

COLEÇÃO
CIDADANIA
ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS INICIAIS



PROIBIDA PROFISSOR

EDUCAÇÃO
FÍSICA



PROIBIDA A REPRODUÇÃO

EDUCAÇÃO FÍSICA

ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS INICIAIS

1

**Bruna Bardini dos Santos
Carmela Bardini
Mário Cerdeira Fidalgo**



EDUCAÇÃO FÍSICA

ENSINO FUNDAMENTAL
ANOS INICIAIS

1

Autoria

Bruna Bardini dos Santos
Carmela Bardini
Mário Cerdeira Fidalgo

Editora Opét

Direção-Geral
Maria Cristina Szwiatovski

Direção de Produtos
Gilberto Soares dos Santos

Gerência Editorial

Eloiza Jaguelte Silva

Coordenação Editorial
Anna Carolina G. Mendes Curto

Edição

José Augusto Real Limeira

Revisão

Luciana Paula Marandola

Coordenação de Editoração

Eliana Pereira Quaresma

Editoração

Leonir Bianchini
Fábio Cesar Dias da Rocha

Projeto Gráfico

Expression|SGI

Patrimônio Intelectual

Magali Hecke

Ilustrações

Marcos Yuji
Jefferson Schnaider

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



Rua Mário João Kopp, 167 • CEP 82630-492 • Curitiba-PR
Tel.: (41) 3123-4300 • 0800-41-0034
contato@opet-sefe.com.br • www.editoraopet.com.br

Material do Professor

Sumário

• Apresentação	4
• Princípios Norteadores.....	5
• Objetivos.....	6
Objetivos Gerais	6
Objetivos Específicos	6
• Metodologia	6
• Avaliação.....	7
• Quadro Geral de Objetos de Conhecimento	8
• Referências	8
• Objetos de Conhecimento – 1º ano	9
• Orientações Didáticas.....	9
Unidade 1 – Alfabeto corporal	10
Unidade 2 – Desafie seu corpo.....	13
Unidade 3 – Movimento preciso.....	14
Unidade 4 – É pra movimentar!.....	15

Apresentação

Este é um convite para você, Professor, mediar a relação entre seus alunos e o material didático de Educação Física, compreendendo que o desenvolvimento infantil exige acompanhamento e direcionamento por parte dos profissionais da educação.

Nos anos iniciais do Ensino Fundamental, o foco do trabalho consiste na construção lúdica do conhecimento, por isso a imaginação será bastante explorada, o ritmo por meio das brincadeiras cantadas, a partir dos elementos básicos da ginástica, os desafios nas brincadeiras e jogos populares, a prática de esportes de marca e precisão, entre outras temáticas que vão constituindo o fio condutor para uma harmoniosa transição entre os conteúdos.

A criança vai, portanto, interagindo com os símbolos entre o jogo e a vida cotidiana, e do ponto de vista do desenvolvimento humano, passa a se relacionar melhor consigo e com os outros, reconhecendo seus limites e possibilidades corporais.

Parte das atividades é proposta para a sala de aula, além de sugerir vivências em espaços abertos como pátios e quadras. Entende-se que nesta etapa de ensino seja imprescindível que o aluno tenha acesso às práticas da cultura corporal de movimento (brincadeiras, jogos, ginásticas, danças, lutas e esportes), sendo capaz de reconhecer o acesso a estas práticas como um direito de todo cidadão, compreender suas origens e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual, seu potencial no desenvolvimento da autonomia, na ampliação da sociabilidade e promoção de saúde, podendo vivenciá-los dentro e fora da escola, em caráter formativo e de lazer.

Portanto, seu papel é fundamental no que diz respeito à instrumentalização dos alunos perante as competências a serem desenvolvidas, atuando de forma ativa e reflexiva em todo o processo de ensino, na organização dos materiais, na seleção de recursos audiovisuais e na promoção das atividades, desde vivências, tarefas e avaliações.

Bom trabalho!

Princípios Norteadores

Na concepção do Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), a Educação Física deve ser entendida como “uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, capacitando-o para usufruir os jogos, os esportes, as danças, as lutas e as ginásticas em benefício do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida.”

Em contexto atual, a Educação Física tem seu espaço garantido no âmbito escolar. A Lei nº 12.796, de 05 de abril de 2013 (que altera a Lei nº 9.394/1996), estabelece:

Art. 26 (...) § 3º A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo sua prática facultativa ao aluno: I – que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; II – maior de trinta anos de idade; III – que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física; (...); VI – que tenha prole.

Sendo assim, a Educação Física faz parte do currículo escolar de todo o Ensino Fundamental. Segundo a Base Nacional Comum Curricular,

Nas aulas, as práticas corporais devem ser abordadas como fenômeno cultural dinâmico, diversificado, pluridimensional, singular e contraditório. Desse modo, é possível assegurar aos alunos a (re)construção de um conjunto de conhecimentos que permitam ampliar sua consciência a respeito de seus movimentos e dos recursos para o cuidado de si e dos outros e desenvolver autonomia para apropriação e utilização da cultura corporal de movimento em diversas finalidades humanas, favorecendo sua participação de forma confiante e autoral na sociedade (BRASIL, 2017, p. 211).

