

COLEÇÃO  
**CIDADANIA**  
ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS



**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**

**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**

**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**

**ANUAL**

**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**

 **Opét** Soluções  
Educacionais

# PROIBIDA A REPRODUÇÃO

## EDUCAÇÃO FÍSICA

ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS

5º

Bruna Bardini dos Santos  
Carmela Bardini  
Mário Cerdeira Fidalgo



# EDUCAÇÃO FÍSICA

ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS

5

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

**Editora Opet**

**Direção-Geral**  
Maria Cristina Swiatovski

**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**  
Leonor Bianchini  
Fábio Cesar Dias da Rocha  
Fabianka Design

**Projeto Gráfico**  
Expression|SGI

**Patrimônio Intelectual**  
Magali Hecke

**Ilustrações**  
Marcos Yuji  
Jefferson Schnaider



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](http://www.editoraopet.com.br)

# Material do Professor

## Sumário

• Apresentação .....	4
• Princípios Norteadores.....	5
• Objetivos.....	6
Objetivos Gerais .....	6
Objetivos Específicos.....	6
• Metodologia.....	7
• Avaliação .....	7
• Quadro Geral de Objetos de Conhecimento.....	8
• Referências .....	8
• Objetos de Conhecimento – 5º ano .....	9
• Orientações Didáticas.....	9
Unidade 1 – Impulso criativo.....	9
Unidade 2 – Sabedoria corporal.....	11
Unidade 3 – Boa hora .....	13
Unidade 4 – Inovação nas práticas corporais .....	14

## 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 formaativa 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://base.nacional.comum.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, incentivando 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 Objetos de Conhecimento

	<b>Unidade 1</b>	<b>Unidade 2</b>	<b>Unidade 3</b>	<b>Unidade 4</b>
<b>1º ANO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de imitação</li> <li>• Jogos de chão</li> <li>• Brincadeiras cantadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brincadeira de palmas</li> <li>• Atletismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basquete</li> <li>• Ginástica acrobática</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cabo de guerra</li> <li>• Alongamento</li> </ul>
<b>2º ANO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esporte de precisão: boliche</li> <li>• Jogos e brincadeiras populares: gincana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dança de roda</li> <li>• Lançamentos do atletismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos cooperativos</li> <li>• Ginástica circense</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dança criativa</li> <li>• Ginástica geral</li> </ul>
<b>3º ANO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brincadeiras e jogos populares: Barra manteiga; Gato mia; Cinco Marias</li> <li>• Ginástica geral: fita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Danças populares: caninha-verde, frevo e maracatu</li> <li>• Capoeira</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de tabuleiro</li> <li>• Ginástica geral: bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Punhobol</li> <li>• Voleibol</li> </ul>
<b>4º ANO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos populares</li> <li>• Ginástica: malabares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dança: samba, quadrilha</li> <li>• Esgrima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bete</li> <li>• Beisebol</li> <li>• Handebol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de estafeta</li> <li>• Atletismo: corrida de revezamento</li> </ul>
<b>5º ANO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos mímicos</li> <li>• Ginástica geral: corda</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Danças circulares</li> <li>• Kung fu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos populares e recreativos: brinquedos com sucatas e jogos coletivos</li> <li>• Tênis de mesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videodança</li> <li>• Futevôlei</li> </ul>

## 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 – 5º ano

UNIDADE TEMÁTICA (EIXO)	OBJETOS DE CONHECIMENTO (BNCC)	CONTEÚDOS			
		UNIDADE 1 Impulso criativo	Unidade 2 Sabedoria corporal	Unidade 3 Boa hora	UNIDADE 4 Inovação nas práticas corporais
BRINCADEIRAS E JOGOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo.</li> <li>Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana.</li> </ul>	Jogos mímicos		<ul style="list-style-type: none"> <li>Jogos populares e recreativos:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- brinquedos com sucata</li> <li>- jogos coletivos</li> </ul> </li> </ul>	
ESPORTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Esportes de campo e taco.</li> <li>Esportes de rede/parede.</li> <li>Esportes de invasão.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>Esporte: tênis de mesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Esporte: futevôlei</li> </ul>
GINÁSTICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ginástica geral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ginástica geral: corda</li> </ul>			
DANÇAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Danças do Brasil e do mundo.</li> <li>Danças de matriz indígena e africana.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Danças circulares</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Videodança</li> </ul>
LUTAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lutas do contexto comunitário e regional.</li> <li>Lutas de matriz indígena e africana.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Luta: <i>Kung fu</i></li> </ul>		

## Orientações Didáticas

Páginas 4 e 5

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

### Impulso criativo

Páginas 2 e 3

#### ABERTURA

Faça a leitura das imagens das páginas de abertura com os alunos, chamando a atenção para o tema da unidade, que é cinema. Incentive-os a falar o que sabem sobre a produção de um filme e tudo o que está por trás dos bastidores.

