto, aspectos da cultura nacional em eventos não competitivos. A Ginástica para Todos propicia experiências estéticas em movimento para participantes e espectadores, uma vez que a integração e a interação são pressupostos da modalidade.

Para ampliar seu conhecimento sobre o movimento Ginástica para Todos, que ocorreu em 2019, você pode visitar a página do projeto: WORLD GYMNAESTRADA 2019. Disponível em: <<https://www.wg2019.at/wg2019/en>>. Acesso em: 18 out. 2020.

Após apresentar o conceito da Ginástica para Todos aos estudantes, proponha algumas reflexões que os auxiliem a analisar criticamente os objetivos pretendidos por essa manifestação sociocultural.

- Quais são os objetivos gerais da Ginástica para Todos?
- Quais são os pressupostos ideológicos da Ginástica para Todos?
- De que forma conseguimos garantir o movimento corporal para todos?

Espera-se que, com a discussão da temática, os estudantes valorizem a Ginástica para Todos como um fenômeno sociocultural e compreendam as ideologias pautadas em princípios e valores de igualdade e equidade.

Desenvolvimento



A ginástica acrobática é uma das modalidades propostas pela FIG e pertencente à ginástica geral. Nessa prática, destacam-se elementos técnicos, figuras e formas por meio de composições estáticas ou movimentos dinâmicos, com destaque para a interação entre os ginastas.

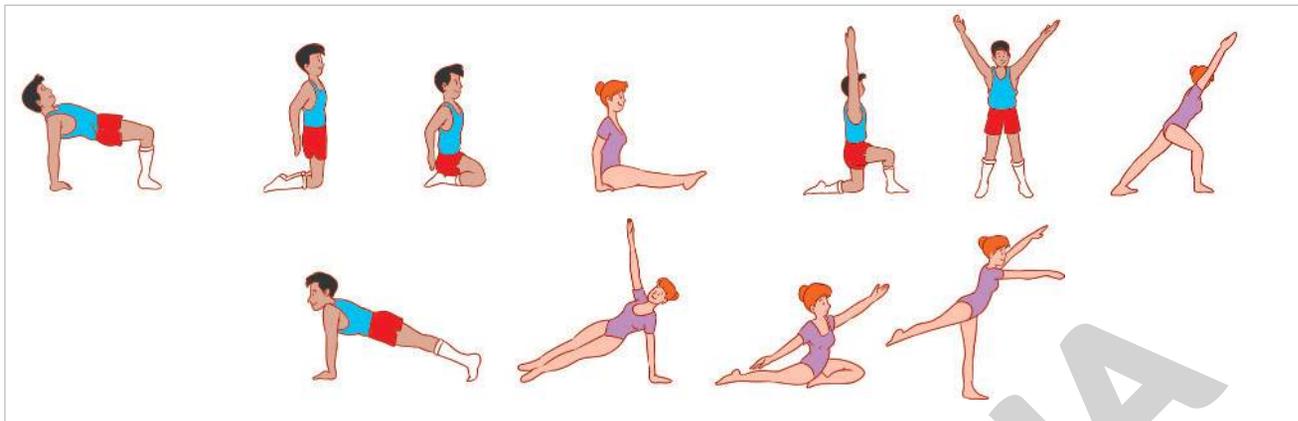
Na formação dos grupos da modalidade, os ginastas têm diferentes funções, denominadas bases, intermédios e volantes. Os intermédios são responsáveis por conectar os bases aos volantes. Os bases, em geral, são as pessoas mais fortes e têm a função de sustentar e apoiar os intermédios e também o volante. O volante é, geralmente, o indivíduo com uma estrutura mais baixa e mais leve para poder facilitar o trabalho do grupo.

A responsabilidade, o respeito, a confiança e a autonomia são valores desenvolvidos com base na prática da ginástica acrobática e são capazes de fortalecer a empatia e os laços de amizade entre os estudantes da turma. Sugira aos estudantes que vivenciem algumas figuras e formas estáticas básicas da ginástica acrobática. A proposta a seguir pode ser realizada em qualquer espaço que garanta a segurança dos estudantes. Para tanto, utilize colchões e colchonetes no ambiente de prática.

3 FIG. Ginástica para Todos. Disponível em: <<https://www.fig-gymnastics.com/site/discipline.php?disc=1>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

1. Figuras singulares

Proponha aos alunos que realizem algumas posturas singulares, importantes para o processo de formação em equipes. Enalteça a necessidade da sinergia nas ações musculares para que a postura seja equilibrada e harmoniosa. Para isso, escolha algumas das figuras apresentadas a seguir.



Figuras singulares em diferentes posições.

Proponha a execução de alguns exercícios que podem contribuir para o fortalecimento do vínculo e da confiança entre os estudantes, além de relembrar os conhecimentos acerca das articulações e dos músculos do corpo humano.

Inicie a prática mostrando os diferentes tipos de pegada, essenciais para a segurança dos praticantes na formação das figuras. Para isso, percorra desde a pegada simples, a pegada de dedos, a pegada de punhos até a pegada de braços.



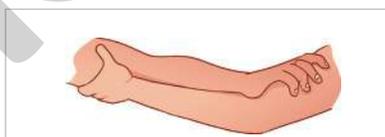
Pegada simples.



Pegada de dedos.



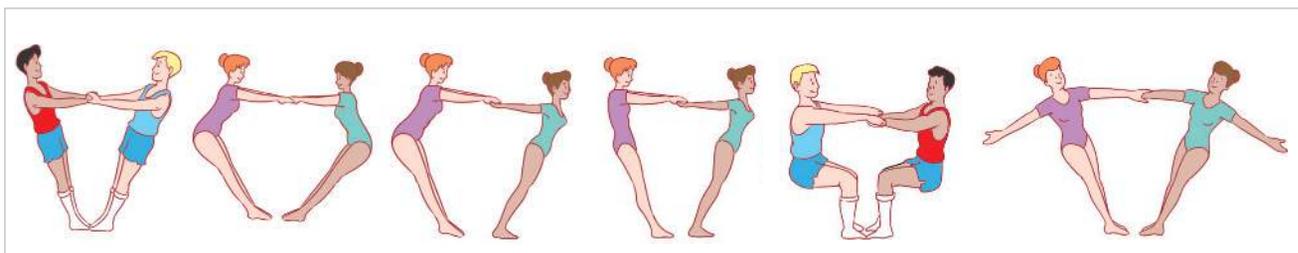
Pegada de punhos.



Pegada de braços.

2. Figuras em duplas

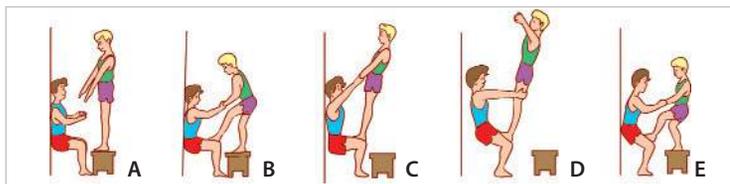
Na sequência, após o aprendizado das pegadas, desenvolva os exercícios de contrapeso. Os jovens devem trabalhar em duplas e reproduzir figuras equilibradas, como as propostas a seguir. É importante que, nesse momento, eles percebam como a ação consciente do par faz com que o movimento fique mais fácil.



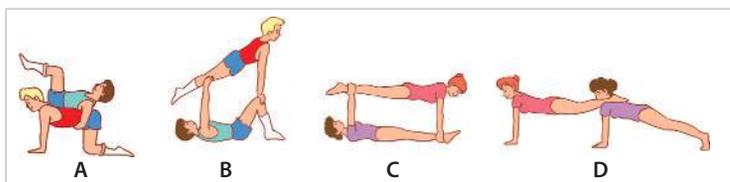
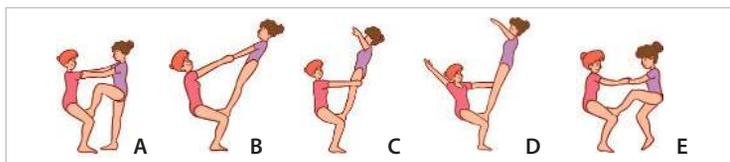
Figuras em duplas usando contrapeso.

Com prática, segurança e criatividade, você poderá, junto aos estudantes, construir outros exercícios de contrapeso. Na sequência, sugira que experimentem algumas figuras em duplas, antes de se organizarem em trios. Para isso, você pode utilizar as figuras abaixo como norteadoras da prática.

ILUSTRAÇÕES: ROBSON OLIVIERI



Figuras em duplas com apoio.

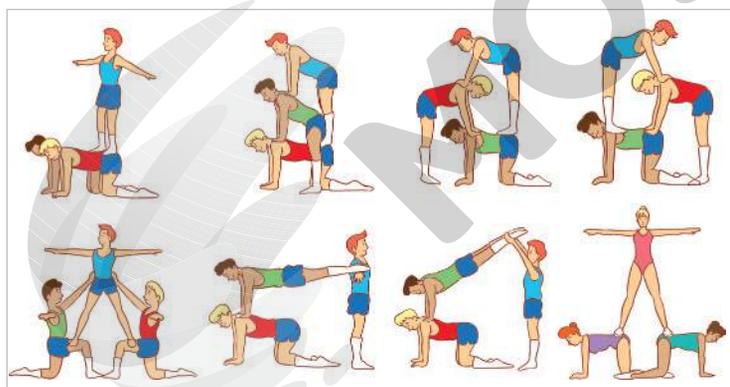


Figuras em duplas sem apoio.

3. Figuras em trios

Na segunda aula, você pode apresentar as imagens a seguir de forma progressiva e dar tempo para que os estudantes consigam executá-las. Para tanto, instrua-os a formar quartetos, nos quais um dos integrantes será responsável por dar suporte e garantir a segurança dos colegas durante as execuções. Você também pode utilizar músicas para que a vivência seja ainda mais agradável.

ROBSON OLIVIERI



Figuras em trios da ginástica acrobática.

Ressalte as questões de segurança e certifique-se de que os estudantes reconheçam e executem as posturas e os apoios corretos para a realização das figuras:

- o apoio deve ser realizado no cóccix e não na coluna lombar;
- o apoio deve ser realizado nos ombros e não nas escápulas;
- o apoio deve ser feito nas coxas e não nos joelhos.

Roda final



Por fim, sente-se em roda, novamente, com os estudantes. Para nortear a discussão final, proponha algumas questões reflexivas que permitam transcender a experimentação da ginástica acrobática.

CONEXÕES



Apresentação do elenco do Cirque du Soleil em Milão, Itália, durante o espetáculo *Dralion*, 2013.

O Cirque du Soleil é uma companhia multinacional de entretenimento, sediada na cidade de Montreal, Canadá. No início da década de 1980, uma trupe de artistas fundada por Gilles Ste-Croix levou seu talento às ruas de Baie-Saint-Paul, um charmoso vilarejo perto da cidade de Quebec. Essa equipe fez um *show* eclético, destacando malabaristas, dançarinos, cuspidores de fogo e músicos que agradaram os fãs locais com a sua atuação. Esse início embrionário deu origem ao grupo, que atualmente se consolidou como a maior companhia circense mundial, chegando a ter 5 000 funcionários. Os espetáculos são itinerantes, e, a cada turnê, novas apresentações são criadas, cheias de elementos que contagiam e emocionam os espectadores. Possibilitar que o estudante do Ensino Médio tenha contato com expressões corporais e artísticas como essa pode ampliar e transcender seus conhecimentos acerca da ginástica geral.

SERGIONE INFUSO - CORBIS/CORBIS ENTERTAINMENT/GETTY IMAGES

- Como a ginástica pode fazer parte do seu projeto de vida?
- Quais são os valores e atitudes que podemos desenvolver com a elaboração das figuras na ginástica acrobática?
- Quais são as barreiras que devemos ultrapassar para que o movimento seja possível para todos?