Os conteúdos estão organizados em unidades temáticas, que deverão ser desenvolvidas ao longo de todo o Ensino Fundamental. São elas: **Brincadeira e jogos, Esportes, Danças e Ginásticas**. A distribuição e o desenvolvimento das unidades se organiza com base nas proposições sugeridas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), sem que haja a intenção

de universalizar as categorias, como o próprio documento ressalta. Saiba mais em <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/download-da-bncc>>.

A partir dessa organização, acontece um desdobramento das unidades em objetos de conhecimento, distribuídos ao longo do currículo do ensino fundamental, devendo ser propostos de maneira diversificada, adequando-se às possibilidades e necessidades de cada contexto. Assim, não se trata de uma estrutura estática ou inflexível, mas sim de uma forma de organizar o conjunto de conhecimentos abordados nas aulas de Educação Física.

Estes objetos de conhecimento dão subsídios para o desenvolvimento de habilidades específicas, correspondentes às qualidades de cada prática corporal. Nessa perspectiva, o grau de aprofundamento dos conteúdos estará submetido às dinâmicas dos próprios grupos, evoluindo do mais simples e geral para o mais complexo e específico ao longo de cada ano.

Além disso, os livros contemplam algumas dimensões do conhecimento, em concordância com a BNCC:

(...) a organização das unidades temáticas se baseia na compreensão de que o caráter lúdico está presente em todas as práticas corporais, ainda que essa não seja a finalidade da Educação Física na escola. Ao brincar, dançar, jogar, praticar esportes, ginásticas ou atividades de aventura, para além da ludicidade, os estudantes se apropriam das lógicas intrínsecas (regras, códigos, rituais, sistemáticas de funcionamento, organização, táticas etc.) a essas manifestações, assim como trocam entre si e com a sociedade as representações e os significados que lhes são atribuídos (BRASIL, 2017, p. 218)

É com base nesse pressuposto que se delimitaram as habilidades privilegiadas nas dimensões de conhecimento descritas a seguir: experimentação (conhecimento originado pela vivência corporal, através do corpo, do movimento e das sensações); uso e apropriação (conhecimento gerado pela experimentação, que possibilita autonomia para sua realização dentro ou fora da escola); fruição (conhecimento que advém da apropriação, relacionado à habilidade de desfrutar e apreciar esteticamente as práticas corporais, constituindo-se em experiências sensíveis); reflexão sobre a ação (emerge do exercício de observação e análise das práticas corporais, com finalidades específicas como

adequar e solucionar desafios); construção de valores (conhecimento resulta de atitudes, normas e valores inerentes à ação pedagógica decorrente de discussões e vivências); análise (conhecimento sobre as práticas corporais, ligado à conceituação, caracterização e funcionamento destas); compreensão (conhecimento sobre as práticas corporais, no que diz respeito às suas origens, aos sentidos e aos significados, permitindo interpretar questões éticas e estéticas ligadas à inserção destas no contexto sociocultural); e protagonismo comunitário (conhecimento decorrente da reflexão e iniciativas perante as possibilidades de garantir o acesso às práticas corporais no contexto comunitário, além da escola).

Competências específicas de Educação Física para o Ensino Fundamental

1. Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.
2. Planejar e empregar estratégias para resolver desafios e aumentar as possibilidades de aprendizagem das práticas corporais, além de se envolver no processo de ampliação do acervo cultural nesse campo.
3. Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.
4. Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal, analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.
5. Identificar as formas de produção dos preconceitos, compreender seus efeitos e combater posicionamentos discriminatórios em relação às práticas corporais e aos seus participantes.
6. Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.
7. Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.
8. Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em

contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.

9. Reconhecer o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.
10. Experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo (BRASIL, 2017, p. 221).

Objetivos

Os objetivos gerais e específicos apresentam articulação com as competências específicas de Educação Física.

Objetivos Gerais

- Conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações da cultura corporal do Brasil e do mundo, percebendo-as como recurso valioso para a integração entre pessoas e entre diferentes grupos sociais e étnicos.
- Desenvolver, em parceria com os educadores, estratégias para a formação de um ambiente saudável, socializador e criativo, que permita o pleno desenvolvimento dos alunos nas atividades propostas.

Objetivos Específicos

- Participar de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas com os outros, reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminar por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais.
- Reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de melhoria da saúde coletiva.

Metodologia

O processo de ensino se organiza a partir das especificidades de cada prática corporal, mas de modo geral, busca-se partir de uma contextualização da prática corporal e experimentação inicial, seguida

da instrumentalização voltada ao fazer corporal (usos e apropriação) e à ampliação dos conhecimentos sobre o fazer (reflexão sobre a ação, análise e compreensão). De modo concomitante, o processo de ensino vai sendo permeado por problematizações, resolução de conflitos e desafios, conduzindo o trabalho pedagógico à construção de valores, ao protagonismo comunitário e à fruição das práticas corporais.

A concretização dessa perspectiva metodológica inicia-se com as páginas de abertura das unidades, que possibilitam mediações voltadas para o diagnóstico de conhecimentos prévios e representações iniciais dos alunos. Nesse momento eles são instigados a fazer inferências e interlocuções a partir da leitura e

interpretação de imagens que sugerem a abordagem de conteúdos da unidade.

Ao longo das unidades são propostas seções didáticas, representadas por ícones, que constituem sequência de atividades que proporcionam situações diversificadas de aprendizagem valorizando a participação ativa dos alunos. Essas atividades promovem o desenvolvimento das competências específicas da Educação Física, conforme preconiza a BNCC, estimulando socialização, atitudes de solidariedade e colaboração, respeito à diversidade cultural, desenvolvimento das capacidades de movimento, coordenação motora e expressão corporal, entre outras habilidades.