#### FIQUE SABENDO/HORA DE PRATICAR

Comente com os alunos sobre a importância de sermos construtores da nossa própria realidade, de percebermos que podemos conhecer mais sobre nós mesmos e agir de forma mais consciente, interferindo na maneira como nos expressamos e convivemos com as pessoas. Podemos enfrentar nossos medos e buscar nossa felicidade e, ainda, interferir positivamente para provocar mudanças no mundo. A atividade de mímica será uma preparação para trabalhar o cinema mudo com a turma.

Páginas 6 e 7

#### GALERIA DE CURIOSIDADES

Se possível, assista com os alunos a um filme de Charlie Chaplin. Comente que o gênero mudo exige destaque na expressão corporal e facial dos

atores, podendo acontecer de forma sutil e com naturalidade ou de forma exagerada e extravagante (fora do comum), no último caso, aproximando-se ao gênero comédia. Caso não seja possível passar um filme inteiro, passe alguns trechos, como o que está disponível em <<http://www.youtube.com/watch?v=HshIW9Z4pgk>>.

## HORA DE PRATICAR

Para realizar a atividade Siga o mestre, utilize uma ou mais músicas, a fim de incentivar a criação de movimentos. É comum que os alunos se desloquem no mesmo sentido, muitas vezes andando em círculo. Oriente-os a explorar o espaço como um todo e em várias direções.

Indique os momentos de troca de lugar, sinalizando que o primeiro da fila ocupe o último lugar. Assim, cada grupo ganhará um novo líder. Outra opção é permitir que cada líder decida qual será seu momento de ir para o final da fila, considerando que deve trocar de lugar somente após criar movimentos e deslocar-se pelo espaço.

Página

8

## ORGANIZE AS IDEIAS

Incentive os alunos a produzir um roteiro que possa ser colocado em prática de forma simples, exigindo poucos recursos materiais e bastante expressão corporal. Conforme o engajamento da turma, disponibilize um pouco mais de tempo para a atividade ganhar novos desdobramentos, entre eles a apresentação das histórias em forma de esquetes.

Páginas

9 e 10

## BATE-PAPO/HORA DE PRATICAR

Esse é o momento de diagnosticar o nível de habilidade dos alunos e suas motivações. Permita que eles explorem os materiais livremente, criando diferentes propostas de brincadeiras com a corda.

Página

11

## FIQUE SABENDO/ORGANIZE AS IDEIAS

A intenção da atividade é que os alunos façam a leitura da obra, comparando-a com a própria realidade. Instigue-os por meio de perguntas questionando, por exemplo, como é o ambiente em que

costumam brincar, que tipo de roupa normalmente usam etc. Dessa forma, eles terão subsídios para fazer a releitura da obra, completando-a com elementos do cotidiano.

Converse com os alunos sobre cuidados que devemos ter quando realizamos atividades esportivas ou de lazer sob o Sol. É importante o uso de vestuário apropriado e, sobretudo, filtro solar. Nas últimas décadas foi observado maior incidência de radiação ultravioleta por conta da diminuição da camada de ozônio, camada da atmosfera capaz de filtrar parte significativa de radiação solar, responsável pela elevada incidência de câncer de pele na população. Interessante citar os horários do dia mais apropriados para as atividades ao ar livre.

Páginas 12 e 13

## VAMOS EXPERIMENTAR

Alguns alunos, às vezes por vergonha de pular, preferem bater a corda, enquanto outros só querem pular e não colaboram para que os colegas também pulem. No entanto, todos devem experimentar todas as funções de modo equilibrado, por isso, a cada desafio, organize-os para que revezem as posições.

