

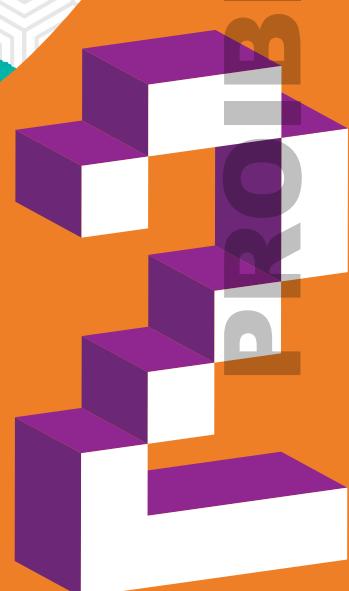
COLEÇÃO  
**CIDADANIA**  
ENSINO FUNDAMENTAL  
ANOS INICIAIS



**A REPRODUÇÃO**

**ANUAL**

**EDUCAÇÃO  
FÍSICA**



UNIDADE  
**3**

**Um por todos e todos por um!**



Imagens: Shutterstock/Latinstock, Muzsy/Shutterstock/  
Latinstock, © Olga Sapegina - Fotolia.com, LightFieldStudios



Imagens: Mauricio Graiki; adamkaz



# O desafio é cooperar!

UM POR TODOS E TODOS POR UM!



FIQUE SABENDO

## Cooperar é bom!

Em vez de competir, vamos juntos **cooperar**! Esse é o principal desafio desta unidade!

© Azoteia - Fotolia.com



Cooperação: processo em que os objetivos são comuns e as ações são benéficas para todos.

Vamos conhecer o **primeiro nível da cooperação**. Ele é muito importante. Quer mesmo saber?

Primeiro é necessário **cooperar consigo mesmo!**

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



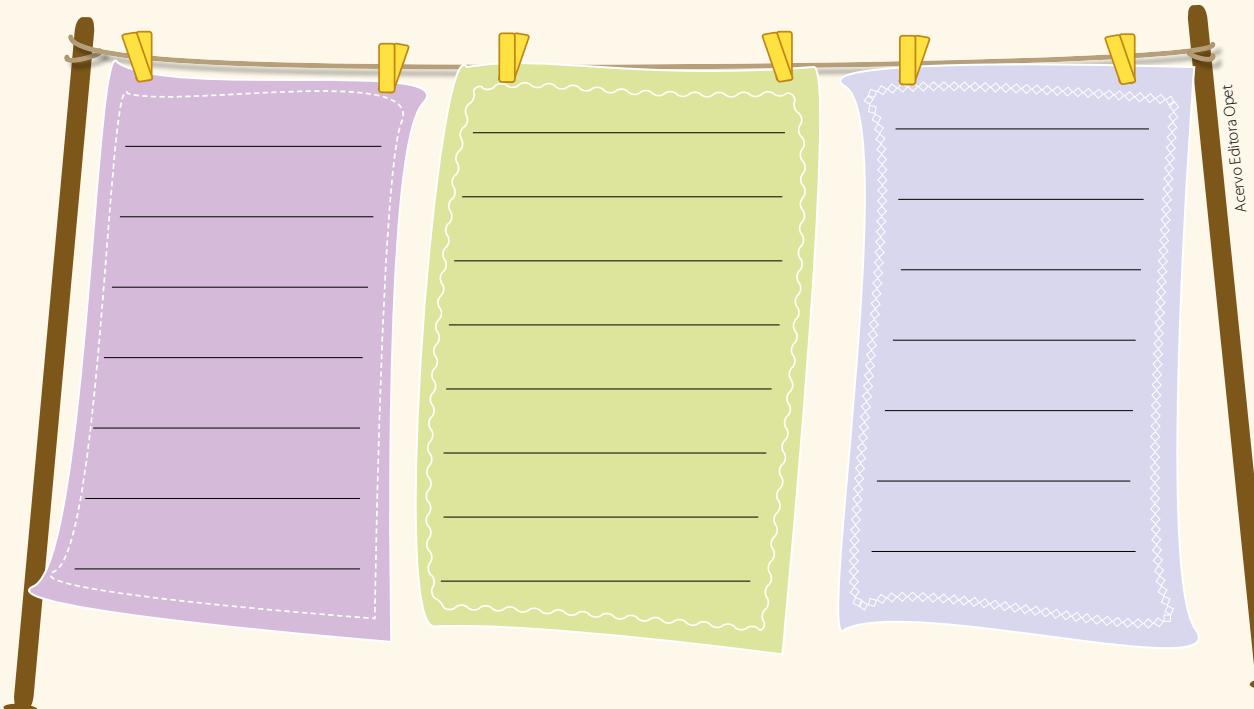
**É hora de parar e pensar...** Depois, troque ideias com os colegas sobre estas questões:

- Cuido da minha saúde?
- Como está minha alimentação?
- Pratico atividades físicas?
- Sou organizado? Cuido das minhas coisas?
- Cumpro as minhas obrigações em casa e na escola?

Quando você toma atitudes como estas – cuidar da saúde, da alimentação, do corpo, das suas coisas – está cooperando consigo mesmo, colaborando para o seu próprio bem-estar é felicidade.



Registre três ações que pratica para cooperar consigo mesmo. Essas ações podem estar relacionadas à higiene, à saúde e ao lazer.





## VAMOS EXPERIMENTAR

### João confiança

Agora vamos experimentar o **segundo nível da cooperação**.

#### Prática

Reúna-se em grupo com mais dois colegas.

Um representará o João Confiança, posicionando-se no meio de outros dois colegas, simulando que está caindo de um lado para o outro.

Os dois colegas têm a missão de apoiá-lo com o objetivo de não deixá-lo cair no chão, mantendo sua segurança para que ele possa adquirir confiança nos colegas.

#### Regras

Os colegas que estão cuidando do “João Confiança” não podem deixá-lo cair no chão; por isso, devem ter o cuidado de não empurrá-lo com força.



Marcos Yuji

Depois de experimentar a brincadeira João Confiança, você já sabe qual é o segundo nível da cooperação?

**O segundo nível de cooperação é cooperar com o outro.**



FIQUE SABENDO

PROIBIDA A REPRODUÇÃO

## Viver em harmonia

para vivermos em harmonia, precisamos cooperar com os outros, não é mesmo? Do que adianta eu estar bem, se quem está à minha volta estiver insatisfeito?

Observe esta obra de arte. O que ela representa?



PONTINARI, Candido. *Futebol*. 1935. Óleo sobre tela, 97 x 130 cm. Coleção Particular.

Imagine um jogo entre duas equipes. Uma delas se esquece de que existe outra equipe participando do mesmo jogo. Será que esse jogo vai dar certo?

**Mãe, pai, irmã, irmão, primo, vizinho, avós, amigo, professor e colegas devem cooperar um com o outro nas atividades que estão realizando juntos.**



## VAMOS EXPERIMENTAR

# Letras e símbolos

### Prática

Vamos correr contra o tempo do cronômetro. Vocês têm dois minutos para formar a letra A com seus corpos. Usem a criatividade. Todos precisam participar para a tarefa ser cumprida com sucesso.

O jogo continua com o sorteio de outras letras do alfabeto e sinais de pontuação, como ponto de interrogação, ponto-final, vírgula, dois-pontos, entre outros.



### Regras

Use e abuse da sua criatividade, mas respeite os colegas e o tempo definido pelo professor.