Avaliação

A avaliação acontece de modo constante, com base na observação do desenvolvimento das habilidades dos alunos, não só corporais, mas associadas também à reflexão, análise e compreensão sobre as práticas vivenciadas.

Os registros também possibilitam uma leitura e percepção sobre os aprendizados de cada um, sobre seus avanços e aspectos a melhorar.

De modo geral, as estratégias avaliativas contemplarão:

- a relação do componente Educação Física aos conteúdos da dança, ginástica, lutas, esportes, jogos e brincadeiras, bem como a diferenciação e vivência de modo consciente e criativo, de forma que a criança possa se apropriar e recriar estas práticas corporais;
- a identificação das possibilidades corporais e demonstração de superação de desafios, assim como reconhecimento e respeito dos limites da criança;
- o respeito às regras dos jogos e organização durante a realização das atividades;
- o reconhecimento dos benefícios das práticas corporais inseridas nas atividades diárias, voltadas ao lazer, ao desenvolvimento físico, à interação social e à expressão cultural.

Quadro Geral de Conteúdos

	Unidade 1	Unidade 2	Unidade 3	Unidade 4
1º ANO	Jogos de imitação Jogos de chão Brincadeira cantadas	Brincadeira de palmas Atletismo	Basquete Ginástica acrobática	Cabo de guerra Alongamento
2º ANO	Esporte de precisão: boliche Jogos e brincadeiras populares: gincana	Dança de roda Lançamentos do atletismo	Jogos cooperativos Ginástica circense	Dança criativa Ginástica geral
3º ANO	Brincadeiras e jogos populares: Barra manteiga; Gato mia; Cinco Marias Ginástica geral: fita	Danças populares: caninha-verde, frevo e maracatu Capoeira	Jogos de tabuleiro Ginástica geral: bola	Punhobol Voleibol
4º ANO	Jogos populares Ginástica: malabares	Dança: samba, quadrilha Esgrima	Bete Beisebol Handebol	Jogos de estafeta Atletismo: corrida de revezamento
5º ANO	Jogos mímicos Ginástica geral: corda	Danças circulares Kung fu	Jogos populares e recreativos: brinquedos com sucatas e jogos coletivos Tênis de mesa	Videodança Futevôlei

Referências

- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Conselho Nacional de Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília: MEC/SEB/CNE, 2017.
- CASCO, Patrício. *Tradição e criação de jogos: reflexões e propostas para uma cultura lúdico-corporal*. São Paulo: Peirópolis, 2007.
- CASTELLANI FILHO, Lino et al. *Metodologia do Ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.
- CURITIBA. *Diretrizes Curriculares para a Educação Municipal de Curitiba*. SME/PMC, 2006.
- DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. *Educação Física na escola: implicações para prática pedagógica*. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
- KUNZ, E. (Org.). *Didática da Educação Física*. Ijuí: Unijuí, 2002. 2. v.
- LAMAS, Leonardo; SEABRA, Fernando. Estratégia, tática e técnica nas modalidades esportivas coletivas: conceitos e aplicações. In: ROSE JUNIOR, Dante de. *Modalidades esportivas coletivas*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.
- REVERDITO, Riller Silva; SCAGLIA, Alcides José. *Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão*. São Paulo: Phorte, 2009.
- TAFFAREL, Celi N. Z. *Criatividade nas aulas de Educação Física*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1985.

Objetos de Conhecimento – 1º ano

UNIDADE TEMÁTICA (EIXO)	OBJETOS DE CONHECIMENTO (BNCC)	CONTEÚDOS			
		UNIDADE 1 Alfabeto corporal	UNIDADE 2 Desafie seu corpo	UNIDADE 3 Movimento preciso	UNIDADE 4 É pra movimentar!
BRINCADEIRAS E JOGOS	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	Jogos de imitação Jogos de chão	Brincadeira de palmas		Cabo de guerra
ESPORTES	Esportes de marca Esportes de precisão		Atletismo	Basquete	
GINÁSTICAS	Ginástica geral.			Ginástica acrobática	Alongamento
DANÇAS	Danças do contexto comunitário e regional.	Brincadeiras cantadas			

Orientações Didáticas

A seguir, apresentamos as orientações didáticas que acompanham página a página o Material do Aluno, com propostas para o desenvolvimento das atividades, possíveis variações e complementações do ponto de vista teórico e prático.

Unidade 1

Alfabeto corporal

Páginas 2 e 3

ABERTURA

Faça a leitura das imagens com os alunos por meio de perguntas, incentivando-os a observar e identificar as ações que estão sendo realizadas em cada cena.

Verifique se os alunos já viram em algum lugar pessoas realizando movimentos semelhantes. Destaque a imagem da criança dormindo e pergunte como são as horas de sono dos alunos. Comente que o tempo do sono é importante para a saúde do corpo. Destaque a imagem da menina comendo uma melancia e pergunte aos alunos se eles têm o hábito de comer frutas. Verifique os conhecimentos prévios deles com relação à alimentação saudável e a importância das atividades físicas para a saúde do corpo.

