

## Sumário

# Teoria e Metodologia da Educação Física

- Apresentação
- Introdução
- 1.1 Psicomotricidade
- 1.2 O Desenvolventismo
- 1.3 Como as mudanças acontecem ao longo do tempo
- 2 - Os conteúdos da Educação Física nos Anos Iniciais
- 2.1 Os Conteúdos da Educação Física nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental
- 2.2 As brincadeiras e os jogos
- 2.3 Esportes, ginásticas, danças e lutas
  - 2.3.1 Esportes
  - 2.3.2 Ginástica
  - 2.3.3 Dança
  - 2.3.4 Lutas
- Jogos de oposição
- Considerações Finais
- Referências

Angelo Juliano Carneiro Luz



## Apresentação

Caros leitores, neste *e-book* estão organizadas orientações, sugestões e atividades pautadas em opções metodológicas de ensino da educação física na educação infantil e ensino fundamental, nas quais o trabalho com os conteúdos não se esgota.

A necessidade de estruturar um trabalho pedagógico na educação física escolar tem pressupostos nas teorias pedagógicas que sustentam o ato educativo, portanto pautar o trabalho nos conteúdos definidos na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e demais aparatos legais e sua interlocução com os conhecimentos referentes ao corpo, ao contexto social, à escola e ao indivíduo é ação fundamental para vivência, experimentação e fluência das práticas corporais na educação física.

Nesse sentido o material está dividido em dois momentos que fornecem informação sobre os conteúdos elencados em metodologias de ensino da educação física e as manifestações corporais enquanto cultura corporal de movimento e do desenvolvimento da criança.

Há que compreender esses caminhos teóricos com a compreensão de uma estreita relação entre o planejamento da escola e do ensino e a articulação com a atuação docente, nos diferentes ambientes culturais em que ocorrem.



É na construção de um planejamento sistematizado que os conteúdos da educação física revelam a importante contribuição dessa área de conhecimento na escola, pois possui processos de ensino refinados pela teoria e formalizados nas decisões docentes e nas propostas que provocam a atuação consciente e crítica do ser humano/corpo no mundo.

Boa leitura!

Prof. Angelo Juliano Carneiro Luz



## Introdução

O *e-book* apresenta 2 unidades articuladas com questões importantes sobre o desenvolvimento motor e cognitivo e a educação física. Objetivo do material é apresentar questões práticas e situar o professor-pedagogo nas muitas possibilidades de trabalho com a educação física por meio dos conteúdos para a educação infantil e ensino fundamental anos iniciais no sentido de promover a ação docente.

Na 1ª unidade trabalha-se algumas orientações sobre o corpo, a cultura e o movimento. Por isso, é fundamental entender que o trabalho desenvolvido na escola, com crianças na educação infantil e no ensino fundamental, está relacionado à Cultura corporal do Movimento.

No ensino da educação física, e no conjunto de conhecimentos pertinentes a essa importante área de atuação, cabe ressaltar que existe um corpo em movimento e em desenvolvimento que se inclui em determinada cultura.

Há um corpo que se move, que pensa e que sente. Então é necessário resgatar alguns aspectos do desenvolvimento humano e organizar o planejamento a partir das diferentes fases da vida em que as crianças de 4 meses a 11 anos estão, para então balizar as escolhas pedagógicas articuladas no ensino-aprendizagem da educação física.



Hoje, a criança é vista como um sujeito de direitos, situado historicamente e que precisa ter as suas necessidades físicas, cognitivas, psicológicas, emocionais e sociais supridas, caracterizando um atendimento integral e integrado da criança. Cabe respeitar todas as dimensões.

Assim, a concepção da criança como um ser particular, com características bem diferentes das dos adultos e, contemporaneamente como portador de direitos enquanto cidadão, é que gera as maiores mudanças na Educação, exigindo do educador uma postura consciente de como realizar o trabalho, atendendo as necessidades enquanto criança e enquanto cidadão.

Algumas singularidades que marcam esta fase da vida explicitam as formas que as crianças desenvolvem, na interação social, para aprender e relacionar-se com o mundo: a grande capacidade de aprender, a dependência em relação ao adulto, o que exige responsabilidade educativa, o desenvolvimento da autonomia e autocohecimento no ato educativo.

Bom Estudo!