Você pode ampliar as reflexões e os conhecimentos abordados da maneira que considerar mais adequada, no entanto é esperado que os jovens, ao final dessas práticas, estabeleçam relações construtivas, empáticas, éticas, respeitando as diferenças e as limitações individuais. Além disso, pretende-se que eles reconheçam a Ginástica para Todos como fonte de saúde e de entretenimento.

Ampliação

O *Estatuto do Idoso*⁴ é destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. Diante das condições peculiares da idade, o direito à saúde, ao esporte e ao lazer visam garantir autonomia e bem-estar físico e mental ao idoso.

“É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.” (Estatuto do Idoso, 2003, Art. 3)

No entanto, nem sempre as práticas sociais estão voltadas à inclusão e à integração do idoso na sociedade. Individualmente e coletivamente, percebe-se uma necessidade de conscientização acerca da temática.

Para tanto, vamos propor um projeto de investigação e conscientização dos jovens para uma atuação social empática, que mitigue as desigualdades e fortaleça a compreensão dos direitos dos idosos.

Proponha uma pesquisa que os estudantes tenham que desenvolver com os avós ou algum idoso da sua comunidade. O intuito principal é que a turma possa refletir sobre as limitações de movimento na terceira idade, bem como reconhecer práticas benéficas para esse público. A matéria jornalística disponibilizada poderá ser utilizada como ponto de partida para a construção do projeto.

EXERCÍCIOS FÍSICOS GARANTEM QUALIDADE DE VIDA A IDOSOS

“A Organização Mundial da Saúde estima que, em 2050, a população mundial com idade superior a 60 anos chegue a 2 bilhões. Isso representa um quinto da população mundial! Com o aumento da expectativa de vida vem um grande desafio: como envelhecer saudável?”

Além de uma alimentação adequada para a faixa etária, ter uma rotina de exercícios impacta no bom funcionamento do organismo. A prática de atividade física na terceira idade é importante para reduzir os danos causados pelo tempo, como o enfraquecimento dos músculos, perda de equilíbrio, perda de agilidade e flexibilidade e de resistência muscular. ‘O exercício físico com orientação de um educador físico para essa idade faz com que essas capacidades físicas melhorem para que eles venham a ter uma qualidade de vida melhor’, explica o profissional de educação física, Ayslan de Araújo, do Hospital Universitário da Universidade Federal de Sergipe e vinculado à Rede Ebserh.

E com todas essas alterações físicas devido à idade, os idosos sofrem bastante, principalmente quando se trata do seu nível de autonomia e da independência, o que pode implicar dificuldades na realização de atividades da vida diária, levando a total incapacidade funcional.

Segundo o educador físico, os idosos devem escolher como atividade física uma caminhada, subir e descer escada ou exercícios com a supervisão de um profissional. ‘O exercício físico independe da condição do indivíduo, seja ele saudável ou com um tipo de doença associada. É importante ter orientação de um profissional da área sempre, mas na terceira idade, esse acompanhamento se torna muito mais importante devido à capacidade física dessa faixa etária’, ressalta Ayslan.

Além disso, nessa idade, muitas pessoas sentem a necessidade de um convívio com mais pessoas, e a prática do exercício físico pode muito bem ser um dos melhores remédios contra a depressão e

Continua

4 BRASIL. Estatuto do Idoso. Lei n. 10.741, de 1 de outubro de 2003. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm>. Acesso em: 13 ago. 2020.

outras doenças. ‘É justamente nesses momentos que podemos oferecer os benefícios sociais envolvendo exercícios em grupos, com atividades lúdicas para que eles não se sintam excluídos socialmente. Além disso, a prática regular de uma atividade física produz endorfinas, serotonina, hormônios e [que] proporcionam a sensação de bem-estar’, comenta.

Como envelhecer é um processo que ocorre aos poucos, quanto mais cuidar da saúde física e mental, menores serão as chances de ter doenças crônicas, aquelas doenças que necessitam de um acompanhamento por maior tempo, como diabetes, hipertensão, entre outras. ‘O exercício físico na terceira idade ajuda a prevenir e a combater essas doenças e evitar doenças do coração’, conta o profissional.

A recomendação da OMS é que, a partir dos 65 anos, seja feita uma atividade física moderada, de preferência em grupo, no mínimo três dias por semana e em intensidade que varia de acordo com as condições de saúde e de mobilidade de cada pessoa. De forma geral, por semana, são suficientes 150 minutos de atividade moderada ou 75 minutos de atividade intensa. Para todas as idades, vale a lembrança de que o aumento do tempo de atividade física potencializa os resultados.”

BRASIL. Ministério da Saúde. *Exercícios físicos garantem qualidade de vida a idosos*. Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/index.php/promocao-da-saude/53940-idosos-que-praticam-exercicios-fisicos-tem-mais-qualidade-de-vida>>. Acesso em: 13 ago. 2020.

Antes da realização das entrevistas, reflita com os estudantes sobre como cada capacidade física é afetada pela idade. Espera-se que a turma consiga compreender a implicação da perda dessas capacidades na qualidade de vida do idoso.

Depois que os estudantes realizarem a entrevista com o idoso, proponha uma atividade de sensibilização que possa culminar com uma visita a uma casa de repouso ou um lar para idosos.

Passo a passo

1. Proponha que os estudantes realizem as entrevistas com avós ou idosos da comunidade em que vivem.
2. Convide os jovens a partilharem as entrevistas e reflita sobre os relatos dos idosos.
3. Proporcione uma prática de sensibilização com as atividades adaptadas para os idosos, como as mostradas a seguir.

BELUSHI/SHUTTERSTOCK



Exercícios de fortalecimento e alongamento trazem inúmeros benefícios para a terceira idade.



ROBERT KNESCHKE/SHUTTERSTOCK

Exercícios de equilíbrio são importantes para prevenir quedas em idosos.

4. Reflita sobre as necessidades de trabalhar diferentes capacidades físicas e habilidades motoras ao longo da vida.
5. Sugira à direção que os estudantes visitem uma casa de repouso ou um lar de idosos da região, para que observem atividades que ratifiquem os direitos previstos pelo *Estatuto do Idoso*.
6. Discuta com os jovens maneiras de promover a autonomia e o bem-estar físico e mental na terceira idade.

Reflexão

Ao final do projeto, os estudantes podem vivenciar o movimento humano sob diferentes perspectivas e objetivos. No entanto, para que você consiga mapear se os objetivos de aprendizagem foram atingidos, promova as seguintes reflexões:

- De que maneira podemos contribuir para que os idosos tenham uma qualidade de vida melhor?
- Como podemos ressignificar o nosso projeto de vida diante dos conhecimentos adquiridos com base nos benefícios da ginástica?
- Como atuar para inserir a prática corporal no rol dos Direitos Humanos?

Por fim, é esperado que o estudante compreenda os benefícios da ginástica geral para a promoção da saúde no processo de envelhecimento e que, ao desenvolver empatia e respeito por meio do projeto, possa atuar socialmente na garantia dos direitos dos idosos.

Avaliação



A entrevista proposta no projeto de ampliação pode representar uma ótima oportunidade de registro e avaliação dos estudantes. Desse modo, você pode utilizar o quadro abaixo como modelo de entrevista com os idosos. Estimule os jovens a ir além das perguntas sugeridas abaixo, de acordo com o enredamento de cada relato.

Nome do estudante:	
Nome do entrevistado:	
Idade do entrevistado:	
Quais são as principais dores e limitações no seu dia a dia?	
Qual é o impacto que essas limitações têm em sua vida social?	
Quais são os cuidados que você tem com a sua saúde física?	
O que você teria feito de diferente para cuidar da sua saúde em outras fases da vida?	

COMO LIDAR

Problema	Solução
Conceitual	Apesar de sugerirmos a prática da ginástica acrobática, você também pode abordar conceitos das ginásticas rítmica e artística, por exemplo.
Procedimental	Caso não seja possível realizar a visita ao lar de idosos, proponha que a escola receba os idosos da comunidade para uma vivência.
Atitudinal	Além de colocar em debate as particularidades do movimento corporal na terceira idade, você pode tratar da inclusão das PcDs.

PARA SABER MAIS

O artigo de Nara Rejane da Cruz de Oliveira, *Ginástica para Todos: perspectivas no contexto do lazer*, discute sobre a prática da ginástica enquanto lazer e aponta a Ginástica para Todos como modalidade capaz de proporcionar a democratização do acesso à cultura corporal, ao lazer crítico e criativo. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-6-1-2007/art02_edfis6n1.pdf>. Acesso em: 5 ago. 2020.

O manual *Ginástica acrobática* apresenta diferentes tipos de pegada e outros aspectos técnicos importantes para a iniciação na ginástica acrobática. Também propõe estratégias de segurança, como o posicionamento do tronco e dos apoios, além de sugerir progressões na formação das figuras. Disponível em: <https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/5601/6/3542_7214.pdf>. Acesso em: 5 ago. 2020.

O documentário *Envelhecer* (55 min), dirigido por Claudia Erthal e Paulo Markun em produção da Sesc-TV de 2020, apresenta depoimentos que elucidam o processo de envelhecimento, os apelos midiáticos relacionados, os problemas econômicos e os desafios para enfrentar essa realidade. Disponível em: <<https://sesc.org.br/programas-e-series/envelhecer/>>. Acesso em: 29 nov. 2020.

7.2 - Ginástica de Condicionamento Físico



A ginástica de condicionamento é indicada para manter o tônus muscular dos idosos.

As ginásticas de condicionamento físico são aquelas em que as atividades físicas e os exercícios físicos são ferramentas para a promoção da saúde de um indivíduo ou de um grupo de pessoas. O estudo das ginásticas de condicionamento se amplia com a contribuição de outras áreas, como a Fisioterapia, a Medicina e a Nutrição.

Dessa forma, uma abordagem correta da temática compreende também um conhecimento que vai além da prática. Temas como alimentação, estética, *performance* esportiva, reabilitação, saúde física e mental também são objetos de estudo.

As ginásticas de condicionamento incluem diversas atividades, como o *fitness*, a hidroginástica e a ioga, entre outras. Sua experimentação pode ter um grande impacto no projeto de vida do jovem, pois os hábitos incorporados na adolescência são, geralmente, mantidos ao longo da vida.

“As ginásticas de condicionamento físico se caracterizam pela exercitação corporal orientada à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da condição física individual ou à modificação da composição corporal. Geralmente, são organizadas em sessões planejadas de movimentos repetidos, com frequência e intensidade definidas. Podem ser orientadas de acordo com uma população específica, como a ginástica para gestantes, ou atreladas a situações ambientais determinadas, como a ginástica laboral. As ginásticas de conscientização corporal reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tal como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo. Algumas dessas práticas que constituem esse

grupo têm origem em práticas corporais milenares da cultura oriental.” (BNCC, 2017, p. 217-218)⁵

Ao abordarmos as ginásticas de condicionamento físico, preferimos incorporar os conceitos das ginásticas de conscientização corporal, já que ambas preconizam a saúde física e mental do praticante.

A fim de mapear, aprimorar e garantir novas aprendizagens ao estudante do Ensino Médio, reveja as habilidades da modalidade que se espera que ele tenha desenvolvido ao longo do Ensino Fundamental.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

A Frequência Cardíaca e o Autoconhecimento

TCT	Saúde
Competências gerais	8 e 10
Competências de Linguagens	3 e 5
Habilidades	301, 501 e 503
Unidade temática	Ginásticas
Objeto de conhecimento	Ginástica de condicionamento físico
Práticas	Aferição da frequência cardíaca Circuito <i>fitness</i> Técnicas de relaxamento
Ampliação	Avaliações no Ensino Médio: o relaxamento e seus benefícios
Valores	Autonomia, resiliência e respeito a si mesmo
Avaliação	Registro semanal da frequência cardíaca

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG301), (EM13LGG501), (EM13LGG503).