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



**FIQUE SABENDO**

## Você sabe o que significa grupo?

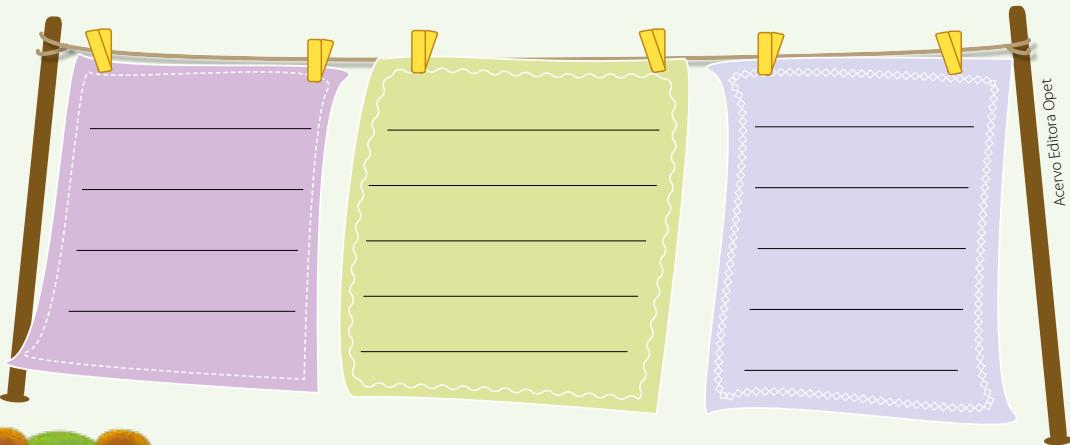
Quando estamos reunidos com vários colegas para realizar uma atividade comum, podemos ser chamados de grupo. É isso mesmo! A nossa turma forma um grupo e, para que todos possam alcançar seus objetivos, é preciso cooperar uns com os outros.

**O TERCEIRO NÍVEL DA COOPERAÇÃO  
É COOPERAR COM O GRUPO.**



**ORGANIZE AS IDEIAS**

Como você coopera com o seu grupo de convivência?



Acevov Editora Opet



**FAÇA VOCÊ MESMO**



**Plante uma árvore ou faça uma pequena horta!**

**Peça ajuda para os seus familiares e, juntos, aproveitem para exercitar a cooperação em grupo.**

**PROIBIDA A REPRODUÇÃO**



## FIQUE SABENDO

### Cooperar com todos

O desafio é cooperar com as pessoas que estão fora da escola ou que não são da sua turma! Será que é fácil cooperar com alguém que não conhecemos?

Algumas ações possíveis:

- deixar a sala de aula arrumada para a próxima turma;
- ao encontrar um objeto que não lhe pertence, leve-o ao setor de achados e perdidos da escola;
- recolha do chão algo que caiu da mão de alguém;
- cumprimente seus amigos e familiares.

Você pode praticar essas ações em seu dia a dia.

**O QUARTO NÍVEL DE COOPERAÇÃO É  
COOPERAR COM TODAS AS PESSOAS.**



## BATE-PAPO

**J** Você já viu alguém ajudar um deficiente visual a atravessar a rua? Já deu seu lugar no ônibus para um idoso? Já participou de campanhas solidárias?



Marcos Yuki

Às vezes, você não percebe que suas atitudes podem fazer a diferença. Por isso, o jeito é prestar mais atenção aos cuidados que se deve ter no ambiente escolar e com as pessoas. Pensando nisso, escreva em seu caderno algumas atitudes de cooperação.



## VAMOS EXPERIMENTAR



# Salve-se com um abraço

## Material necessário

- Bexiga

## Prática

Este é um jogo de perseguição! Três colegas assumem a função de pegar e os demais fazem o papel de fugitivos.

Os pegadores possuem um balão em suas mãos. Ao encostá-lo no corpo de alguém, este assume a função de pegador. Para que o jogo fique mais interessante, a turma pode escolher a parte do corpo para encostar o balão, como as costas ou o peito.

Para não ser pego, você pode abraçar um colega que esteja passando perto na hora do apuro.

Este colega será o pique.

## Regras

Os participantes devem correr sempre individualmente. O tempo do abraço, que deve ser rápido, deve ser definido pela turma antes de iniciar o jogo.



Marcos Yui



## HORA DE PRATICAR

## Testando a cooperação

### Material necessário

- Bola

### Prática

Agora, vamos exercitar a cooperação por meio de um jogo. Faça uma roda com todos os alunos da turma. O objetivo é chegar ao número de 21 passes com a bola.