As atividades propostas representam diferentes estratégias lúdicas para os alunos experimentarem brincadeiras e jogos da cultura popular, comumente praticadas em nosso contexto sociocultural. Por meio dessas atividades, pretende-se promover situações de interação e colaboração entre os alunos e desenvolver a percepção corporal, incentivando os movimentos e o equilíbrio.

Páginas 4 e 5

FIQUE SABENDO

Mostre à turma que o objetivo desta unidade é fazer com que percebam o papel do corpo e dos seus sentidos para a percepção do mundo.

Por meio dos questionamentos propostos, incentive inferências e interlocuções entre os alunos, com a finalidade de desenvolver a oralidade e a argumentação. Comente que a capacidade de movimento do corpo nos permite deslocar no ambiente, interagir com outras pessoas e realizar diversas tarefas do dia a dia. Assim como os seres humanos, outros animais realizam movimentos corporais para se deslocar em busca de alimentos, fugir de predadores, migrar para outras regiões. Desenvolver a consciência corporal nos permite ampliar nossas habilidades de percepção do ambiente, coordenação motora, flexibilidade, força e movimento.

Páginas 6 e 7

VAMOS EXPERIMENTAR

Nessa atividade, os alunos devem explorar os movimentos corporais por meio da imitação dos animais representados.

Ative conhecimentos prévios dos alunos sobre os animais apresentados. Identifique-os como mamíferos (elefante, onça, camelo e canguru), aves (pinguim), répteis (crocodilo). Embora sejam diferentes, todos apresentam uma coluna vertebral, semelhante à nossa, que sustenta o tronco. Apresentam também membros que proporcionam movimento e deslocamento dos animais. Apresentam ainda órgãos dos sentidos, como olhos, orelhas e nariz, para perceber o ambiente à sua volta. Imitar animais representa estratégia lúdica para desenvolver a consciência corporal, incentivando os movimentos do corpo e a percepção da nossa relação com o ambiente, melhorando a nossa capacidade de movimento e deslocamento.

BATE-PAPO

Auxilie os alunos a identificar as partes do corpo utilizadas na realização da atividade anterior. Depois, faça as perguntas propostas, para que identifiquem as características do corpo dos animais.

ORGANIZE AS IDEIAS

Essa atividade tem o objetivo de trabalhar o registro por meio do desenho e da escrita. A produção poderá gerar uma exposição coletiva dos trabalhos.

Páginas 8 e 9

VAMOS CANTAR

O texto “Cada bicho tem” é uma canção e está disponível, na internet, em vídeo. É um ótimo estímulo visual para os alunos, pois apresenta muitas imagens de animais. Para assistir ao vídeo, acesse: <<http://www.vagalume.com.br/kitty-driemeyer/cada-bicho-tem.html>>.

Com objetivo de romper estereótipos, aproveite este momento para fazer alguns esclarecimentos junto aos alunos. Entre eles, comente que a tartaruga pode se deslocar no meio aquático e terrestre. No meio terrestre realizam movimentos lentos e no meio aquático são ágeis nadadoras, o que lhes permitem caçar alimentos, fugir de predadores e migrar de uma região para outra.

É importante desconstruir o estereótipo dado ao bicho-preguiça. Seus movimentos lentos devem-se ao baixo metabolismo do corpo. Isso representa uma vantagem para a sobrevivência do animal, pois ao ficar parado por mais tempo sobre as árvores, o bicho-preguiça consegue ficar imperceptível aos seus predadores. Essa vantagem é potencializada com a cor do corpo desses animais, deixando-os camuflados quando estão próximos ao tronco das árvores.

Quando o bicho-preguiça cai na água de um lago ou rio, movimenta-se intensamente nadando até às margens.

Os elefantes, em geral, caminham devagar. No entanto, são capazes de correr quando estão em perigo ou quando pretendem afugentar um predador que ameaça o grupo de elefantes do qual faz parte.

Com relação às pulgas, é interessante comentar que podem transmitir doenças para animais, inclusive ao ser humano.

Páginas 10 e 11

VAMOS EXPERIMENTAR

A princípio, os alunos podem representar os animais livremente e individualmente. Depois, podem se organizar em pequenos grupos formando parcerias nas quais, juntos, representam o mesmo animal.

Ao propor jogos de imitação de animais, é interessante chamar a atenção para as atitudes que um mesmo animal pode ter, como seu jeito de comer, sua reação ao ver um animal da mesma espécie ou de outra (rival), atacando, dormindo, lavando-se, amamentando, brincando, entre outras.

Na atividade proposta, os alunos também podem imitar animais nativos, ou seja, típicos das nossas matas, com objetivo de apresentar alguns representantes da nossa biodiversidade:

- Ariranha
- Anta
- Jaguatirica
- Tamanduá-bandeira
- Lobo-guará
- Arara
- Sapos (diversas espécies)
- Jacaretinga
- Entre outros.

ORGANIZE AS IDEIAS

Além de conversar e registrar, é interessante propor aos alunos que se desloquem pelo espaço, percebendo as maneiras como andam e se mexem para fazer certas atividades do dia a dia (jogo de imitação de tarefas, como escovar os dentes, tomar banho, ir para a escola etc.). Depois, proponha aos alunos um estudo sobre seus tamanhos (tamanho das partes dos seus corpos, como mãos, tronco, cabeça), proporções, centro de gravidade etc. Por fim, faça um levantamento do que eles gostam de fazer, pedindo que representem por meio de mímicas, já percebendo a relação com o corpo.