Objetivos

- Reconhecer e praticar as ginásticas de condicionamento como forma de melhorar a saúde física e mental.
- Utilizar as técnicas de relaxamento para praticar o autoconhecimento e o autocuidado.
- Desenvolver o autoconhecimento para o protagonismo e a autoria do seu projeto de vida.

⁵ BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Roda inicial

No início da aula, sente-se em roda com os estudantes. Explique que o tema da sequência será a ginástica de condicionamento físico. Como uma forma de instigar os jovens sobre as adaptações corporais durante o exercício físico, proponha que respondam:

- Quais são os fatores que alteram nossa frequência cardíaca (FC)?
- Como, quando e por que nossos batimentos cardíacos oscilam?
- Será que conseguimos controlar nossa FC?

Provavelmente, os estudantes vão realizar associações diretas com a prática de exercícios e atividades físicas, no entanto é preciso alertar que diversos fatores modulam nossos batimentos em diferentes contextos, entre eles as sensações e as emoções. Pergunte:

- O que acontece com a nossa FC quando estamos diante de uma fonte de estresse?
- E quando estamos relaxados?
- Quais são as nossas sensações durante a realização de avaliações como o vestibular e o Enem?

Para que os estudantes possam reconhecer e avaliar esse processo de oscilação da FC, proponha que, individualmente, mensurem a própria FC durante o momento inicial de repouso. Para isso, ajude-os a empregar a técnica correta, como mostram a imagem e as instruções a seguir.



ILUSTRAÇÕES: ROBSON OLIVIERI

Técnica para aferir a frequência cardíaca.

- Coloque os dedos indicador e médio sobre a artéria radial, logo antes da articulação do punho.
- Realize a contagem dos batimentos durante um minuto, ou durante 15 segundos multiplicando o valor obtido por quatro ($BPM = FC \text{ em } 15 \text{ seg} \times 4$).
- A compressão exagerada sobre a artéria radial poderá obstruir o fluxo sanguíneo, impedindo a avaliação.
- Não utilize o polegar para aferir a FC, pois os batimentos poderão ser confundidos porque o dedo polegar tem sua própria pulsação.

Vale relembrar que o sangue é responsável por carregar o oxigênio até os tecidos e quanto maior for a necessidade

de oxigenação nos músculos, maior será a FC, ou seja, atividades mais intensas e exigentes farão com que o coração bata mais rapidamente para atender a essa demanda energética.

Solicite aos estudantes que anotem os BPM em repouso na tabela que se encontra em "Avaliação". Essa tabela poderá servir como registro do estudante, assim como avaliação para o professor. Por isso, é importante que os jovens realizem, interpretem e reflitam sobre os dados obtidos.

Desenvolvimento

Após a conceituação do tema e a mensuração da FC em repouso, instrua os estudantes a realizarem um aquecimento simples. Utilize exercícios de baixa intensidade, como rotação dos braços, trotes leves ou alongamentos dinâmicos. Logo após esse aquecimento, repita o procedimento de aferição da FC e peça aos estudantes que anotem o resultado obtido nas tabelas.

Em seguida, proponha a vivência de um circuito como aqueles utilizados no *fitness*. Geralmente, esses circuitos têm por objetivo o fortalecimento muscular, a melhora do condicionamento físico e o aumento do gasto calórico. É por meio do aperfeiçoamento das capacidades físicas que o praticante é beneficiado pelo treinamento.

Para tanto, é importante que os estudantes reconheçam as capacidades físicas, bem como as atividades capazes de desenvolvê-las. Caso seja necessário, dê um tempo para que os jovens façam uma rápida pesquisa sobre o assunto.

Proponha, então, um circuito que contemple ao menos um exercício para cada capacidade física. A utilização de músicas ritmadas pode auxiliar na motivação dos estudantes.

- 1. Força:** capacidade de vencer determinada resistência por meio da contração muscular. Exercícios: flexão de braço, agachamento e abdominal.
- 2. Agilidade:** capacidade de mudar rapidamente de direção. Exercícios: corridas curtas com mudanças de direção entre cones (zigue-zague).
- 3. Equilíbrio:** capacidade de sustentar o corpo em uma posição estável. Exercícios: equilibrar-se em um pé só de olhos fechados, em uma corda colocada no chão ou em uma prancha instável.
- 4. Velocidade:** capacidade de realizar ações o mais rapidamente ou no menor tempo possível. Exercícios: corridas em linha reta entre cones.
- 5. Resistência:** capacidade de manter o esforço físico durante um longo intervalo de tempo. Exercícios: voltas consecutivas na quadra, polichinelos ou o próprio resultado final do circuito.

A criação e a adaptação do circuito constituem um ótimo ambiente de aprendizagem. Os estudantes podem pesquisar e sugerir exercícios de acordo com o seu interesse

ou necessidade, de modo que consigam justificar as escolhas diante da importância para o aprimoramento das capacidades físicas. Após a realização do circuito, peça a eles que anotem novamente o resultado na tabela.

Por fim, sente-se em roda com os estudantes a fim de discutir os resultados encontrados. Provavelmente, os dados da FC após o circuito serão maiores que os do aquecimento que, por sua vez, serão maiores que os que foram aferidos em repouso.

Diante disso, proponha uma atividade de relaxamento. Os principais objetivos das práticas de relaxamento são: reduzir os níveis de ansiedade e estresse, diminuir a tensão muscular e aumentar a atenção e a concentração.

Existem várias técnicas que promovem o autoconhecimento e permitem que o indivíduo alcance uma sensação maior de bem-estar. Se considerar oportuno, consulte o material a seguir:

- NOVAES, Leticia De Carli; SANTOS, Maria Fernandes dos. Técnicas de relaxamento. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5415862/mod_resource/content/1/T%C3%A9cnicas%20de%20Relaxamento.pdf>. Acesso em: 5 ago. 2020.

Veja abaixo um exemplo que pode ser realizado com a turma.

ILUSTRAÇÕES: ROBSON OLIVIERI

- 1 – Deite com uma das mãos sobre a barriga e a outra sobre o peito; procure estar relaxado.



- 2 – Inspire profundamente, expandindo o abdome. Sinta a mão sobre a barriga levantar enquanto a outra sobre o peito permanece parada.



- 3 – Expire lentamente, por um tempo igual ou maior que o da inspiração. Esvazie o abdome e sinta a sua mão descendo.



- 4 – Repita este processo por cerca de 5 minutos, buscando aumentar o tempo e a profundidade de inspiração e expiração.

Após 5-10 minutos de relaxamento, oriente os estudantes a fazer uma última verificação da FC e anotem os valores nas tabelas. A utilização de músicas como sons da natureza pode auxiliar no relaxamento mais profundo dos jovens.

CONEXÕES

A ginástica laboral é uma prática que tem como principal objetivo prevenir patologias relacionadas às atividades de trabalho e incentivar os colaboradores à prática de atividades físicas, enfatizando a importância para a melhora na qualidade de vida e a manutenção da saúde.

Geralmente, é realizada no local de trabalho ou em algum espaço específico dentro da empresa, tendo a duração média de quinze minutos, podendo ser realizada diariamente, três vezes por semana ou conforme a frequência que a empresa disponibiliza. A prática da ginástica laboral envolve aspectos como a valorização do colaborador, a preocupação da empresa com a saúde dos funcionários, o desenvolvimento do trabalho com qualidade, a prevenção de patologias e o oferecimento de um bom ambiente para trabalhar.

Com a prática, os empresários acabam concluindo que a preservação, a manutenção e a promoção da saúde acabam refletindo no rendimento de seus colaboradores, uma vez que deixarão de faltar ao trabalho por motivos de saúde, fazendo com que a produção seja mantida ou até mesmo aumentada.

Aos poucos, as empresas acabam mudando suas prioridades, não se restringindo apenas aos aspectos de produção, mas também em manter a boa qualidade de vida de seus funcionários. Diante desse conhecimento, os estudantes poderão refletir sobre a importância da saúde para o mercado de trabalho.

Roda final



Para finalizar a atividade, em roda com os estudantes, discuta sobre a FC nos momentos de repouso, aquecimento, circuito e relaxamento. Para nortear a discussão final, proponha algumas questões reflexivas que permitam fixar os conhecimentos abordados.

- De que forma o autoconhecimento pode auxiliar no autocuidado?
- Como as técnicas de relaxamento podem contribuir para o controle da FC?
- Em que situações o relaxamento é importante?

Sinta-se à vontade para ampliar as reflexões e os temas abordados, no entanto espera-se que, ao final da ginástica de condicionamento físico, os estudantes possam utilizar as técnicas aprendidas de forma consciente e intencional, a fim de estabelecer relações de respeito com os outros e consigo mesmo. Ao perceber as diferenças em sua FC, os jovens podem estabelecer estratégias de autoconhecimento e autocuidado com a saúde física e mental.

Diversas estratégias podem auxiliar os jovens no desenvolvimento do autoconhecimento e do autocuidado, competências importantes para o seu projeto de vida. Suas capacidades cognitivas, físicas e afetivas devem ser constantemente estimuladas dentro e fora da escola.

“A capacidade cognitiva tem grande influência na postura do indivíduo em relação às metas que quer atingir nas mais diversas situações da vida, vinculando-se diretamente ao uso de formas de representação e de comunicação, envolvendo a resolução de problemas, de maneira consciente ou não. [...] A capacidade física engloba o autoconhecimento e o uso do corpo na expressão de emoções, na superação de estereótipos de movimentos, nos jogos, no deslocamento com segurança. A afetiva refere-se às motivações, à autoestima, à sensibilidade e à adequação de atitudes no convívio social, estando vinculada à valorização do resultado dos trabalhos produzidos e das atividades realizadas. Esses fatores levam o aluno a compreender a si mesmo e aos outros.” (PCN, 1997, p. 47)⁶

Para que essas competências sejam aprimoradas intencionalmente no ambiente escolar, proponha a execução de um projeto de autoconhecimento. Para começar, leia a matéria jornalística sugerida a seguir.

EXERCÍCIO E RESPIRAÇÃO: VEJA DICAS PARA RELAXAR ANTES DO ENEM

Faltando poucas horas para o Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), que será realizado neste fim de semana em todo o país, alguns candidatos ainda acham que podem aprender tudo o que não viram durante o ano. Assim, mudam a rotina e acabam impondo ao corpo árduos testes. Atitudes como redução nas horas de sono, pesadas sessões de estudo e privação de atividades de lazer atrapalham mais do que ajudam. Veja, a seguir, o que merece um cuidado especial do estudante neste período pré-prova.

Concentração

Trabalhar a concentração é tarefa que começa antes da prova. De acordo com o psicólogo especialista em cognição humana Fernando Elias José, existem três tipos de atividades que colaboram para aumentar o foco do aluno para o exame: os exercícios físicos, os de respiração e os testes simulados, ‘semelhantes aos que são aplicados na prova’, explica.

Segundo o psicólogo, para respirar corretamente é preciso puxar o ar pelo nariz e soltar pela boca, além de respirar mais devagar. Isso ajuda a pessoa a baixar o nível dos hormônios, fazendo com que raciocine melhor e se concentre mais. Já os exercícios físicos cooperam para um aumento da atividade cerebral e, conseqüentemente, da concentração. Por último, responder a questões similares às da prova auxilia o candidato a se concentrar como se estivesse realizando o exame.

Equilíbrio emocional

Além disso, todo o nervosismo que acompanha cada candidato, seja em maior ou menor intensidade, pode acarretar em um desequilíbrio emocional. ‘Essa situação ocorre devido a dois pontos: expectativa errada e alteração da rotina’, explica o psiquiatra e professor de química Celso Lopes, do cursinho Anglo, de São Paulo.