Formem um círculo. O primeiro que lançar a bola fala o número **um**; a partir daí a contagem é na sequência crescente dos números.

Se um dos participantes se deslocar, esquecer de contar ou trocar o número da contagem, o jogo deve recomeçar.

### Regras

Você deve ficar parado, seus pés não podem se mexer e não vale jogar a bola para o colega do seu lado direito ou esquerdo, você deve jogar a bola para frente.

**Boa sorte e  
boa cooperação!**



# Piruetas e mais piruetas!



FIQUE SABENDO

## Você já foi ao circo?

A arte circense faz parte do **patrimônio cultural** de um povo. Pessoas do mundo todo procuram o circo como fonte de lazer e diversão.

A história do circo é muito antiga! As primeiras manifestações circenses aconteciam nas ruas, onde as pessoas se apresentavam como forma de sobrevivência. Só depois é que a lona colorida do circo passou a ser utilizada.

As principais atrações do circo são as acrobacias, os malabarismos, as mágicas e os palhaços.

Você sabe o significado da palavra **itinerante**? O circo é considerado itinerante porque muda de cidade o tempo todo.



Conjunto de bens materiais e imateriais que contam a história de um povo por meio dos costumes, comidas típicas, religiões, lendas, cantos, danças, linguagem, superstições, rituais etc.

Algo que não é fixo, que se desloca, de tempos em tempos, entre diferentes lugares.

© Alex Mendes - Fotolia.com



## Vamos conhecer o palhaço Piolin?

Abelardo Pinto, conhecido como Piolin, nasceu em Ribeirão Preto, São Paulo, em 27 de março de 1897, no Circo Americano, de propriedade de seu pai.

Como todo artista de família tradicional circense, o jovem Abelardo aprendeu acrobacia, ciclismo, contorção e estudou música. Tocava violino e bandolim.

Piolin herdou o circo do pai e, com seus sobrinhos e filhos, o manteve, no largo do Paissandu, em São Paulo, por mais de trinta anos, batizando-o de Circo Piolin.

O nome Piolin, que significa barbante, surgiu durante um espetáculo benéfico em que contracenava com artistas espanhóis. Foi uma brincadeira devido ao fato de o palhaço ser magro e ter as pernas compridas.

O palhaço Piolin faleceu em São Paulo, no dia 4 de setembro de 1973.



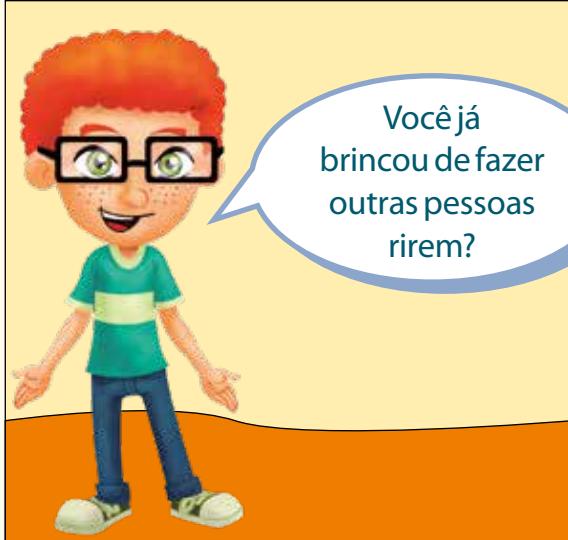
Piolin, um dos mais queridos palhaços brasileiros.

Disponível em: <[http://www.vivabrazil.com/palhaco\\_piolin.htm](http://www.vivabrazil.com/palhaco_piolin.htm)>. Acesso em: 1 abr. 2019.  
(Adaptado).

PROIBIDA A REPRODUÇÃO



## HORA DE PRATICAR



Você sabe fazer uma careta bem feia ou engraçada?



Agora iremos fazer um jogo em que você marca pontos quando conseguir fazer o colega dar risada. Para isso, não vale encostar no colega e nem falar. Você pode utilizar apenas os sons e os gestos, usando a máscara que está na **página 2** do Material de Apoio.