Páginas 14 e 15

## BATE-PAPO/HORA DE PRATICAR

Cada grupo deve criar coletivamente um desafio corporal e apresentá-lo à turma. Depois, todos tentam realizá-lo. Para realizar os desafios propostos no material, pode ser dado um tempo para que os grupos treinem.

Páginas 16 e 17

## GALERIA DE CURIOSIDADES/BATE-PAPO

Você encontrará mais informações sobre o *rope skipping* em <<http://pulandocorda.wordpress.com/2010/09/09/rope-skipping/>>. Se possível, assista ao filme indicado com os alunos, aproveitando para trabalhar questões de preconceito de gênero.

## VAMOS EXPERIMENTAR

A intenção da atividade é que os alunos elaborem uma coreografia utilizando cordas e movimentos realizados em atividades anteriores, fazendo um fechamento do que foi aprendido na unidade.

# Unidade 2

## Sabedoria corporal

Páginas 18 e 19

### ABERTURA

Faça a leitura das imagens das páginas de abertura com os alunos, identificando cada ação representada. Possibilite um tempo para os alunos refletirem sobre as diferenças entre dança e luta, buscando reconhecer também as similaridades e os significados dessas vivências para aqueles que as praticam. A dança e a luta são manifestações da cultura corporal de movimento. Desde movimentos mais simples até os mais complexos, a dança e a luta podem ser exploradas e recriadas, de acordo com a realidade local. A luta, no entanto, é marcada historicamente como prática de sobrevivência, enquanto a dança é tida prática de celebração, comunhão e rito de passagem.

Páginas 20 e 21

### FIQUE SABENDO/BATE-PAPO

Após a leitura do texto, converse com os alunos sobre a história da dança. Procure lembrar de histórias antigas em que a dança aparece. No bate-papo, os alunos podem conversar sobre os ritmos que mais gostam de dançar e fazer uma demonstração para os colegas, caso sejam praticantes de algum tipo de dança.

Páginas 22 e 23

### ORGANIZE AS IDEIAS/BATE-PAPO

A proposta da atividade é criar uma linha do tempo da dança, com os ritmos mais populares em cada década, de 1950 até hoje. Os alunos devem pesquisar preferencialmente com os familiares, mas, se preciso, podem consultar outras fontes.

Após a realização da pesquisa, converse com eles, comparando os resultados obtidos. Verifiquem quais foram os ritmos mais citados em cada década. Depois, a turma pode escolher, por meio de votação, alguns ritmos para aprender os passos básicos.

Página 24

### VAMOS EXPERIMENTAR

Sobre a dinâmica “formando grupos”, os comandos podem ser dados ao parar a música. Depois, o som pode ser retomado por um tempo, para que os alunos

se espalhem novamente pela sala de aula, troquem olhares e dancem. O intuito é possibilitar a interação e a criação de vínculo entre colegas que por algum motivo têm pouca proximidade durante as aulas.

Páginas 25 a 27

### FIQUE SABENDO/VAMOS EXPERIMENTAR

Nesse momento a intenção é apresentar aos alunos as danças circulares, possibilitando que experimentem alguns passos básicos.

É importante harmonizar o grupo em roda. Mostre a importância de ocuparem seus espaços, sem puxar o colega, sem ficar mais à frente ou afastado no círculo. Utilize um vaso de flores ou uma mandala para marcar o centro do círculo. Explique que o centro é uma referência para a distribuição das pessoas na roda e no espaço de entorno. Uma orientação ao darem as mãos: individualmente, juntar as palmas das mãos em frente ao corpo, virar os polegares à direita e, então, abrir os braços, encontrando as mãos dos colegas, simbolizando o ato de dar e receber.

Lembre os alunos que os passos podem ser realizados em direções variadas (laterais, diagonais, frente e atrás), com o corpo virado para qualquer direção (de frente ou de costas para o centro, para o lado direito ou esquerdo etc.).

Converse com os alunos sobre algumas habilidades necessárias para a realização da dança circular. Essa atividade exige concentração e atenção para manter o sincronismo dos movimentos, que são coletivos. Cada indivíduo será responsável pela realização e manutenção dos movimentos da dança circular como um todo. A realização de movimentos sincronizados exige colaboração, integração e sinergia.