Apresente aos alunos algumas curiosidades sobre certos animais que possam imitar, destacando o local onde são encontrados, a cobertura do corpo (penas, pelos, escamas ou couro), do que se alimentam, se são aves, mamíferos, peixes, répteis ou anfíbios, entre outras características que podem ser interessantes.

Página 12

VAMOS CANTAR

Auxilie os alunos na confecção dos acessórios (viseira e pulseiras) do Material de Apoio que poderão ser utilizados na representação da música. A viseira precisa de elástico para prender em volta da cabeça e as pulseiras poderão ser coladas ou grampeadas.

Auxilie os alunos a se familiarizarem com a letra da canção. Inicialmente, cante junto com eles para que percebam o ritmo e depois incentive-os a explorar os movimentos do corpo por meio da dança. Organize-os em duplas ou em círculos para que possam observar uns aos outros e fazer movimentos sincronizados.

VAMOS EXPERIMENTAR

O objetivo do Jogo do Alfabeto Corporal é relacionar os movimentos com as letras, trabalhando, além do equilíbrio e da coordenação motora, a atenção e a concentração. Primeiro, explique cada movimento aos alunos, permitindo que se familiarizem com a legenda. Fale o nome de cada letra ao mesmo tempo que faz o movimento correspondente para que os alunos imitem. Depois, apenas fale o nome das letras e deixe que eles realizem o movimento correspondente.

Desenhe com pincel atômico as letras A, B, C, D e E em folha A4 ou pedaços de cartolina para deixá-las bem visíveis para os alunos. Deixe as folhas viradas

para baixo. Pegue uma delas e mostre para os alunos anunciando claramente a letra.

Página

13

GALERIA DE CURIOSIDADES

Para fixar os conceitos de **bípede** e **quadrúpede**, peça aos alunos que citem outros exemplos, além dos representados.

Páginas

14 e 15

HORA DE PRATICAR

Para essa atividade, sugere-se levar tapetes prontos ou fazer desenhos com giz, semelhantes àqueles apresentados no livro do aluno, em uma calçada do pátio da escola. Nesse caso, organize os alunos em grupos e ajude-os a montar o jogo da amarelinha. Se for conveniente, solicite à coordenação da escola para fazer uma pista com tinta no pátio, para os alunos aproveitarem durante o recreio e em momentos informais de ensino. Outras formas de amarelinha poderão ser criadas, de forma que os alunos possam interagir com o conceito apresentado.

A atividade representa oportunidade de valorizar a cultura lúdica tradicional de nosso país. O jogo da amarelinha, assim como as demais atividades propostas nessa unidade, consiste em estratégia para trabalhar a consciência corporal, incentivando de forma lúdica a percepção, a coordenação motora e o equilíbrio corporal. Seleccione uma música para ser tocada enquanto os alunos realizam a atividade. Dessa forma é possível trabalhar também o ritmo dos movimentos.

QUER SABER MAIS?

As variações da amarelinha, propostas no site indicado podem ser realizadas com os alunos em outros momentos.

Páginas

16 a 18

VAMOS EXPERIMENTAR

Nessa atividade, a intenção é que os alunos possam experimentar elementos da ginástica, além de proporem e colocarem em prática outros movimentos, experimentando diferentes maneiras de se deslocarem. Reforce a ideia da segurança, para que ninguém se machuque.

Peça para os alunos relatarem os movimentos que tentaram fazer. Pergunte se tiveram dificuldade e se foi necessário pedir ajuda a um colega. Em seguida,

solicite que desenhem o movimento realizado, com objetivo de incentivar a construção de representações e fazer registros das atividades realizadas.

FAÇA VOCÊ MESMO

Aproveite para reforçar com os alunos a importância dos cuidados com a postura e o vestuário para evitar dores no corpo. Explique que posturas incorretas podem causar problemas físicos a longo prazo.

Considerando haver uma tendência das crianças em utilizarem celular, reforce a ocorrência de má postura decorrente do uso destes aparelhos, a qual compromete a coluna cervical.

Páginas

19 a 22

BATE-PAPO/FIQUE SABENDO

Considere que as crianças nessa faixa etária gostam muito de contar sobre a vida familiar e trocar ideias. Deste modo, os alunos podem encontrar similaridades e diferenças entre os colegas, gerando sentimentos como pertencimento ao grupo, respeito e aceitação. Nem toda criança se sente segura ao receber visitas e muito menos visitar alguém. No entanto, algumas delas adoram receber e visitar pessoas, sejam conhecidas ou não. Falar sobre isso permite que cada um perceba seus modos de se relacionar, o quanto está aberto ou não para conviver coletivamente. Os alunos também podem reconhecer quais ambientes e pessoas gostam de visitar.

VAMOS CANTAR

Crie um ambiente de descontração para apresentar o Zé Palito aos alunos, personagem que será explorado mais de uma vez no material. A canção “A casa do Zé” vai possibilitar interação com os colegas e exploração de movimentos junto ao canto. A canção pode ser obtida na internet. Incentive os alunos a cantarem juntos.

Páginas

23 e 24

VAMOS EXPERIMENTAR

- Conduza a brincadeira cantada envolvendo os alunos na busca da cor que você comandar ou eles mesmos vão andando e cantando, e um fica responsável por dizer a cor. Cada aluno toca em algo que tenha a cor escolhida e, juntos, contam até cinco. Voltam a cantar!