O primeiro caso é caracterizado por aqueles alunos que acreditam que vão chegar na prova e conseguir resolver tudo, o que pode gerar frustração. Lopes tranquiliza os estudantes: ‘se a cada quatro questões ele não souber como resolver uma, está tudo ok, é perfeitamente normal’.

O segundo caso é relacionado a alterações no cotidiano do estudante, em virtude de se preparar para a prova. ‘Quem estuda demais, privando o corpo de necessidades

Continua

⁶ BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais. Educação Física. Brasília, 1997. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em: 14 ago. 2020.

fisiológicas, como o sono, por exemplo, sofre mais com o aumento de nervosismo e irritabilidade, que acabam resultando em um desequilíbrio emocional tanto antes como durante a prova', conclui Lopes.

Se durante a prova o estudante sentir-se, por algum motivo, muito agitado ou frustrado por não conseguir resolver algumas questões, uma breve pausa para espalhar é o melhor remédio. 'É melhor perder dois ou três minutos relaxando do que comprometer a prova inteira', diz Lopes.

Ansiedade

A ansiedade é uma característica biológica do ser humano, presente em situações que antecedem algum tipo de perigo, seja ele real ou imaginário. É natural que muitos estudantes sintam um desconforto antes do Enem, em virtude da importância que o resultado na prova possa vir a representar. Mas é crucial lidar com a ansiedade de maneira adequada. 'Não dá para ter aquele pensamento clichê de que 'o aluno não pode ser nada ansioso'. A ansiedade é muita bem vinda até um certo nível. Ele só precisa saber quando é que a ansiedade começa a atrapalhá-lo', afirma Elias.

Segundo Lopes, 'existe uma sigla de origem militar chamada PAON (pare, alimente-se, oriente-se e navegue) que é útil nesses momentos. Quando o aluno se encontra em uma situação de muita aflição durante a prova, é importante parar, respirar, comer uma barrinha de cereal, beber água ou ir ao banheiro e só depois voltar à prova', recomenda.

Relaxamento

O relaxamento colabora para manter o cérebro do aluno disposto para mais um dia de estudos ou provas. Não se trata de deixar de estudar ou priorizar momentos de lazer, mas sim da conciliação de ambos para uma rotina saudável. 'Ter momentos de lazer, se divertindo com pessoas que sejam importantes na vida dele, contribui para o estudante não se estressar tanto e reduz a ansiedade pré-prova', conclui Elias."

Exercício e Respiração: veja dicas para relaxar antes do Enem. *Portal Terra*. Disponível em: <<https://www.terra.com.br/noticias/educacao/enem/exercicio-e-respiracao-veja-dicas-para-relaxar-antes-do-enem,ed58927d652ea310VgnCLD200000bbcceb0aRCRD.html>>. Acesso em: 14 ago. 2020.

Passo a passo



1. Desenvolva com os jovens uma série rápida (máximo de 5 minutos) de exercícios de relaxamento usando as técnicas vivenciadas em aula.
2. Procure fazer com que os estudantes construam suas próprias rotinas, de modo que percebam aquelas mais eficientes para cada um.
3. Combine com os outros professores para que, durante as avaliações, os estudantes possam experimentar os exercícios de relaxamento antes, durante e depois da realização.
4. No decorrer das experimentações, discuta com os estudantes em que momento as técnicas foram mais úteis.
5. Garanta que os jovens tenham incorporado essas estratégias em suas rotinas de modo consciente e autônomo.

Reflexão



Ao fim do projeto, sente-se com os estudantes e proponha reflexões acerca das técnicas de relaxamento e seus benefícios para a saúde física e mental. Para isso, utilize questões como:

- Qual é a sua sensação após realizar uma técnica de relaxamento?
- Quais melhorias você percebeu no seu desempenho escolar?

- Como você pode transpor o autoconhecimento e o autocuidado para outros momentos da vida?

Por meio dessas e de outras reflexões, é esperado que os estudantes ampliem o uso das práticas corporais de maneira crítica e participem de processos colaborativos para a promoção do autoconhecimento, do autocuidado na saúde física e emocional, principalmente nas próximas fases do seu projeto de vida, seja no ingresso no Ensino Superior, seja no mercado de trabalho.

Avaliação



A tabela modelo a seguir é um instrumento que pode ser utilizado tanto pelos estudantes quanto pelo professor. O mapeamento da FC ao longo de vários dias e diferentes situações nos permite aprimorar o autoconhecimento. Dessa forma, os jovens terão maior consciência a respeito de suas respostas fisiológicas. Para tanto, proponha que façam um acompanhamento diário, considerando outras atividades, ao longo de uma semana.

Data	FC: Repouso	FC: Atividade de baixa intensidade	FC: Atividade de alta intensidade	FC: Relaxamento

COMO LIDAR

Problema	Solução
Conceitual	Podemos abordar outras atividades, como a ioga e a meditação como fonte de relaxamento.
Procedimental	As atividades em circuito são facilmente adaptadas em diferentes locais e com poucos recursos materiais.
Atitudinal	Evite fazer comparações em relação ao desempenho dos estudantes na realização das atividades de circuito. Proporcione atividades de diversas naturezas, com diferentes habilidades, para que os estudantes possam se sentir capazes.

PARA SABER MAIS

Na aula-vídeo *Introdução à ginástica de condicionamento físico* (45 min), o professor explica os conceitos da modalidade desde a Pré-História e propõe algumas questões que podem ser utilizadas para ampliar os conhecimentos de docentes e estudantes. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=tjloNFIA_B0>. Acesso em: 5 ago. 2020.

No material *Técnicas de relaxamento*, de Leticia De Carli Novaes e Mariana Fernandes dos Santos, são apresentadas diferentes técnicas de relaxamento, que consideram as demandas de cada indivíduo, os objetivos a serem alcançados e o momento certo de serem utilizadas. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/plu ginfile.php/5415862/mod_resource/content/1/T%C3%A9cnicas%20de%20Relaxamento.pdf>. Acesso em: 9 ago. 2020.

Os vídeos *Relaxamento para crianças* (2 min) e *Relaxamento para adultos* (5 min) apresentam técnicas de relaxamento guiado por meio da respiração para crianças e adultos em dois endereços, respectivamente. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ieht9looHA4&t=28s>> e em <<https://www.youtube.com/watch?v=JM1pnW3lwjl>>. Acessos em: 9 ago. 2020.



Cena da peça *Lenda das cataratas*, da Curitiba Cia de Dança, dirigida por Nicole Vanoni, 2014.

“A dança, em minha opinião, tem como finalidade a expressão dos sentimentos mais nobres e mais profundos da alma humana: aqueles que nascem dos deuses em nós, Apolo, Baco, Pan, Afrodite. A dança deve implantar em nossas vidas uma harmonia que cintila e pulsa. Ver a dança apenas como uma diversão agradável e frívola é degradá-la.” (DUNCAN, 1977, p. 103)¹

“Danças”		
Unidades temáticas	Objetos de conhecimento	Práticas didático-pedagógicas (modalidades)
Danças	Danças tradicionais	Baião, catira, fandango, forró, frevo, maracatu, quadrilha, samba etc.
	Danças urbanas	<i>Breakdance, funk, freestyle (hip-hop), locking, popping</i> etc.

Antes de partir para as práticas didático-pedagógicas, reflita sobre as possíveis conexões entre os TCT e as temáticas inerentes às danças. O quadro da próxima página apresenta algumas possibilidades para a ampliação do seu repertório. As práticas e vivências propostas a seguir não deverão restringir suas ações docentes. Dessa maneira, você poderá resignificá-las de acordo com a sua realidade, o contexto de sua escola e o interesse de seus estudantes.

¹ DUNCAN, Isadora. *The art of the dance*. Nova York: Theater Arts Books, 1977.

TCT	Danças
Meio ambiente	<ul style="list-style-type: none"> • A dança das tribos como rituais de invocação e agradecimento à chuva e à colheita
Economia	<ul style="list-style-type: none"> • A dança e a arte de rua como fonte de renda e trabalho • O elitismo nas danças clássicas (balé) • A dança como espetáculo para o entretenimento
Saúde	<ul style="list-style-type: none"> • A dança como expressão corporal e de sentimentos • Os padrões estéticos estipulados em algumas danças • As danças como modalidades presentes em academias
Cidadania e civismo	<ul style="list-style-type: none"> • O preconceito de gênero embutido nas danças • A dança como manifestação social • A dança como prática inclusiva (cegos e surdos) • A dança de salão como prática na terceira idade
Multiculturalismo	<ul style="list-style-type: none"> • A dança como preservação e valorização sociocultural de povos, religiões e culturas (indígenas, afro-brasileiras) • Os contextos sociais em que os estilos de dança emergiram • A diversidade de danças no Brasil e no mundo
Ciência e tecnologia	<ul style="list-style-type: none"> • Os <i>games</i> e as máquinas de dança • As leis da Física nas práticas das danças

PARA SABER MAIS

O vídeo *Cultura brasileira, aula 4: a tradição e a cultura popular e de elite* (15 min) exibe a riqueza das tradições culturais e avalia o significado do legado transmitido de geração em geração, permitindo reconhecer de que maneira os aspectos culturais relacionados à culinária, à arte, à música e à dança exercem forte influência no modo como enxergamos a sociedade atual. Disponível em: <https://tvcultura.com.br/videos/34624_cultura-brasileira-aula-4-a-tradicao-e-a-cultura-popular-e-de-elite.html>. Acesso em: 6 ago. 2020.

8.1 - Danças tradicionais



Apresentação da dança do Siriri no Parque das Águas, em Cuiabá, Mato Grosso, 2017.

As danças tradicionais são práticas que simbolizam a cultura que aflora das variadas regiões do Brasil. A diversidade do país resulta dos movimentos colonizadores e migratórios que aconteceram ao longo do tempo, fazendo com que hábitos e costumes de diversos povos ao redor do mundo fossem incorporados à cultura indígena que já existia aqui.

A cultura brasileira é composta de matrizes indígenas, africanas, europeias e árabes. Por meio da culinária, das vestimentas, dos projetos arquitetônicos, da música, das artes ou das danças, o povo brasileiro não só acolhe e preserva o patrimônio cultural de outros povos como também o transforma e o ressignifica.

A riqueza cultural das danças tradicionais brasileiras transcende os gestos, os movimentos e as expressões corporais. As danças tradicionais conferem ainda mais identidade às populações e, ao mesmo tempo, expressam emoções.

As danças típicas fazem parte do folclore brasileiro, por isso constituem a identidade nacional. Nesse sentido, sua experimentação no ambiente escolar oferece aos estudantes a oportunidade de conhecer a grandeza cultural do nosso país. Além disso, elas dão aos jovens a possibilidade de reconhecer e utilizá-las como forma de linguagem.

Espera-se que os jovens, ao vivenciarem as danças tradicionais, sejam capazes de reconhecer as características das cinco regiões do Brasil e valorizar o multiculturalismo presente em nosso país.

Para direcionar os objetivos de aprendizagem do Ensino Médio, devemos levar em consideração o percurso dos estudantes ao longo do Ensino Fundamental. Para isso, reveja as competências e habilidades que foram desenvolvidas nesse período e que devem ser o ponto de partida para novos conhecimentos.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Dança, um Patrimônio Imaterial	
TCT	Diversidade cultural Educação para a valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras
Competências gerais	1, 3, 4, 9 e 10
Competências de Linguagens	4, 5 e 6
Habilidades	402, 501, 503, 601, 602, 603 e 604
Unidade temática	Danças
Objeto de conhecimento	Danças tradicionais
Práticas	Conceitos das danças tradicionais Danças das cinco regiões do Brasil
Ampliação	Festa junina: uma atuação para a valorização cultural
Valores	Respeito às diversidades e cooperação
Avaliação	Roteiro de pesquisa

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG402), (EM13LGG501), (EM13LGG503), (EM13LGG601), (EM13LGG602), (EM13LGG603), (EM13LGG604)

Objetivos

- Apropriar-se das danças tradicionais como patrimônio artístico e cultural, reconhecendo e valorizando sua diversidade estética e histórica, bem como os processos de legitimação de maneira ética e empática.
- Apreciar e fruir as danças tradicionais das cinco regiões do Brasil, reconhecendo-as como linguagem corporal e identificando o processo de construção histórica dessas práticas.