Páginas 28 a 30

### BATE-PAPO

Nesse momento os alunos devem expressar suas opiniões sobre a prática dos passos de danças realizados, comparando o *break* e as danças circulares.

### HORA DE PRATICAR

As crianças nesta faixa etária podem apresentar uma resistência inicial em aderir à brincadeira por considerá-la infantil. Contudo, quando rompemos a primeira barreira de resistência, elas percebem o valor da brincadeira e são capazes de valorizar a atividade. Neste caso, envolva os alunos inicialmente

com o desafio de realizarem o jogo com as pedrinhas, que podem ser coletadas por eles mesmos. A seguir, valorize-os como protagonistas na criação da dança, de modo que participem ativamente na transposição dos movimentos das pedras para os deslocamentos do corpo no espaço. Preservem os movimentos de entrar na roda, de sair, de se deslocar para um lado e para o outro (zigue-zigue, zá). Como alternativa, toque a cantiga “Escravos de Jó” em aparelho de som, bem como incentive os alunos a cantar. Existem versões em que a canção vai ficando cada vez mais rápida. Caso não a tenha disponível, explore sua voz e a dos alunos, utilizando recursos simples para acelerar o canto e, por consequência, os movimentos da dança.

## ORGANIZE AS IDEIAS

- O processo criativo requer um tempo para seleção do repertório musical, da experimentação de movimentos, definição dos passos, possíveis gestos e direções. Muitas vezes é necessário ouvir a música e fazer ajustes na coreografia, de modo que haja harmonia. De preferência, faça uma pré-seleção musical para sugerir à turma, priorizando músicas instrumentais ou letras com mensagens positivas, podendo contemplar também músicas de matriz indígena e africana. Ao final do processo, é possível realizar um festival, no qual as danças podem ser apresentadas e vivenciadas por toda a turma.
- Oriente os alunos a realizar a pesquisa, a fim de conhecer alguns coreógrafos brasileiros que se destacam em diferentes gêneros e estilos.

Página 32

## FIQUE SABENDO

Faça a leitura dos textos destacando as características do *kung fu* para os alunos. É importante que eles percebam que essa prática envolve disciplina e concentração, e nada tem a ver com violência.

Página 33

## VAMOS EXPERIMENTAR

Antes de executar os movimentos na forma de jogo de perseguição, é interessante que todos experimentem a postura e vivenciem os socos, em duplas. Para facilitar a compreensão, acesse o vídeo disponível em <<http://www.youtube.com/watch?v=YKa53AJslkg>>.

Página 34

## QUER SABER MAIS?/FAÇA VOCÊ MESMO

Incentive os alunos a acessar o site e, se possível, possibilite que assistam ao filme indicado, para que conheçam mais sobre a filosofia do *kung fu*. Destaque as virtudes relacionadas ao *kung fu*, mostrando que a prática não envolve apenas o controle do corpo, mas também da mente.

Página 35

## ORGANIZE AS IDEIAS

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

## HORA DE PRATICAR

Para iniciar a atividade, é interessante a realização de uma dinâmica em conjunto, na qual os alunos se deslocam pelo espaço, representando os animais escolhidos. Cavalo, macaco, águia, tartaruga são alguns exemplos de animais que podem ser escolhidos. Desse modo, a turma poderá vivenciar diferentes qualidades de movimentos. Se possível, entre no clima e represente junto, como forma de motivar os alunos a participar.

# Unidade 3

## Boa hora

Páginas 36 e 37

### ABERTURA

Oriente a leitura das imagens por parte dos alunos, incentivando-os a interpretar o que cada uma representa. Oportunize o debate sobre as diferenças entre o brincar e o competir, procurando estabelecer distinção entre as práticas de lazer (diversão, interação, socialização) e as práticas esportivas profissionais, especialmente com relação aos esportes de rendimento que envolvem eficiência, esforço e resultado.

Página 38

### FIQUE SABENDO/ORGANIZE AS IDEIAS

Comente com os alunos que a brincadeira e o jogo possuem um papel importante no desenvolvimento humano. Os momentos de lazer são importantes não apenas na infância, mas também na vida adulta.