2. Vamos experimentar o ritmo quaternário, ou seja, quatro tempos para cada trecho musical. As palmas podem ajudar. Neste caso, a primeira e a terceira batidas são mais fortes. Separando as frases de acordo com o ritmo da música, fica assim:

O LIMÃO – ENTROU – NA RO – DA,
ELE PASSA – DE MÃO – EM MÃO, – OH! LIMÃO.
ELE VAI, – ELE VEM, ELE AINDA – NÃO CHEGOU,
ELE VAI, – ELE VEM, ELE AINDA – NÃO CHEGOU.

Ao final da canção, quem fica com o limão pode ir ao centro e apresentar uma habilidade de manipulação da fruta, como: lançar o limão para o alto, bater três palmas e recuperar o limão. Outra maneira: quem fica com o limão conta uma breve história sobre essa fruta. E ainda, pode ser duas rodas e quem fica com o limão troca de roda. Também é possível inserir mais de um limão e/ou bolas de tamanhos diferentes.

Páginas 25 a 27

FIQUE SABENDO

Pergunte aos alunos se conhecem as brincadeiras vivenciadas em aula, mas de outras formas. É importante oportunizar um momento de troca de ideias entre eles.

ORGANIZE AS IDEIAS / HORA DE PRATICAR

Sobre a rodada de brincadeiras proposta ao final, pode acontecer bem à vontade, conforme o interesse dos alunos, ou, de maneira organizada, pode-se criar até mesmo um cronograma com a programação, o nome das brincadeiras e o aluno que vai ensinar cada uma aos colegas. Esta é uma forma de valorizar as contribuições dos alunos.

FAÇA VOCÊ MESMO

Que tal preparar uma deliciosa limonada com os alunos? Aproveite o momento para falar sobre a importância da vitamina C no organismo.

Unidade 2

Desafie seu corpo

Páginas 28 e 29

ABERTURA

Aproveite as imagens para contextualizar o tema da unidade; comente a respeito das diversas possibilidades de movimento do corpo que estão representadas.

Oriente os alunos para observar as imagens que representam atividades de atletismo, como salto em altura e corrida. Pergunte se já viram essas atividades ou se já tiveram oportunidade de praticá-las. Comente que são atividades de atletismo e que são conhecidas como atividades de marca, pois os resultados do desempenho do atleta são registrados em segundos (corrida) e metros (salto em altura). Dê outros exemplos de esportes de marca, referindo-se ao remo, à natação, ao ciclismo, ao levantamento de peso, entre outros.

Destaque também a imagem que mostra duas crianças realizando brincadeira de palmas. Pergunte se já fizeram atividade semelhante com os colegas. Comente que há várias formas de brincadeiras de palmas e que elas nos ajudam a adquirir ritmo.

Inicie suas mediações incentivando os alunos a observar as imagens propostas nas páginas de abertura da unidade 2. Oriente a análise e a observação questionando-os acerca das atividades representadas pelas imagens. Verifique se há algum aluno que pratica alguma modalidade esportiva. Peça para relatar como é a atividade que pratica e se já participou de algum campeonato. Explore relatos de alunos, propiciando interlocuções, inferências e o desenvolvimento da oralidade.

Páginas 30 e 31

FIQUE SABENDO

Apresente o texto sobre **atletismo** aos alunos e explore seus conhecimentos prévios acerca dessa modalidade esportiva. Explique que o atletismo é classificado como esporte de marca, pois caracteriza-se por comparar resultados registrados em segundos ou metros. São também esportes de marca a patinação de velocidade, o remo e o ciclismo. A modalidade levantamento de peso também é classificada como esporte de marca, pois compara resultados registrados em quilogramas.

ORGANIZE AS IDEIAS

Peça aos alunos que registrem as informações obtidas na pesquisa. Reporte-se aos questionamentos propostos para incentivá-los a relatar o que pesquisaram, expressando suas ideias e inferências. Trabalhe a oralidade instigando a argumentação e a troca de ideias.

Comente com os alunos sobre a importância das raias dividirem a pista em corredores individuais, já que protegem os atletas para que cada um tenha sua própria pista e ninguém se machuque pelo contato com o corpo dos demais.

1. Raias são faixas paralelas que delimitam o espaço de cada corredor nas provas de curta distância.
2. Saída baixa, com os pés apoiados no bloco de largada.

Página 32

VAMOS EXPERIMENTAR

A mesma atividade pode acontecer com três palmas, quatro, cinco... Sempre uma palma atrás da outra, com isso, um colega larga na sequência do outro.

Página 33

GALERIA DE CURIOSIDADES

Converse com os alunos sobre as adaptações que acontecem tanto no atletismo quanto na estrutura arquitetônica das cidades e escolas, no intuito de garantir acessibilidade e inclusão de todos. Para saber mais sobre as Paralimpíadas, acesse:

<<http://g1.globo.com/educacao/noticia/2012/08/entenda-por-que-paralimpíadas-passaram-se-chamar-paralimpíadas.html>>.

Página 34

FAÇA VOCÊ MESMO

Incentive a prática da corrida, ou outra modalidade esportiva, para evitar possíveis prejuízos à saúde por conta do sedentarismo. Oriente um bate-papo de modo que os alunos fiquem comprometidos com a sua qualidade de vida.

ORGANIZE AS IDEIAS

Instigue a pesquisa das modalidades do atletismo praticadas nos Jogos Olímpicos. Depois conduza um bate-papo, a fim de que os alunos conheçam as modalidades pesquisadas.