- Participar de processos de elaboração coletiva a partir da festa junina, reconhecendo sua expressão identitária e valorizando as diferentes matrizes que compõem cultura brasileira.

Roda inicial

Para o início da sequência, sente-se em roda com os estudantes. Explique que o tema da aula envolverá as danças tradicionais brasileiras. Nesse momento, busque mapear o conhecimento prévio trazido pelos jovens.

- O que são danças tradicionais?
- Vocês conhecem alguma dança típica das regiões do Brasil?
- Por que a compreensão das danças é tão importante para a preservação cultural?

Nesse momento, espera-se que os estudantes consigam dialogar sobre o tema. Para auxiliá-los, procure dirigir a discussão para a questão do folclore brasileiro e pontuar outros aspectos que compõem a diversidade cultural do país e de sua região.

CONEXÕES

A palavra surgiu a partir de dois vocábulos saxônicos antigos: “*Folk*”, em inglês, significa *povo*, e *lore*, conhecimento. Assim, *folk + lore* *Folk-lore* quer dizer “conhecimento popular”. O termo foi criado por William John Thoms (1803-1885), um pesquisador da cultura europeia que em 22 de agosto de 1846 publicou um artigo intitulado (*folklore*). No Brasil, após a reforma ortográfica de 1934, que eliminou a letra k, a palavra perdeu também o hífen e tornou-se “folclore”.

Podemos definir o folclore como um conjunto de mitos e lendas que as pessoas passam de geração para geração. Muitos nascem da pura imaginação das pessoas, principalmente dos moradores das regiões do interior do Brasil. Muitas destas histórias foram criadas para passar mensagens importantes ou apenas para assustar as pessoas. Um fato importante é saber que o folclore, como tradição, se dissemina em formas literárias – orais ou escritas – e que tem portanto sua veiculação intrinsecamente ligada ao fazer literário como procedimento estético. Seu produto seria, *grosso modo*, as lendas e os contos, engendrados pela disposição mítica que as enforma.

RODRIGUES, Alcione; KOVALSKI, Josuel. *Luís da Câmara Cascudo e a literatura oral: estratégias de leitura*. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_artigo_port_unespar-uniaodavitoria_alcionerodrigues.pdf>. Acesso em: 15 out. 2020.

Desenvolvimento

Para que os jovens possam vivenciar um pouco das danças tradicionais, um dos elementos do folclore brasileiro, proponha uma atividade em que cada um dos cinco espaços identificados na quadra ou no pátio vai representar uma região do Brasil, como mostra a figura abaixo.



O objetivo da vivência é sensibilizar os estudantes para a pluralidade cultural do Brasil. É provável que eles não consigam ter a dimensão exata da diversidade de ritmos e estilos musicais das cinco regiões do país, no entanto a atividade serve como ponto de partida para a ampliação do repertório dos jovens promovendo a valorização da cultura brasileira.

Ao escutar a música tocada, os estudantes deverão identificar a que região do país ela se refere. Para tanto, terão de se dirigir dançando até o local da quadra que representa essa região. Por exemplo, se a canção tocada pertence a uma dança típica da Região Norte do país, será necessário seguir até o quadrante reservado para essa região.

Para diversificar a aprendizagem, no decorrer da aula, você pode sugerir aos estudantes que dancem em duplas ou trios. Após algumas rodadas, sente-se com eles a fim de refletir sobre as particularidades das manifestações de cada região.

- Vocês imaginavam tantas variedades de ritmos e de estilos musicais?
- Quais eram as danças já conhecidas previamente?
- Quais são os elementos que caracterizam as danças tradicionais?

Para que os estudantes possam identificar os principais elementos das danças tradicionais, bem como ampliar seus repertórios acerca da variedade de ritmos e danças que compõem o folclore brasileiro, escolha uma dança tradicional que represente cada região do país e explique suas principais características aos jovens.

A seguir, são apresentadas algumas danças, assim como materiais que podem servir de apoio para a condução da atividade. Escolha as danças de acordo com a curiosidade e o interesse dos estudantes.

1. Carimbó (Região Norte)

O carimbó é uma palavra da língua Tupi que significa “pau que produz som”. A dança típica da Região Norte brasileira é realizada em roda aos pares e sem contato entre o cavalheiro e a dama. Após o início da música, os homens vão na direção das mulheres batendo palmas no ritmo do carimbó e as convidam para dançar. Com rodas e giros, os dançarinos reproduzem movimentos inspirados em alguns animais da fauna amazônica. A coreografia segue a tradição indígena com influências africana e europeia. A música é produzida com tambores, instrumentos de sopro e banjo. O figurino é bem característico com as mulheres vestidas com saias longas e rodadas, camisas brancas, pulseiras, colares, pés descalços e cabelos enfeitados com rosas. Os homens utilizam calças curtas com a bainha enrolada. Para conhecer um pouco mais sobre o carimbó, acesse:

- BRANDÃO, Priscila. Conheça a história do carimbó. *Globo.com*. Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/agronegocios/noticia/2015/12/conheca-historia-do-carimbo.html>>. Acesso em: 5 ago. 2020.



Apresentação de espetáculo de carimbó pela Cia. Trupé de Artes durante arraial, Pirapora do Bom Jesus, São Paulo, 2019.

2. Frevo (Região Nordeste)

Com origem em Pernambuco, a palavra “frevo” significa efervescência, agitação e rebuliço. Uma mistura de marcha, maxixe, dobrado e polca. O frevo foi declarado Patrimônio Imaterial da Humanidade pela Unesco em 2012.

Sua origem no final do século XIX traz como característica o ritmo acelerado, muito utilizado no Carnaval para animar os folguedos, festas populares do folclore brasileiro. O passo tradicional surgiu da união entre a capoeira e a música ligeira. Os cabos de guarda-chuva serviam como arma para proteger os blocos nas ruas de Pernambuco. Com o tempo, o frevo foi concebendo características próprias e as coreografias atualmente acontecem em dois formatos, quando a multidão dança no Carnaval ou quando todos param para assistir aos passistas.

O frevo possui mais de uma centena de passos catalogados, entre eles o “parafuso”, o “ferrolho”, a “tesoura” e a “dobradiça”. Na internet, é possível encontrar inúmeros vídeos que mostram a dança.



Passistas de frevo na Ponte Buarque de Macedo, Recife, Pernambuco, 2016.

3. Catira (Região Centro-Oeste)

A catira é uma dança típica do interior brasileiro, principalmente do Centro-Oeste, em Mato Grosso, Mato Grosso do Sul e Goiás. Possui influências indígenas, africanas e europeias. Enquanto os violeiros tocam, o ritmo é marcado com palmas e batidas dos pés realizadas com vigor pelos dançarinos, sobre um tablado de madeira. Normalmente, é apresentada com dois violeiros e dez dançarinos. Originalmente, a dança era realizada apenas por homens, mas atualmente é comum ver mulheres compondo o corpo de dança. O figurino típico é a roupa de boiadeiro com calça, botas de couro, camisa, lenço e chapéu. A coreografia se inicia com duas fileiras opostas, e, quando o violeiro toca o rasqueado, os dançarinos fazem a escova e iniciam o bate-pé, bate-mão e os pulos. Entre os rasqueados, os violeiros tocam modas de viola e a coreografia vai evoluindo. Assista ao vídeo que mostra uma apresentação típica da catira:

- TV Cultura. *Dois com dois é quatro, por Os Favoritos da Catira*. Disponível em: <https://tvcultura.com.br/videos/4676_dois-com-dois-e-quatro-por-os-favoritos-da-catira.html>. Acesso em: 6 ago. 2020.



Apresentação de dança folclórica catira na Festa do Divino Espírito Santo, São Luiz do Paraitinga, São Paulo, 2014.

4. Caxambu (Região Sudeste)

O caxambu, também conhecido como Jongo, é uma dança tipicamente brasileira com forte influência africana. O ritmo dos tambores (caxambu), do berimbau (urucungo), da viola e do pandeiro dita os passos da dança, que normalmente são realizados sobre um terreiro. Acredita-se que a música, a dança e os cantos provocam fenômenos mágicos, sendo também conhecido como “jogo de adivinhação”, herdado do povo angolano. Muito presente na Região Sudeste, influenciou a formação do samba carioca. É uma dança divertida e bem-humorada, normalmente em forma de grande roda, com um casal no centro dançando animadamente.



LUCIANA WHITAKER/PULSAR IMAGENS

Grupo de Jongo do Núcleo de Arte e Cultura de Campos, exibição em Campos dos Goytacazes, Rio de Janeiro, 2019.

5. Chula (Região Sul)

A chula do Rio Grande do Sul tem sua origem em Portugal e como características apresenta batidas dos pés, sapateio gaúcho e desafios entre os bailarinos. Uma lança de madeira com dois metros é colocada no chão, enquanto os bailarinos ficam nas extremidades e se apresentam alternadamente no formato de disputa, seguindo o ritmo da gaita gaúcha. Os passos são realizados próximos à vara e alternam movimentos para a frente e para trás, e para um lado e para o outro. O dançarino executa uma série de passos, desafiando o seu oponente. O duelo segue até que um deles seja considerado vencedor. Os bailarinos não podem perder o ritmo da música e não devem encostar na lança. Originalmente, é uma dança para homens, e atualmente a chula é apresentada em festas com tradição gaúcha, em eventos culturais e rodeios.



THIAGO SOUZA/FUTURA PRESS

Dança chula apresentada no Centro de Tradições Gaúchas, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, 2010.

Roda final

Ao final da aula, sente-se, novamente, em roda com os estudantes. Nesse momento, é interessante garantir que os objetivos de aprendizagem sejam alcançados. Além disso, é uma boa ocasião para traçar os próximos objetivos. Utilize algumas questões que possam nortear a reflexão:

- Quais outras culturas contribuíram para a formação das danças tradicionais brasileiras?
- Por que algumas dessas danças, apesar de tradicionais, não são de conhecimento do povo brasileiro?
- De que maneira podemos contribuir para a preservação do folclore brasileiro?

Sinta-se à vontade para ampliar as reflexões e os conhecimentos abordados. Espera-se que, ao fruir as danças tradicionais, os estudantes possam se apropriar do patrimônio artístico e cultural do Brasil, compreendendo sua diversidade, bem como seus processos de legitimação.

Ampliação

Segundo a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco):

“O ‘patrimônio cultural imaterial’ significa as práticas, representações, expressões, conhecimento, habilidades – assim como os instrumentos, objetos, artefatos e espaços culturais a eles associados – que as comunidades, grupos e, em alguns casos, indivíduos reconhecem como parte de seu patrimônio cultural. Esse patrimônio cultural imaterial, transmitido de geração a geração, é constantemente recriado pelas comunidades e grupos em resposta a seu ambiente, sua interação com a natureza e sua história, e lhes dá um senso de identidade e continuidade, promovendo, dessa forma, respeito pela diversidade cultural e pela criatividade humana.”(Unesco, 2014, p. 90-91)²

As festas juninas comemoradas em diferentes regiões do Brasil incorporam elementos históricos e culturais e representam parte do patrimônio cultural brasileiro. As cinco regiões proporcionam festejos particulares ricos em culturas e tradições, com grande variedade de danças, músicas, vestimentas, comidas, rituais e cores que caracterizam as celebrações.

As danças juninas na escola se modernizaram e adotaram características distintas daquelas de origem, por isso, é importante que os jovens reconheçam e preservem as raízes culturais do seu país. Assim, proponha aos estudantes do Ensino Médio que realizem a festa junina mais tradicional e significativa que a escola já teve. A leitura da matéria jornalística a seguir pode ser um disparador do projeto.