Em um segundo momento, reúna-se com os colegas e façam um círculo.



© Rafael Santos

Apenas um colega poderá ficar no centro, fazendo graça e tentando fazer alguém dar risada. Quem rir vai para o meio do círculo.

## VAMOS EXPERIMENTAR



## Qual é o movimento?

### Materiais necessários

- Colchonete
- Caixa de papelão
- Revistas



### Prática

Pesquise, em revistas, jornais e internet, imagens de pessoas dando cambalhotas, rolando sobre objetos, ficando em apoios. Recorte algumas dessas imagens e entregue ao professor.



Em seguida, organizem a turma em quatro grupos, cada um posicionado em um dos cantos da sala de aula. As imagens coletadas devem ficar dentro de uma caixinha, no centro da sala de aula, com alguns colchonetes.

### Regras

Um aluno de cada vez vai ao centro e sorteia uma imagem. Se um dos componentes do seu grupo conseguir fazer o movimento representado na imagem, a equipe ganha um ponto. No final do jogo, a turma deve verificar o grupo que conseguiu fazer o maior número de movimentos.



QUER SABER MAIS?

## Você já ouviu falar sobre o Cirque du Soleil?

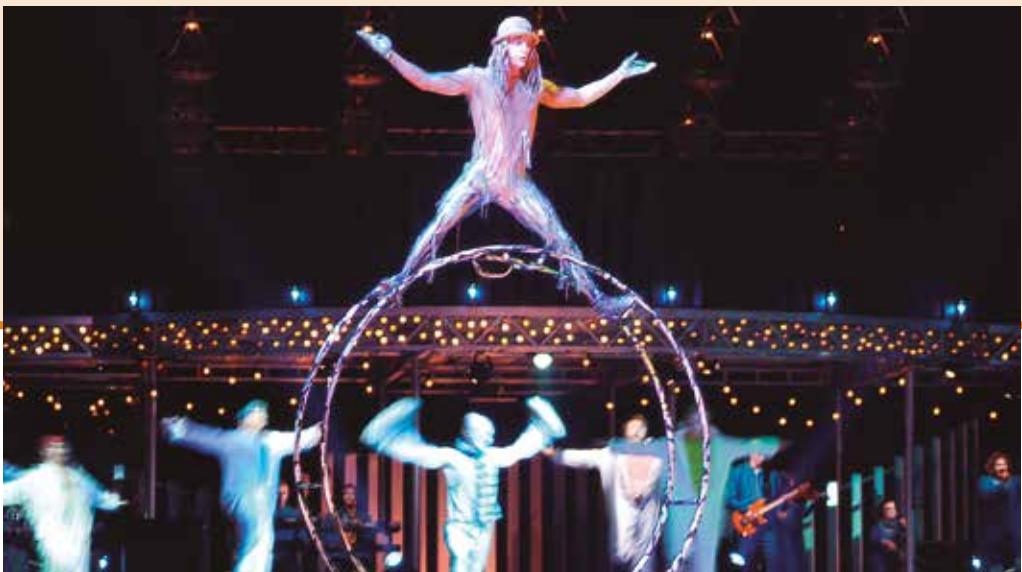
O Cirque du Soleil surgiu no Canadá, por volta de 1984. Foi fundado por Guy Laliberté, que começou sua trajetória como artista de rua.

Com apresentações ousadas e inovadoras, o grupo, que começou com 20 artistas, reinventou a arte circense, conquistou fama internacional e se tornou uma das maiores companhias circenses do mundo.

Seus espetáculos, que envolvem performances acrobáticas, atuações, danças e muita criatividade, já foram vistos por milhões de pessoas no mundo todo.

Hoje, o Cirque du Soleil emprega milhares de artistas, de diversas nacionalidades, e possui vários espetáculos em atuação, em diferentes países.

Para saber mais sobre este fascinante circo, acesse: <<http://www.cirquedusoleil.com/pt/home.aspx#/pt/home/americas/brazil.aspx>>.



Randy Miramontez/Shutterstock/Latinstock