## Unidade 1 - Algumas Concepções de Ensino: A Cultura, o Movimento e a Prática

Inicia-se a unidade temática com três questionamentos fundamentais para encaminhar a compreensão do trato pedagógico dos conteúdos da educação física de forma crítica:

**Já houve questionamento sobre o papel da educação física na escola?**

**Que importância ela tem na educação das crianças?**

**Que tipos de habilidades e conhecimentos são próprios da educação física?**

As indagações acima são um mapa importante para a atuação com a educação física na educação infantil e nos anos iniciais do ensino fundamental.

Pense nisso!

Então, imerge-se no campo da educação física, tendo como ponto de partida alguns pressupostos norteadores:

Gráfico 1 - Pressupostos norteadores



Fonte: Elaboração própria.



Com esses pressupostos, para Darido (2005, p. 76):

[...] cabe ao professor de Educação Física problematizar, interpretar, relacionar, compreender com seus alunos as amplas manifestações da cultura corporal, de tal forma que os alunos compreendam os sentidos e significados impregnados nas práticas corporais.

Assim de acordo com Tardif (2014, p. 235) o professor é o responsável por organizar o trabalho pedagógico, sendo considerado o “[...] sujeito do conhecimento, um ator que desenvolve e possui sempre teorias, conhecimentos e saberes próprios da sua ação.”

Para tanto, os caminhos metodológicos com as práticas corporais apresentam propostas de trabalhos como a psicomotricidade, o desenvolvimentismo, crítica superadora entre outros.

Para maiores informações sobre as abordagens metodológicas da educação física consulte Francisco de Assis Leite Monteiro:



## Educação Física Escolar

Ao pensar em metodologias, uma possibilidade de trabalho na educação infantil é organizar o trato pedagógico dos conteúdos a partir da educação psicomotora.



Então vamos compreender um pouco sobre essa abordagem. Vamos lá?

### 1.1 Psicomotricidade

- A psicomotricidade – nos últimos anos da década de 1970 foi inicialmente propalada nos programas de escolas especiais.

Algumas características:

- essa concepção visa a formação integral da criança;
- nova fase de preocupação, que extrapola os fundamentos biológicos e do rendimento corporal;
- marco teórico - Autor Jean Le Bouch.
- Ação educativa que ocorre a partir de movimentos espontâneos das crianças e das atitudes corporais, favorecendo a gênese da imagem do corpo, núcleo central da personalidade.
- Valorizar o processo de aprendizagem.

Pautada no desenvolvimento cognitivo, afetivo e motor da criança, pensar em possibilidades de movimento para cada faixa etária.





Alguns estágios do desenvolvimento cognitivo e as possibilidades de movimento, conforme Neto (1999):

**1º - Período sensório motor: 0 – 4 anos**

- Necessidade de movimento exploratório (andar, correr, equilibra-se, suspender, lançar, agarrar etc.);
- atividades livres e jogos espontâneos;
- exploração de materiais e espaços;
- capacidade de expressão motora, desenho, pintura, imitação;

**2º - Inteligência pré-operatória: 4 – 8 anos**

- exploração de espaço, jogos, atividades expressivas, teatralização, imitação;
- tendência à formas globais de movimentos (lutas, velocidades, descobertas, aventuras, etc.)
- atividades de coordenação;
- desejos de práticas pré-desportivas;

**3º - Inteligência concreta: 9 -13 anos**

- atividades que favorecem o desenvolvimento das condutas motoras;
- jogos competitivos;
- atividades esportivas;
- movimentos naturais. (1999, p. 104 – 105).



Assim, no desenvolvimento psicomotor observa-se as mudanças no comportamento, que envolve a maturação do sistema nervoso central, a interação com o ambiente e os estímulos dados durante o desenvolvimento da criança.

Nesse sentido é necessário considerar as estruturas psicomotoras: tomada de consciência do corpo ocorre por meio do desenvolvimento e domínio das estruturas psicomotoras, que são:

- esquema corporal;
- coordenação global;
- coordenação motora fina;
- lateralidade;
- equilíbrio;
- orientação espaço-temporal;
- ritmo;
- tônus muscular.

A estruturação do esquema corporal dá-se naturalmente, por meio de jogos e atividades que favorecem a evolução neuropsicológica e, por consequência, a adaptação da criança ao mundo que a cerca.

#### Algumas atividades

- desenhar corpo em papel bobina (atividade de esquema corporal);
- saltar bambolês em forma de amarelinha (atividade de coordenação);
- atividades em trave de equilíbrio, linhas, corda (lateralidade e equilíbrio);



- andar com os olhos vendados (orientação espaço-temporal);
- segurar bastão com apreensão manual e jogos rítmicos (ritmo e tônus-muscular).