2 UNESCO. *Patrimônio Imaterial: fortalecendo o Sistema Nacional*. Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan): Brasília, 2014. Disponível em: <<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000228561/PDF/228561por.pdf.multi>>. Acesso em: 14 ago. 2020.

COMO SURGIRAM AS FESTAS JUNINAS?

“As festas juninas homenageiam três santos católicos: Santo Antônio (no dia 13 de junho), São João Batista (dia 24) e São Pedro (dia 29). No entanto, a origem das comemorações nessa época do ano é anterior à era cristã.

No Hemisfério Norte, várias celebrações aconteciam durante o solstício de verão – a data que marca o dia mais longo do ano. Lá na parte de cima do globo, ele acontece nos dias 21 ou 22 de junho. Vários povos da Antiguidade aproveitavam a ocasião para organizar rituais em que pediam fartura nas colheitas – celtas, nórdicos, egípcios, hebreus. ‘Na Europa, os cultos à fertilidade em junho foram reproduzidos até por volta do século 10. Como a igreja não conseguia combatê-los, decidiu cristianizá-los, instituindo dias de homenagens aos três santos no mesmo mês’, diz a antropóloga Lucia Helena Rangel, da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

O curioso é que os índios que habitavam o Brasil antes da chegada dos portugueses também faziam rituais importantes em junho. Eles tinham várias celebrações ligadas à agricultura, com cantos, danças e muita comida. Com a chegada dos jesuítas portugueses, os costumes indígenas e o caráter religioso dos festejos juninos se fundiram. É por isso que as festas tanto celebram santos católicos como oferecem uma variedade de pratos feitos com alimentos típicos dos nativos. Já a valorização da vida caipira nessas comemorações reflete a organização da sociedade brasileira até meados do século 20, quando 70% da população vivia no campo. Hoje, as grandes festas juninas se concentram

no Nordeste, com destaque para as cidades de Caruaru (PE) e Campina Grande (PB).

A quadrilha tem origem francesa, nas contra-danças de salão do século 17. Em pares, os dançarinos faziam uma sequência coreografada de movimentos alegres. O estilo chegou ao Brasil no século 19, trazido pelos nobres portugueses, e foi sendo adaptado até fazer sucesso nas festas juninas.

A fogueira já estava presente nas celebrações juninas feitas por pagãos e indígenas, mas também ganhou uma explicação cristã: Santa Isabel (mãe de São João Batista) disse à Virgem Maria (mãe de Jesus) que quando São João nascesse acenderia uma fogueira para avisá-la. Maria viu as chamas de longe e foi visitar a criança recém-nascida.

As músicas juninas variam de uma região para outra. No Nordeste, as composições do sanfoneiro pernambucano Luiz Gonzaga são as mais famosas. Já no Sudeste, compositores como João de Barro e Adalberto Ribeiro (‘Capelinha de Melão’) e Larmartine Babo (‘Isto é lá com Santo Antônio’) fazem sucesso em volta da fogueira.

A comida típica das festas é quase toda à base de grãos e raízes que nossos índios cultivavam, como milho, amendoim, batata-doce e mandioca. A colonização portuguesa adicionou novos ingredientes e hoje o cardápio ideal tem milho verde, bolo de fubá, pé-de-moleque, quentão, pipoca e outras gostosuras.”

SILVA, Cíntia Cristina da. *Como surgiram as festas juninas?* Disponível em: <<https://super.abril.com.br/mundo-estranho/como-surgiram-as-festas-juninas/>>. Acesso em: 14 ago. 2020.

Passo a passo



1. Proponha aos jovens que se organizem em cinco grupos, cada um representando uma região do Brasil (Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul).
2. Solicite aos grupos que pesquisem a cultura dessas regiões (danças, músicas, vestimentas, comidas, expressões linguísticas etc.), como sugerido em “Avaliação”.
3. Nas aulas de Educação Física, reserve um tempo para auxiliar os jovens na distribuição das funções e no ensaio das danças.
4. A apresentação das danças pode ser precedida por discursos e narrativas dos estudantes sobre as características das regiões. Essa é uma excelente oportunidade para empregar e valorizar a variedade do discurso linguístico como elemento da pluralidade cultural.
5. Procure conversar com os professores de outras disciplinas e veja como cada um pode se envolver com a festa junina da escola.
6. Se possível, envolva as famílias na organização da festa, na confecção dos enfeites, nas vestimentas e na preparação das comidas.
7. Por fim, organize a festa junina com os estudantes.

Reflexão



Ao final do projeto, sente-se com os estudantes a fim de perceber quais foram as novas aprendizagens adquiridas com a organização da festa junina. Para isso, procure realizar algumas reflexões em quadra ou em sala de aula.

- O que aprendemos de novo sobre a cultura brasileira?
- Qual é a importância de preservar a cultura de forma autoral e criativa?
- De que outras maneiras podemos preservar a tradição, valorizando o multiculturalismo?

Por fim, é esperado que os estudantes possam relacionar as práticas corporais e artísticas, como as danças tradicionais, às diferentes dimensões da vida social e cultural. Também pretende-se que, ao atuar na construção coletiva da festa junina, os jovens recorram a conhecimentos de diversas naturezas (sociais, históricas e culturais), valorizando as culturas regionais.

Avaliação



Para auxiliar no processo de ensino-aprendizagem, você pode fornecer o roteiro para investigar as características das festas juninas em cada região brasileira. O intuito é que o instrumento sirva como referencial de apoio aos estudantes, mas também pode servir como instrumento de avaliação para o professor.

Região do país	
Danças tradicionais	
Músicas	
Vestimentas	
Comidas típicas	
Expressões linguísticas	
Curiosidades	

COMO LIDAR

Problemas	Solução
Conceitual	Você pode se aprofundar na variedade de danças da sua própria região, em vez de abordar todas as cinco regiões do país.
Procedimental	Para desenvolver os passos de diferentes danças, você pode separar uma aula para cada dança regional. Vale também utilizar vídeos com demonstração do passo a passo.
Atitudinal	Ao incluir o estudante no processo de pesquisa, reflexão e elaboração da festa junina, você pode contribuir para a mitigação de preconceitos regionais.

PARA SABER MAIS

O vídeo *Professora de Brasília utiliza dança como ferramenta pedagógica* (2 min), produzido pela TV Escola em 2011, apresenta um projeto que utiliza as danças tradicionais como ferramenta pedagógica e de transformação social. Os estudantes relatam melhora de comportamento e melhor perspectiva de vida. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=E1NNxtipoQ8>>. Acesso em: 1º dez. 2020.

O texto *Danças folclóricas brasileiras* apresenta um inventário com seleção das manifestações por todo território nacional, separado por regiões. Disponível em: <https://www.unicamp.br/folclore/Material/extra_dancas.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2020.

O episódio *Ritmos Brasileiros: carimbó* (23 min), de Belisário Franca e produção do Sesc TV, apresenta curiosidades sobre o município de Marapanim, no Pará, a terra do carimbó, um ritmo popular cuja dança e simbologia são indissociáveis do cotidiano dos pescadores e moradores da região. Disponível em: <<https://sesctv.org.br/programas-e-series/colecoes/?mediald=3b986a7fda6465b5f88e808524c5336a>>. Acesso em: 1º dez. 2020.

No vídeo *Danças: fandango caiçara* (23 min), de Belisário Franca e produção do Sesc TV, uma visita à Ilha dos Valadares, próxima a Paranaguá, no Paraná, investiga a história e as tradições do fandango caiçara, dança e música com importante influência árabe trazidas pelos portugueses. Disponível em: <<https://sesctv.org.br/programas-e-series/colecoes/?mediald=89fcb981819fc76a1c1810563f67a277>>. Acesso em: 1º dez. 2020.

O vídeo *Danças: catira* (25 min) relata as origens da dança brasileira de referências portuguesas e indígenas que teve adesão de tropeiros e boiadeiros. Os grupos Os Favoritos da Catira de Guarulhos, São Paulo, e Raízes de Pirinópolis, de Minas Gerais, contam como mantém viva a tradição caipira. Disponível em: <<https://sesctv.org.br/programas-e-series/colecoes/?mediald=58af6f146c3b70ccb359f8acbc61a5c6>>. Acesso em: 1º dez. 2020.

■ 8.2 - Danças urbanas

As danças urbanas são modalidades que surgiram em guetos e centros urbanos, praticadas, em geral, em espaços públicos, longe dos ambientes formais. Acredita-se que as danças urbanas tenham surgido durante a grande crise econômica dos anos de 1930, nos Estados Unidos.

Os artistas, então desempregados, passaram a utilizar as ruas de guetos e grandes centros urbanos como palco para suas apresentações. Os movimentos, repletos de agilidade e atitude, caracterizaram um marco na mudança de paradigmas. A dança de rua, anteriormente marginalizada, ganhou espaço na mídia e na sociedade.

Atualmente, as danças urbanas gozam de popularidade no mundo todo e têm seus movimentos e ritmos incorporados em diversos contextos da música, da arte e dos esportes. Muitas coreografias dos espetáculos contemporâneos são

elaboradas com base em características dessa modalidade. Fotografias, pinturas e esculturas também retratam as danças urbanas em diversos contextos.

Paralelamente, essas danças já mobilizam grandes competições ao redor do mundo. Nos dias de hoje, a *street dance* (dança urbana) ganhou força, notoriedade e permeia diversos contextos sociais, econômicos e culturais, extrapolando o território das suas raízes.

Do ponto de vista pedagógico, podemos auxiliar o jovem a compreender esse universo que engloba as danças urbanas. A riqueza histórica e sociocultural de movimentos, ritmos e atitudes pode ser amplamente valorizada no ambiente escolar.

Com o intuito de mapear, aprimorar e garantir novas aprendizagens aos estudantes do Ensino Médio, rememore as habilidades desenvolvidas ao longo do Ensino Fundamental.



SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Dança, arte e cultura urbana	
TCT	Diversidade cultural
Competências gerais	1, 3, 4, 6, 7, 9 e 10
Competências de Linguagens	1, 2, 4 e 5
Habilidades	102, 103, 104, 201, 202, 203, 204, 401, 501 e 502
Unidade temática	Danças
Objeto de conhecimento	Danças urbanas
Práticas	Conceitos da dança urbana Análise do discurso do <i>rap</i> Linguagem corporal no <i>breakdance</i>
Ampliação	Festival de <i>hip-hop</i> : uma batalha contra o preconceito
Valores	Respeito às diferenças
Avaliação	Tabela de interpretação gestual

Habilidades de Linguagens

- (EM13LGG102), (EM13LGG103), (EM13LGG104), (EM13LGG201), (EM13LGG202), (EM13LGG203), (EM13LGG204), (EM13LGG401), (EM13LGG501), (EM13LGG502)

Objetivos

- Analisar os discursos presentes no *rap* como fenômeno (geo)político, histórico, social e cultural para compreender as danças urbanas como linguagem e prática cultural, possibilitando uma interpretação crítica da realidade.

- Vivenciar o *breakdance* como forma de expressão de valores, reconhecendo os processos identitários e de relação de poder que permeiam a cultura do *hip-hop*.
- Utilizar diferentes linguagens (verbal e não verbal) para atuar socialmente combatendo preconceitos, com base em princípios e valores de equidade.

Roda inicial

Em quadra ou sala de aula, sente-se em roda com os estudantes. Proponha à turma uma conversa inicial a respeito das danças urbanas. Visando mapear os conhecimentos prévios dos estudantes e sensibilizá-los para o engajamento no assunto, você pode propor as seguintes questões:

- Alguém da turma pratica alguma dança urbana?
- Por que a dança é considerada uma forma de expressão corporal?
- Quem sabe dizer qual era o contexto social em que as danças urbanas emergiram?