Páginas 35 e 36

FIQUE SABENDO/HORA DE PRATICAR

Os personagens abrem o diálogo a respeito do conceito de dança. Uma oportunidade para reconhecer a compreensão dos alunos sobre o conteúdo.

As brincadeiras rítmicas, que compõem o ensino da dança, são parte das tradições orais, o que torna rico o resgate delas junto aos familiares e a comunidade escolar. Além de abrir espaço para a coleta destes conhecimentos e para a troca entre os colegas, oportunize aos alunos um clima descontraído, voltado à fruição destas práticas.

Caso sinta necessidade de complementar o acervo de brincadeiras de mão, consulte em sites na internet. Temas como “Fui a China lá” ou “Eu vi o sapo”, podem ser localizados em apresentações de vídeo.

Proponha a brincadeira com palmas de modo a evoluir na dificuldade dos movimentos. Essa ação colabora no desenvolvimento motor.

ORGANIZE AS IDEIAS

Oportunize aos alunos um momento para compartilhar suas imagens e relatarem suas experiências. Eles podem compartilhar seus desenhos e contar como se sentiram durante a atividade.

Unidade 3

Movimento preciso

Páginas 38 e 39

ABERTURA

Incentive a leitura das imagens propostas. Questione os alunos sobre as percepções de cada uma.

Páginas 40 e 41

VAMOS EXPERIMENTAR

Como aquecimento, sugere-se a realização de movimentos simples com o corpo (aquecimento articular de pescoço, ombros, cotovelos, punhos, quadril e tornozelos através de rotações) e um alongamento de membros inferiores, superiores e tronco. Durante a atividade com o espelho, oriente os alunos para a execução de movimentos simultâneos que envolvam várias partes do corpo, tornando a atividade o mais desafiante possível.

FIQUE SABENDO

Converse com a turma sobre as experiências corporais mais desafiantes que já vivenciaram. Exemplo: aprender a pedalar, nadar, entre outras.

Abordagens interdisciplinares são bem-vindas, referindo-se ao sistema nervoso e locomotor como responsáveis pelos movimentos e equilíbrio do corpo.

QUER SABER MAIS?

A apreciação do filme pode ser feita em sala de aula, seguida de uma reflexão coletiva.

Páginas 42 a 44

FIQUE SABENDO

Você pode explorar diferentes possibilidades de movimentação a partir da leitura do texto.

De um modo simples, conforme haja abertura dos alunos, fale sobre o sistema nervoso, apresentando-o como estrutura responsável pela coordenação motora e equilíbrio do organismo.

VAMOS EXPERIMENTAR

A intenção é fazer os movimentos conforme a indicação. Auxilie os alunos na representação corporal. A partir desta proposta, é possível criar outras histórias e representações corporais, até mesmo incentivando a produção dos alunos.

Página 45

ORGANIZE AS IDEIAS

F	M	P	O	H	A	R	V	S	T
E	Q	U	I	L	I	B	R	A	R
R	L	D	C	Y	O	N	G	L	E
O	Q	I	F	J	P	K	X	T	U
L	S	T	A	G	A	C	H	A	R
A	O	U	Z	B	E	W	E	R	S
R	E	A	P	O	I	A	R	X	G

Páginas 46 e 47

VAMOS EXPERIMENTAR

Se possível, cada aluna recebe uma bola. Se não tiver, podem se reunir em duplas ou em trios para que cada grupo tenha uma bola. A ideia é que os alunos manipulem este objeto, tão importante para o desenvolvimento da coordenação motora. Ao seu comando, eles realizam as atividades propostas, individualmente, segurando a bola com as duas mãos, agachando, levando a bola aos pés, entre outras possibilidades. O jogo “bola ao túnel” é coletivo, em que os alunos ficam em fila com as pernas abertas e a bola vai passando de mão em mão, pelo meio das pernas. Essa atividade exige ritmo e concentração. A atividade da “bola ao cesto” pode usar uma lata de lixo (como demonstra a figura, ou uma cesta de basquete na parede, em uma altura mais acessível).

Considerando que os esportes de precisão podem ser introduzidos nos anos iniciais de forma lúdica e menos complexa, ofereça à turma a oportunidade de explorar a habilidade de lançar em alvos, inventando a composição do espaço, distâncias e materiais utilizados para servir de aro. Incentive os alunos a praticar fora da escola.

Página 49

FAÇA VOCÊ MESMO

Dicas de higiene e alimentação. Enfoque com os alunos a importância da qualidade de vida e saúde.

Fale sobre os benefícios que justificam escolher as frutas no lugar de frituras e doces.

Os doces tendem a causar cáries nos dentes, especialmente quando não se tem o hábito de escová-los

após às refeições. Comente que as frutas são mais saudáveis do que os doces porque são ricas em nutrientes importantes para o nosso corpo, como as vitaminas e os sais minerais. Quando realizamos atividade física e transpiramos muito, perdemos esses nutrientes. Ao comer frutas e verduras diariamente, conseguimos fazer a reposição desses nutrientes, mantendo o nosso corpo mais saudável.

Em relação à higiene, reforce que a falta de higiene favorece o acúmulo de seres vivos microscópicos que podem causar doenças em nosso organismo.

Unidade 4

É pra movimentar!