Todavia, esses aspectos podem ser trabalhados e, para conseguir um esquema corporal bem estruturado, é necessário levar a criança a:

- adquirir consciência global de seu corpo;
- identificar e localizar as partes do corpo;
- descobrir diferentes posições do corpo;
- dominar o ato respiratório;
- perceber a simetria corporal;
- tomar consciência do sistema muscular e ósseo.

Sugestão de Leitura - LE BOUCH, J. **Educação psicocinética na idade escolar**.  
Porto Alegre: Artmed, 1987.

#### Sugestões de Atividades para Aula

- iniciar a preparação;
- exercícios respiratórios;
- vamos falar o a e i o u;



- alongamento dos membros superiores e inferiores;
- música – cabeça, ombro, joelho e pé e minha boneca de lata;
- 1, 2, 3 indiozinhos;
- jogo caçador – em duplas de mão dada, apenas pular com um pé – direito ou esquerdo.

Consultar o Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil volume 3 – conhecimento de mundo.



### Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil

Nesse processo, a educação poderá auxiliar o desenvolvimento das capacidades de apropriação e conhecimento das potencialidades corporais, afetivas, emocionais, estéticas e éticas, na perspectiva de contribuir para a formação de crianças felizes e saudáveis.” (BRASIL, 1998, p. 23).

Outra possibilidade metodológica é o trabalho pedagógico apresentado pela abordagem desenvolvimentista.

Vamos conhecê-la?



## 1.2 O Desenvolventismo

Para entender melhor o processo de desenvolvimento das crianças há que olhar para dois tipos de mudanças:

1) mudanças quantitativas – referem-se às alterações diretamente mensuráveis. As medidas de crescimento físico, como peso, altura ou de desempenho, estudadas na disciplina Medidas e Avaliação em Educação Física, ou a medida do aumento de uma estrutura, como a do coração, são exemplos de mudanças quantitativas.

2) Mudanças qualitativas – relacionadas à melhoria nas funções. Mudanças típicas do processo maturacional ligadas aos aspectos biológicos, especialmente nos primeiros anos de vida, ou o surgimento de uma nova habilidade, são mudanças qualitativas.

Alguns exemplos de mudanças qualitativas:

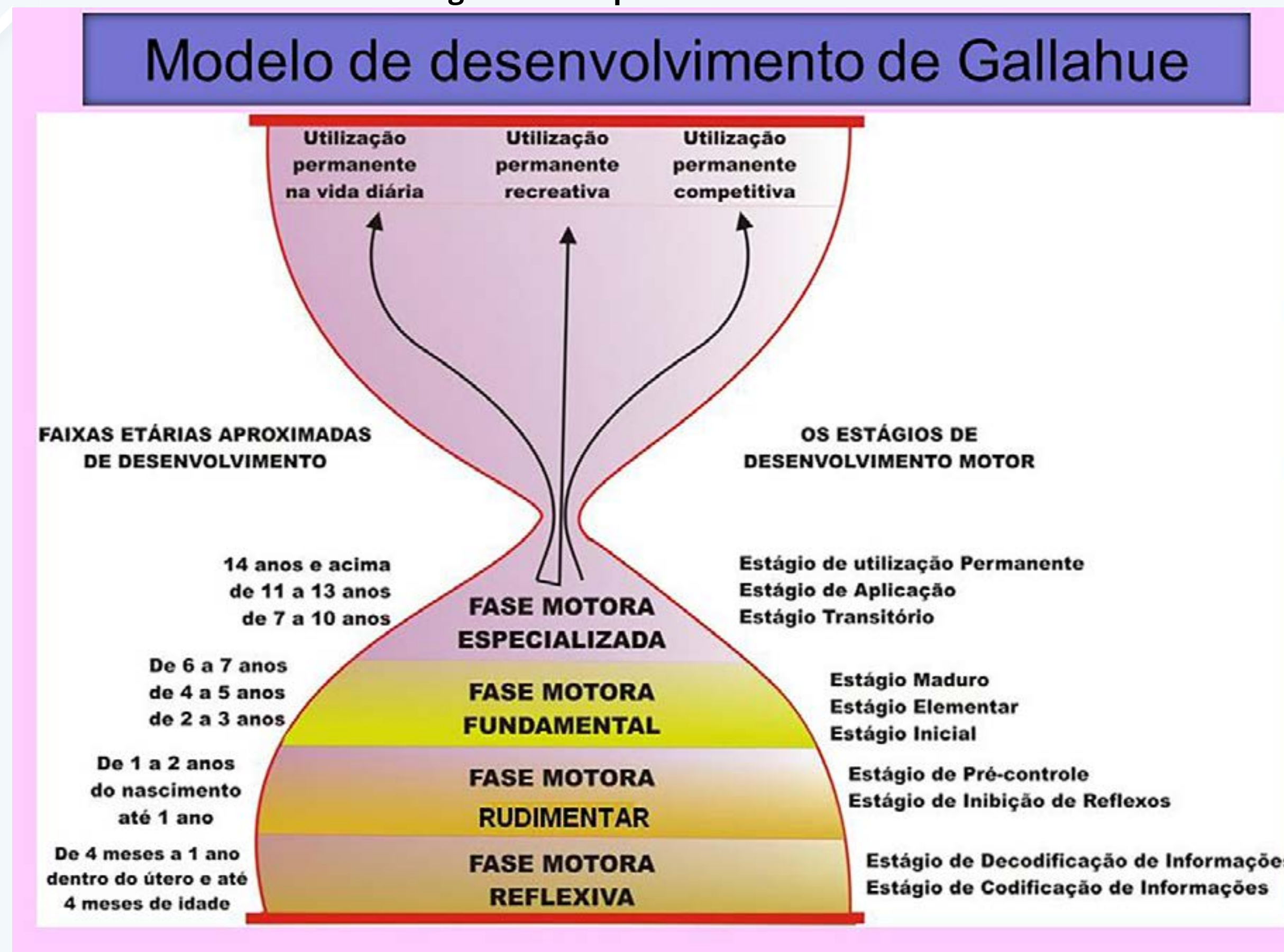
andar, falar, melhorar o funcionamento de um órgão ou sistema, aprender uma nova habilidade como escrever ou chutar uma bola. (PAPAGLIA, OLDS e FELDMAN, 2009).