Com base na conversa inicial com os estudantes procure contextualizar o assunto e aprofundar os conhecimentos por meio dos seguintes questionamentos:

- Alguém conhece a cultura do *hip-hop*?
- Sabem o que é o *breakdance*?
- Conseguem nomear algum dançarino emblemático dessa dança?

HISTÓRIA DO HIP-HOP

O *hip-hop* é um movimento cultural que surgiu na década de 1970, no Bronx, em Nova York. Além da música *rap*, o *hip-hop* engloba os DJs e MCs, a dança, o grafite e a moda. Inicialmente uma subcultura, o *hip-hop* americano tornou-se uma das principais vertentes da história da indústria de entretenimento internacional, com letras focadas em temas relacionados à sociedade, como o dia a dia nas comunidades, as drogas e a violência urbana. O *hip-hop* brasileiro começou na década de 1980 e ganhou força nos anos 1990 e 2000. O *hip-hop* como cultura de rua engloba ações comunitárias e questões sociais e promove o encontro dos jovens para a formação de grupos artísticos e políticos. O movimento se constituiu, assim, como uma possibilidade de intervenção político-cultural construída na periferia.



Arte e atitude no *breakdance*.

O *breakdance* é um estilo de dança de rua, parte da cultura do *hip-hop*. Normalmente, a dança é praticada ao som do *rap*, *funk* ou *breakbeat*. *Breakdancer*, *bboy* ou *bgirl*, é o nome dado à pessoa que dança. Quando surgiu, o *breakdance* era utilizado como forma de manifestação popular e alternativa de jovens para não entrar em gangues de rua, que tomavam a cidade de Nova York na época.

Em 1967, a dança de rua ficou famosa pelos passos do cantor de *funk* norte-americano James Brown (1933-2006). Os movimentos, repletos de agilidade e atitude, caracterizaram uma mudança de paradigmas nos elementos de dança.

A dança de rua, anteriormente marginalizada, ganhou espaço na mídia e na sociedade. Posteriormente, foi Michael Jackson (1958-2009), "o rei do *pop*", o responsável por apresentar a dança urbana para o mundo.

Atualmente, o *breakdance* é também praticado como fonte de lazer ou competição no mundo. Para ilustrar a modalidade, você pode apresentar para a sua turma o vídeo com uma batalha de dança entre Nequin e Kriss (disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=sNLkY3C5bV0&list=RDsNLkY3C5bV0&start_radio=1&t=197>; acesso em: 6 ago. 2020).



Para explorar o tema com os estudantes, proponha inicialmente uma atividade de sensibilização. Peça aos estudantes que vendem os olhos e prestem atenção na letra do *rap Negro drama*, dos Racionais MC's, que é reproduzida a seguir.

NEGRO DRAMA

Negro drama, entre o sucesso e a lama
Dinheiro, problemas, invejas, luxo, fama
Negro drama, cabelo crespo e a pele escura
A ferida, a chaga, à procura da cura
Negro drama, tenta ver e não vê nada
A não ser uma estrela, longe, meio ofuscada
Sente o drama, o preço, a cobrança
No amor, no ódio, a insana vingança
Negro drama, eu sei quem trama e quem tá
[comigo]

[...]

O drama da cadeia e favela
Túmulo, sangue, sirene, choros e velas
Passageiro do Brasil, São Paulo, agonia
Que sobrevivem em meio às honras e covardias
Periferias, vielas, cortiços
Você deve tá pensando: O que você tem a ver
[com isso?]

Desde o início por ouro e prata
Olha quem morre, então veja você quem mata
Recebe o mérito, a farda que pratica o mal
Me ver pobre, preso ou morto já é cultural
Histórias, registros e escritos
Não é conto, nem fábula, lenda ou mito
Não foi sempre dito que preto não tem vez?
Então, olha o castelo e não foi você quem fez [...]
Eu sou irmão dos meus truta de batalha
Eu era a carne, agora sou a própria navalha
Tin-tin, um brinde pra mim
Sou exemplo de vitórias, trajetos e glórias
O dinheiro tira um homem da miséria
Mas não pode arrancar de dentro dele a favela
São poucos que entram em campo pra vencer
A alma guarda o que a mente tenta esquecer
Olho pra trás, vejo a estrada que eu trilhei, mó cota
Quem teve lado a lado e quem só ficou na bota
Entre as frases, fases e várias etapas
Do quem é quem, dos mano e das mina fraca
Negro drama de estilo

Pra ser e se for, tem que ser, se temer é milho
Entre o gatilho e a tempestade
Sempre a provar que sou homem e não um
[covarde
Que Deus me guarde pois eu sei que ele não
[é neutro
Vigia os rico, mas ama os que vem do gueto
Eu visto preto por dentro e por fora
Guerreiro, poeta, entre o tempo e a memória
Ora, nessa história vejo dólar e vários quilates
Falo pro mano que não morra e também não mate
O tic-tac não espera, veja o ponteiro
Essa estrada é venenosa e cheia de morteiro
Pesadelo é um elogio
Pra quem vive na guerra, a paz nunca existiu
Num clima quente, a minha gente sua frio
Vi um pretinho, seu caderno era um fuzil
Um fuzil
Negro drama
Crime, futebol, música [...]
Eu também não consegui fugir disso aí
Eu sou mais um
Forrest Gump é mato
Eu prefiro contar uma história real
Vou contar a minha
Daria um filme
Uma negra e uma criança nos braços
Solitária na floresta de concreto e aço
Veja, olha outra vez o rosto na multidão
A multidão é um monstro, sem rosto e coração
Ei, São Paulo, terra de arranha-céu
A garoa rasga a carne, é a Torre de Babel
Família brasileira, dois contra o mundo
Mãe solteira de um promissor vagabundo
Luz, câmera e ação, gravando a cena vai
Um bastardo, mais um filho pardo, sem pai
Ei, senhor de engenho, eu sei bem quem você é
Sozinho cê num guenta, sozinho cê num entra a pé
Cê disse que era bom e as favela ouviu

[...]
 Admito, seu carro é bonito
 É, eu não sei fazer
 Internet, videocassete, os carro loco
 Atrasado, eu tô um pouco sim
 Tô, eu acho
 Só que tem que, seu jogo é sujo e eu não me
 [encaixo
 Eu sou problema de montão, de Carnaval a
 [Carnaval
 Eu vim da selva, sou leão, sou demais pro
 [seu quintal
 Problema com escola, eu tenho mil, mil fita
 Inacreditável, mas seu filho me imita
 No meio de vocês ele é o mais esperto
 Ginga e fala gíria; gíria não, dialeto
 Esse não é mais seu, ó, subiu
 Entrei pelo seu rádio, tomei, cê nem viu
 Nós é isso ou aquilo, o quê? Cê não dizia?
 Seu filho quer ser preto, há, que ironia
 Cola o pôster do 2Pac aí, que tal? Que cê diz?
 Sente o negro drama, vai tenta ser feliz
 Ei bacana, quem te fez tão bom assim?
 O que cê deu, o que cê faz, o que cê fez por mim?
 Eu recebi seu tic, quer dizer *kit*
 De esgoto a céu aberto e parede madeirite
 De vergonha eu não morri, to firmão, eis-me aqui
 Você, não, cê não passa quando o mar
 [vermelho abrir
 Eu sou o mano, homem duro, do gueto, Brown, Obá
 Aquele louco que não pode errar
 Aquele que você odeia amar nesse instante
 Pele parda e ouço *funk*
 E de onde vem os diamantes? Da lama
 Valeu, mãe, negro drama

Drama, drama, drama
 Aê, na época dos barracos de pau lá na Pedreira,
 [onde cês tavam?
 Que que cês deram por mim? Que que cês
 [fizeram por mim?
 Agora tá de olho no dinheiro que eu ganho
 Agora tá de olho no carro que eu dirijo
 Demorou, eu quero é mais, eu quero até sua alma
 Aí, o *rap* fez eu ser o que sou
 Ice Blue, Edy Rock e KL Jay e toda a família
 E toda geração que faz o *rap*
 A geração que revolucionou, a geração que
 [vai revolucionar
 Anos 90, Século 21, é desse jeito
 Aê, você sai do gueto, mas o gueto nunca sai de
 [você, morou irmão?
 Cê tá dirigindo um carro
 O mundo todo tá de olho em você, morou?
 Sabe por quê? Pela sua origem, morou irmão?
 É desse jeito que você vive, é o negro drama
 Eu não li, eu não assisti
 Eu vivo o negro drama, eu sou o negro drama
 Eu sou o fruto do negro drama
 Aí Dona Ana, sem palavras, a senhora é uma
 [rainha, rainha
 Mas, aê, se tiver que voltar pra favela
 Eu vou voltar de cabeça erguida
 Porque assim é que é
 Renascendo das cinzas
 Firme e forte, guerreiro de fé
 Vagabundo nato!

RACIONAIS MC's. Negro drama. Álbum: *Nada como um dia após o outro dia*. (2002). Gravadora: Cosa Nostra. Produção: Racionais MC's, DJ Zegon.

Após ouvir a música, peça aos estudantes que analisem os discursos retratados pelo grupo. Nesse momento, é importante que os jovens percebam que o *rap*, além de arte e cultura da periferia, também é um movimento social e político que, entre várias problemáticas, retrata e contesta a posição do negro na sociedade. Você pode refletir com os jovens sobre as seguintes questões:

- Apesar de ter sido lançada em 2002, atualmente a letra ainda retrata a periferia?
- Quais são as problemáticas sociais retratadas na música?
- De que forma a linguagem verbal e não verbal são importantes para a expressão de ideias?

Em seguida, lembre que dentro do *hip-hop* existem vários ritmos e estilos musicais e, assim como o *rap* retrata os discursos sociais em suas letras, o *breakdance* evidencia discursos por meio de movimentos corporais desafiadores e cheios de atitude.

A fim de que os estudantes aprendam alguns passos do *breakdance*, apresente os vídeos ou as imagens a seguir. Você pode sugerir também que os jovens pesquisem músicas, danças e passos referentes ao *hip-hop* com o intuito de desenvolver repertório para a vivência posterior.

1. Top rock

O *top rock* é um conjunto de movimentos realizados na posição em pé. Geralmente, são movimentos mais simples utilizados pelos *bboys* como um aquecimento que precedem os passos mais elaborados.

2. Foot work

O *foot work* é o conjunto de movimentos que o *bboy* faz com os pés enquanto ele está em pé ou no chão.

3. Freeze

Freeze é um movimento que o *bboy* usa para marcar o fim da dança. O *bboy* suspende-se e mantém uma postura duradoura para os espectadores e/ou os juízes.

Há vídeos na internet com tutorias que demonstram esses movimentos.

Após os jovens pesquisarem e testarem alguns passos do *breakdance* em suas casas ou na escola, explique que será realizada uma “batalha social”. O intuito da aula é simbolizar os esforços das pessoas para ultrapassar as barreiras do preconceito por meio das danças.

Esta deve ser uma atividade em que deve ser feito um esforço coletivo para se estabelecerem relações de igualdade, ou seja, uma oportunidade de refletir sobre o preconceito presente na sociedade em relação ao negro e à cultura da periferia.

A batalha poderá ser individual, em duplas ou até mesmo com uma apresentação em grupo. Vamos utilizar como exemplo uma estratégia de batalha individual. É importante estabelecer combinados que sejam claros e que possam evitar qualquer conflito na turma.

O tempo de duração das batalhas não pode ser muito extenso: cerca de 30 segundos ou um minuto é o suficiente para que todos participem. Caso contrário, você poderá selecionar um maior número de aulas para a vivência do tema.

No *breakdance*, a batalha é feita em formato de “mata-mata”, em que um dançarino se apresenta de cada vez enquanto o outro observa. Quem perder a batalha está fora da competição. Explique que as músicas poderão ser propostas pelos estudantes, para que os dançarinos tenham de improvisar os movimentos. Destaque que todo movimento é válido e o intuito principal da atividade é permitir a experimentação de passos.