Páginas 39 a 41

### VAMOS EXPERIMENTAR

- Organize os alunos a participar das práticas propostas. Na brincadeira Carro e motorista, combinem previamente quais alunos serão carros e quais serão motoristas. Variações: incluir um passageiro junto ao motorista, sempre de mãos dadas; substituir o carro por ônibus, formado por quatro pessoas, que podem inventar maneiras diferentes de formação e condução.
- Variação no Futdupla: em vez de dar a mão para alguém da mesma equipe, cada jogador corre de mãos dadas com um adversário. É importante pedir que cuidem dos colegas para que não se machuquem, já que eles terão que fazer gol de lados diferentes. Lembre-os de que esta atividade não está valendo nenhuma premiação, é apenas para se divertirem.

### FAÇA VOCÊ MESMO

São muitos os atrativos tecnológicos a que crianças e jovens têm acesso atualmente. É sempre importante incentivar-lhos a praticar atividades físicas e evitar o sedentarismo, para que tenham um estilo de vida saudável.

Página

42

### VAMOS EXPERIMENTAR

Para essa prática, forme duas equipes com os alunos, posicionando-os em uma quadra. O sabonete pode ficar um tempo de molho na água para que fique mais liso. A prática do jogo é semelhante ao basquete, os alunos devem lançar o sabonete de mão em mão, e não podem se deslocar com ele em mãos. Cada vez que uma equipe conseguir lançar o sabonete no balde correspondente, marca um ponto. Determine um tempo para a realização do jogo, marcando os pontos de cada equipe para conferir ao final.

Páginas 43 a 46

### HORA DE PRATICAR

Para promover maior dinamicidade ao jogo, oriente as equipes a realizar as jogadas ao mesmo tempo. Conduza os procedimentos do jogo para orientar o momento em que o aluno de cada equipe deve se deslocar para o centro da quadra para chutar e conduzir a bola. Oriente a tarefa do gandula de recolher a bola chutada e de reposicionar os cones derrubados. Depois, oriente-o a juntar-se à equipe dele posicionada na lateral da quadra. Na sequência, o aluno que chutou a bola deve tomar o lugar do gandula atrás da linha de fundo da quadra.

**Sugestão:** Terminado o jogo, retire os cones da quadra e deixe apenas uma bola no centro. Cada time define um goleiro para defender a meta do seu time. Agora, a cada rodada serão chamados dois números, que deverão correr na direção do seu goleiro tocando na mão deste. Depois disso, está liberada a “pelada”. Quem fizer gol primeiro faz um ponto para seu time. Para deixar mais dinâmico, desconsidere as laterais, de modo que a bola fique sempre em jogo, apenas respeitando as faltas.

Nesta dinâmica, o número de alunos chamados vai aumentando a cada rodada, até se transformar em um grande jogo.

### FIQUE SABENDO/ORGANIZE AS IDEIAS

Com a leitura do texto e o registro dos brinquedos usados pelos familiares, a intenção é incentivar o interesse dos alunos por brinquedos produzidos com material alternativo.

## HORA DE PRATICAR/ORGANIZE AS IDEIAS

Agora, é o momento de incentivar a criatividade por meio da construção de um brinquedo. Disponibilize outros materiais, além das caixinhas, para que os alunos possam criar um brinquedo.

É interessante fazer uma exposição na escola e levantar a questão do valor da confecção, do resgate dos brinquedos feitos à mão e do aproveitamento de materiais recicláveis na contramão do consumismo e a favor da sustentabilidade.

Após a construção do brinquedo, os alunos irão criar brincadeiras e regras, fazendo o registro por meio de desenho e escrita.

Página 47

## VAMOS EXPERIMENTAR

A construção do bilboquê dá continuidade à proposta de valorização dos brinquedos produzidos com material reciclável. Após a produção, incentive os alunos a brincar, criando variações para as brincadeiras tradicionais.

Páginas 50 e 51

## VAMOS EXPERIMENTAR

Caso a escola não possua os equipamentos para a prática de tênis de mesa, é possível adaptar uma mesa de madeira com rede de barbante, no entanto, é válido adquirir as bolinhas próprias da modalidade. As raquetes de frescobol podem ser uma alternativa, apesar de serem maiores e mais pesadas.

Nos jogos em duplas, lembre a importância do sorteio para evitar preferências e exclusões.