Páginas 50 e 51

ABERTURA

A partir da leitura das imagens, converse com os alunos e permita a troca de ideias. Questione-os sobre o tema da unidade, quais os movimentos que realizam, onde, quando, quais preferem, quais não gostam de realizar, entre outros.

Páginas 52 a 54

FIQUE SABENDO/VAMOS CANTAR

Comente com os alunos sobre as posições horizontal e vertical. É importante que essas nomenclaturas fiquem bem esclarecidas. Para fixar, oportunize a experimentação com membros corporais, como braço na horizontal e braço na vertical, além de reconhecer objetos na sala de aula que permitam essa análise.

O texto “O sono dos bichos” é uma canção que pode ser explorada de várias maneiras em sala de aula, como a tradicional brincadeira do morto-vivo. Pode-se dividir a turma em seis grupos e cada um fica responsável por criar uma das representações dos comandos sentado, deitado, enrolado, empoleirado, pendurado e de pé de cada bicho dormindo. Em um segundo momento, em vez de falar os comandos de movimento, pode-se utilizar o nome dos bichos e, por associação, os alunos deverão realizar os movimentos correspondentes. Depois, podem cantar a música realizando todos os movimentos criados.

Páginas 55 e 56

ORGANIZE AS IDEIAS

O registro solicitado pode ser em folha separada, individualmente, para que depois os alunos apresentem a sua produção aos colegas. Incentive-os em sua produção. Se desejar, aproveite para trabalhar com a imitação dos bichos.

FAÇA VOCÊ MESMO

Chame a atenção dos alunos para a quantidade de horas de sono que o organismo humano necessita para ter uma boa qualidade de vida. Explore questões relativas ao sono, como: quanto dormem? Como é o ambiente onde dormem (luminosidade, barulho)? Proponha que registrem, por meio de desenho, como dormem. Como sugestão, acesse o site <<http://www.tediado.com.br/06/16-curiosidade-sobre-o-sono/>>.

GALERIA DE CURIOSIDADES

Momento lúdico, em que o aluno irá descobrir algumas curiosidades a respeito do sono dos animais, que difere dos humanos.

Aborde a questão da diversidade de seres vivos, destacando aspectos trabalhados anteriormente, como o movimento do corpo, postura bípede e quadrúpede e, agora, com relação ao sono. Cada espécie de ser vivo tem suas particularidades.

QUER SABER MAIS?

Esta história pode ser contada por você, professor, em um momento lúdico, ou até mesmo ser indicado aos familiares, para realizar a leitura com os alunos em casa.

Página 57

VAMOS CANTAR

Proponha a cantiga “A cobra”, estabelecendo relação com os movimentos propostos: esticando e dobrando o corpo, rolando, subindo e descendo.

Explique aos alunos que a dança se diferencia das demais práticas corporais por trazer expressividade ao movimento, tornando-se o gesto e o ritmo duas características constitutivas da dança, associadas ao uso do espaço. Reflita sobre o fato de a dança estar relacionada ao brincar, como acontece nas brincadeiras rítmicas, como as brincadeiras com palmas.

Páginas 58 a 60

VAMOS EXPERIMENTAR

Os movimentos propostos são simples, mas fundamentais para o desenvolvimento da percepção corporal. Proponha um circuito com as ações sugeridas.

FAÇA VOCÊ MESMO

Mais informações sobre o espreguiçar dos gatos em: <<http://saude.culturamix.com/qualidade-de-vida/faça-como-seu-gato>>.

Destaque a importância do alongamento para a manutenção da postura correta do corpo.

Páginas 61 e 62

FIQUE SABENDO

A leitura da obra de Ivan Cruz tem referência direta com o movimento que o aluno fará em seguida com a turma.

VAMOS EXPERIMENTAR

Divida a turma em duas equipes e proponha a atividade do cabo de guerra. Enfatize a importância do cuidado pessoal e com os colegas para que não se machuquem.

Páginas 63 e 64

BATE-PAPO

Para instigar a criatividade dos alunos, organize a turma em pequenos grupos e solicite que sugiram outro jogo que pode ser realizado com a corda. É possível que se aproximem do pular corda, travessia de equilíbrio sobre a corda, salto a distância e em altura. A partir das ideias dos alunos, pode-se estruturar algumas vivências.

ORGANIZE AS IDEIAS

Momento para os alunos transmitirem suas impressões pessoais. Ao final da atividade, pode-se sugerir um passeio por entre as mesas, verificando os desenhos e depois dialogando a respeito de como se sentiram ao praticarem os jogos e as brincadeiras sugeridos pelos grupos.

Página 65

FAÇA VOCÊ MESMO

Hidratar o corpo é sempre importante. Aborde a importância da água para o nosso organismo e os prejuízos que podem ocorrer com a falta dela, como em casos de desidratação. Incentive essa atitude positiva!

ORGANIZE AS IDEIAS

A intenção é que os alunos percebam quais hábitos saudáveis desenvolveram durante todo o ano letivo, e registrem as suas conclusões.

Procure justificar aos alunos por que certos hábitos são saudáveis e outros não.

PROIBIDA A REPRODUÇÃO

*Formação
Humana
e cidadã*



Rua Máximo João Kopp, 167 • CEP 82630-492 • Curitiba-PR
Tel.: (41) 3123-4300 • 0800-41-0034
[contato@opet-sefe.com.br](mailto: contato@opet-sefe.com.br) • www.editoraopet.com.br