Para a avaliação das apresentações, proponha aos estudantes que analisem os discursos pela linguagem corporal, não pela verbal. Normalmente, nesse tipo de batalha, a empolgação do público evidencia o dançarino vencedor. Nesse momento, é importante que os jovens possam formular e compreender os próprios critérios de avaliação. O quadro proposto em “Avaliação”, amplia a percepção dos jovens sobre a intencionalidade dos movimentos e pode auxiliar e estabelecer alguns critérios a serem observados e avaliados.

Roda final



Sente-se em roda, novamente, com os estudantes. Para nortear a discussão final, proponha algumas questões reflexivas que permitam transcender a experimentação das danças urbanas.

- Com a reflexão sobre a letra da música, conseguimos ampliar nossas percepções sobre os discursos sociais?
- De que modo vivenciar a “batalha social” contribuiu para estabelecer relações de respeito às diferenças?
- De que forma a cultura *hip-hop* pode contribuir para o combate ao racismo?

Sinta-se à vontade para ampliar as reflexões e os conhecimentos abordados. Espera-se que os estudantes, ao experimentar as danças urbanas, reconheçam os movimentos corporais como forma de interagir socialmente de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de

respeito às diferenças. Além disso, espera-se que sejam capazes de analisar os discursos, bem como as ideologias e os preconceitos inerentes a eles.

Ampliação



O preconceito racial também pode ser observado no mundo da dança. O balé, por exemplo, é uma dança originária da Europa do século XV e, desde então, é marcado por preconceitos exclusivistas, que provocam imposições estéticas, étnicas, corporais e sociais, reforçando estereótipos e desigualdades.

No Brasil, o Estatuto da Igualdade Racial é destinado a garantir à população negra a efetivação da igualdade de oportunidades, a defesa dos direitos étnicos individuais, coletivos e difusos e o combate à discriminação e às demais formas de intolerância étnica.

“Discriminação racial ou étnico-racial: toda distinção, exclusão, restrição ou preferência baseada em raça, cor, descendência ou origem nacional ou étnica que tenha por objeto anular ou restringir o reconhecimento, gozo ou exercício, em igualdade de condições, de direitos humanos e liberdades fundamentais nos campos político, econômico, social, cultural ou em qualquer outro campo da vida pública ou privada.” (Estatuto da Igualdade Racial, 2010, Art. 1)³

No entanto, é por meio da atuação social, cultural e política que se mitigam os preconceitos e as desigualdades. Para isso, proponha aos estudantes do Ensino Médio que promovam um festival cultural com os pressupostos do *hip-hop*.

O PRECONCEITO RACIAL NO BALÉ

A *questão racial*, mesmo quando não se apresenta de forma explícita, permeia a situação como um todo, afinal quantos *bailarinos negros* profissionais estão nos corpos de dança dos principais balés do mundo? “Eu tinha sete anos em 1972, já fazia balé desde os cinco num clube desportivo da prefeitura. Fui fazer o teste do Theatro Municipal e não passei. Eles alegaram que a questão era o fato de meus joelhos não se encostarem. Depois fiquei sabendo de inúmeras bailarinas com problemas de formação nas pernas – até com uma perna mais curta que a outra. Então pensei: ‘será que fui rejeitada por ser negra?’”, relata Jucélia Olivia Araújo, apreciadora de Balé Clássico até os dias de hoje. Como ela, muitas crianças negras acabaram desistindo da atividade por terem sido vítimas de *discriminação*.

Na história de Michaela DePrince, nascida em Serra Leoa, mas adotada nos EUA, o *balé* surge quase como uma redenção. Aos oito anos, já praticante de balé, estava escalada para interpretar Marie em “O Quebra Nozes”, porém soube que alguém estaria dançando sua parte, uma vez que “as pessoas não estão prontas para uma *bailarina negra*”. Ela quase desistiu de seu sonho e só o manteve porque pôde assistir à atuação de outra bailarina negra: Heidi Cruz.

No Brasil, apesar dessa modalidade ter tido sua primeira exibição ainda no século XIX – com

o espetáculo de Balé Clássico apresentado no Real Teatro de São João, no Rio de Janeiro, em 1813 –, sua prática tornou-se mais expressiva a partir de 1913 e depois com Ana Pavlova e seu corpo de baile entre 1918 e 1919. No entanto, somente em 1927 foi fundada a escola de dança do Theatro Municipal por Maria Olenewa.

A primeira bailarina negra no país foi Mercedes Baptista, homenageada pela Escola de Samba Vila Isabel em 2009, então com 85 anos. Uma mulher de fibra e de coragem, que se tornou um marco na dança brasileira ao passar pelo exigente concurso de ingresso no corpo de baile do Theatro Municipal do Rio de Janeiro. Descobriu sua paixão pela dança após os 18 anos. Em sua biografia relata que não foi avisada da data da prova para mulheres, por isso mesmo fez a prova com os homens: “Como eu tinha facilidade para saltar a prova não foi difícil para mim”. Assim, em 18 de março de 1948, iniciou sua luta pela imposição do negro como bailarino profissional, tendo como aliado o também bailarino negro Raul Soares.

[...]

O PRECONCEITO racial no balé. *Revista Raça*. Disponível em: <<https://revistaraca.com.br/o-preconceito-racial-no-bale/>>. Acesso em: 16 out. 2020.

3 BRASIL. Estatuto da Igualdade Racial. Lei n. 12.288, de 20 de julho de 2010. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12288.htm>. Acesso em: 15 ago. 2020.

A bailarina carioca Ingrid Silva usou seu perfil no Twitter para compartilhar um momento muito especial: por 11 anos, ela sempre teve que pintar as sapatilhas para que tivessem a cor de sua pele. Ingrid é negra e só achava as tradicionais cor-de-rosa, feitas para dançarinas brancas. Mas esses dias chegaram ao fim. “Elas chegaram”, postou Ingrid juntamente da foto das novas sapatilhas, “finalmente não vou ter mais que fazer isso! FINALMENTE! É uma sensação de dever cumprido, de revolução feita, viva a diversidade no mundo da dança. E que avanço, viu? Demorou mas chegou!”, postou a bailarina em seu perfil na rede social.

Ingrid também compartilhou com os seguidores as imagens das antigas sapatilhas, todas pintadas

para alcançar o tom da sua pele. E explicou por que esse momento é um marco: “Nunca existiram sapatilhas de todas as cores. Somente agora nesse século estão surgindo no mercado”. A iniciativa de criar sapatilhas e meias para dançarinas negras foi do Dance Theatre of Harlem, em Nova York, onde ela mora e trabalha. “O diretor Arthur Mitchel percebeu em um ensaio que a linha rosa descontinuava o corpo da bailarina. Então sugeriu que todo seu corpo de baile usasse sapatilha e meia calça cor da pele”, contou Ingrid. Até então ela mesma pintava uma a uma as suas sapatilhas. Agora, não precisa fazer mais isso. “A vitória não é somente minha e sim de muitas futuras bailarinas negras que virão por aí”.

A história de Ingrid é toda muito especial. Criada em Benfica, bairro na zona norte do Rio de Janeiro, ela começou a dançar balé ainda criança, através de um projeto social na sua comunidade. Hoje, aos 29 anos, a bailarina é destaque na companhia Dance Theatre of Harlem em Nova York.

LIMA, Barbara dos Anjos. *Bailarina negra compartilha emoção de ter sapatilhas na cor da sua pele*. Disponível em: <<https://claudia.abril.com.br/sua-vida/bailarina-negra-compartilha-emocao-de-ter-sapatilhas-cor-da-sua-pele/>>. Acesso em: 15 ago. 2020.

Ingrid Silva e dançarinos do Dance Theatre of Harlem executando *Harlem On My Mind* em Nova York, 2018.

ANDREA MOHIN/THE NEW YORK TIMES/FOTORENA



Passo a passo



1. Proponha aos jovens que formem grupos de apresentação, compostos de MCs, DJs e dançarinos.
2. Peça a cada grupo que componha uma música, com letra e ritmo, com o tema “desigualdades”. Os jovens podem abordar as desigualdades étnico-raciais, de gênero, sociais, entre outras.
3. Se necessário, ceda um tempo das aulas de Educação Física para que os jovens possam pesquisar sobre os discursos, criar, compor e ensaiar.
4. Busque dialogar com os professores da área de Linguagens para que possam contribuir com os estudantes.
5. Sugira a eles que se apresentem para outros estudantes no pátio da escola.
6. Viabilize a organização das apresentações com a direção da escola.
7. A fim de enriquecer o processo criativo dos jovens, sugira aos grupos que registrem o passo a passo do projeto em uma página ou rede social, com imagens, letras e fotos das apresentações, e divulguem os materiais para a comunidade escolar.

Reflexão



Ao final do projeto, sente-se em roda com os estudantes e verifique se os objetivos de aprendizagem foram alcançados.

- Qual foi a mudança de paradigmas promovida pela dança de rua?
- Como manifestações culturais são importantes para legitimar discursos?
- Como você pode atuar para combater os preconceitos étnico-raciais da sociedade?

Com base nessas e em outras reflexões, espera-se que os jovens do Ensino Médio sejam capazes de produzir criticamente discursos, atuando contra os preconceitos étnico-raciais e situações de injustiça. Espera-se, ainda, que possam valorizar a cultura *hip-hop* como fenômeno social, cultural e histórico.

Avaliação



O quadro-modelo proposto a seguir pode servir como instrumento de registro e de avaliação. Os estudantes deverão perceber como as expressões corporais também constituem o discurso, ou seja, como a linguagem não verbal das danças representa mais do que meros movimentos corporais. Para sua utilização, os estudantes podem atribuir pontuações ou apenas verificar se os critérios foram contemplados.

Nome do <i>bboy</i> ou <i>bgirl</i>	Ritmo condizente com o estilo musical	Atitude condizente com o discurso da música	Atitude empática e respeitosa aos colegas	Gestual apropriado ao <i>breakdance</i>

COMO LIDAR

Problema	Solução
Conceitual	Você pode também abordar outras desigualdades, como a de gênero, e outras danças urbanas, como o <i>funk</i> , por exemplo.
Procedimental	As danças podem ser realizadas em qualquer ambiente da escola. Você também pode utilizar o próprio aparelho celular caso não haja aparelho de som para as aulas.
Atitudinal	Busque garantir a participação de todos. No entanto, com os mais resistentes, procure aproximá-los aos poucos das atividades de dança, para que não seja algo imposto, mas sim prazeroso.

PARA SABER MAIS

O vídeo do Ministério da Saúde, *Conheça os passos básicos das danças urbanas* (1 min), apresenta uma aula sobre os movimentos básicos do *street dance*. Disponível em: <<https://saudebrasil.saude.gov.br/eu-quer-me-exercitar-mais/videos/conheca-os-passos-basicos-das-dancas-urbanas>>. Acesso em: 6 ago. 2020.

O artigo *Arte, cultura e política: o movimento hip-hop e a constituição dos narradores urbanos*, de Mariane Lemos Lourenço, aborda essa cultura como uma oportunidade de reconhecimento dos valores das pessoas que vivem na periferia. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2010000100014>. Acesso em: 6 ago. 2020.

O documentário *Os Gêmeos* (24 min), de Cacá Vivalvi e produção do Sesc TV, aborda a inovação, a criatividade e a cumplicidade dos gêmeos Otávio e Gustavo Pandolfo, que espalharam seu grafite pelo mundo. No vídeo, eles falam sobre as influências, a inspiração e o significado das obras que vão desde o grafite nas ruas às esculturas. Disponível em: <<https://sesctv.org.br/programas-e-series/artesvisuais/?mediald=2ec65947476a62a2eaa84d72787758df>>. Acesso em: 1º dez. 2020.