Páginas 52 e 53

## ORGANIZE AS IDEIAS

Esta atividade possui caráter avaliativo, já que incentiva a turma a refletir sobre o significado da vivência, tornando-se possível identificar o modo como percebem suas habilidades, suas dificuldades e como reagem diante dos desafios impostos pela prática competitiva.

# Unidade 4

## Inovação nas práticas corporais

Páginas 54 e 55

### ABERTURA

Com base nas imagens das páginas de abertura, convide os alunos a reconhecer dois conteúdos que podem ser considerados inovadores no cenário esportivo e na dança. Apresente o futevôlei e a videodança, destacando que estes conteúdos são desdobramentos de outras práticas, como do futebol e do vôlei, no caso do futevôlei, e da dança de palco, inspirada principalmente na dança contemporânea, no caso da videodança.

Páginas 56 e 57

### FIQUE SABENDO

Faça mediações entre as informações do texto e os conhecimentos prévios dos alunos acerca da relação entre a dança e a tecnologia relacionada aos meios de comunicação. Em geral, os alunos não percebem o potencial que têm para a dança, associando muitas vezes a dança ao palco. Incentive-os a perceber o potencial que apresentam e como podem ser protagonistas na produção de dança.

A análise e a reflexão do texto deve proporcionar aos alunos a percepção das mudanças e a ampliação nos meios de comunicação. Deve ficar evidente para eles que as inovações dos recursos tecnológicos interferiram nos modos de produção artística nos quais a dança está inserida.

Páginas 58 e 59

## HORA DE PRATICAR

Para realizar esta atividade, atente-se às seguintes necessidades: solicite autorização da escola para uso de celulares durante as aulas, tomando também a precaução de solicitar aos pais autorização de uso da imagem dos alunos, considerando que as produções podem gerar postagens nas redes sociais.

## **QUER SABER MAIS?**

É interessante fazer uma pré-seleção de produções em videodança para apresentar à turma, com objetivo de oferecer aos alunos algumas referências para a pesquisa solicitada.

Página 60

## HORA DE PRATICAR

A atividade tem a finalidade de orientar os alunos em produções curtas e rápidas sobre o tema abordado. Procure acompanhar as etapas de produção do roteiro, as filmagens e a edição, avaliando as equipes em relação a todo o processo e não somente ao resultado final. Os resultados podem ser apreciados pela turma toda, numa sessão de apresentação.

Páginas 61 e 62

## **FIQUE SABENDO**

Todas as regras oficiais do futevôlei podem ser encontradas no site da Confederação Brasileira de Futevôlei: <http://cbfv.com.br/>.

Lembre-se que o objetivo não é decorar e repetir as regras descritas. Trabalhe com os alunos sobre a importância das regras e como elas podem ajudar os atletas a buscar o melhor desempenho e os melhores resultados no jogo.

Página | 63

# VAMOS EXPERIMENTAR

Divida a turma em dois ou três grupos para que tenham maior contato com a bola. Variação: incluir mais uma bola em cada círculo de alunos, desafiando a atenção e o controle de bola. Na ausência de rede de voleibol, para a segunda etapa do jogo, pode-se utilizar barbante ou elástico fixo em cones.

A realização de práticas esportivas ou de lazer pela primeira vez nos permite ter a consciência de como é o domínio da coordenação do nosso corpo. Com base nessa percepção, converse com os alunos sobre a importância dos treinamentos, pois é por meio deles que aos poucos vamos adquirindo as habilidades necessárias para a realização dos movimentos que a prática exige.

## FAÇA VOCÊ MESMO

Aproveite, neste momento, para fazer interdisciplinaridade com os componentes Geografia e Ciências e reforce aos alunos a importância de levarem bonés nos dias de aula de Educação Física. Reforce que a radiação solar atinge a pele mesmo em dias nublados. Além disso, atinge todos os tipos de peles, claras e escuras. Por isso, não podem deixar de proteger a pele.

Página 68

## **FIQUE SABENDO**

Aproveite a leitura do texto de fechamento para fazer uma retomada dos conteúdos trabalhados durante o ano. Solicite aos alunos que falem sobre as vivências mais significativas, atividades que mais gostaram de realizar etc.

## **ANOTAÇÕES**

## ANOTAÇÕES

**PROIBIDA A REPRODUÇÃO**

**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](http://www.editoraopet.com.br)