## 1.3 Como as mudanças acontecem ao longo do tempo

1) Modelos tipo fase / estágio – para as teorias orientadas na ideia de estágios, as mudanças ocorrem de forma linear, sequencial, contínua e hierarquicamente ordenada. As características típicas de cada estágio aplicadas à determinadas faixas etárias são utilizadas como normas na verificação de estados de desenvolvimento. As teorias de estágio são populares e muito usadas porque proporcionam uma visão ou um quadro geral aplicável à maioria dos indivíduos, embora existam problemas, pois não explicam as diferenças individuais. (GALLAHUE; OZMUN, 2005)

Para compreender melhor, observar a figura 1, de Gallahue e Donnelly (2008), que mostra uma síntese da Educação Física Desenvolvimentista proposta.

Figura 1 - Ampulheta de Gallahue



Fonte: Gallahue e Donnelly (2008).



Com base na ampulheta de Gallahue e Donnelly (2008), há que considerar:

Vários fatores que envolvem capacidades de movimento e performance física interagem de modo complexo com o desenvolvimento cognitivo e afetivo. A variabilidade depende de demandas biológicas, ambientais e da tarefa a ser executada. (GALLAHUE; OZMUN, 2005.)

Nessa perspectiva de aprendizagem é importante adequar o trabalho à diversidade de elementos da cultura.

A criança aprende brincando, mas a aquisição de conhecimentos não é brincadeira. O ensino da educação física é organizado com objetivos que o professor planeja.

Lembre-se - Para organizar o trabalho é fundamental conhecer o material *Referencial Curricular para Educação Infantil*, volume 3, (conhecimento de mundo) – Seção: MOVIMENTO, p. 15 a p. 79.

A reconhecida interrelação entre os aspectos motores, cognitivos e afetivos nessa disciplina possibilita aprendizagens:

- 1- nos aspectos motores, tanto de habilidades motoras fundamentais e especializadas como de atividades físicas que proporcionam aptidões relacionadas à saúde e à performance;
- 2 - nos aspectos cognitivos, relativos ao conhecimento do corpo e do mundo e de aprendizagem de conceitos relacionados ao movimento, às habilidades motoras, à aptidão física e a conhecimentos acadêmicos;

- 3 – nos aspectos afetivos, a melhoria dos componentes do autoconceito e da socialização.

Assistir à entrevista com o prof. David Gallahue:



PhD. David Gallahue na FSG - FSG Comunica 39ª Edição

Figura 2 - Aquisição de habilidades motoras



Fonte: GALLAHUE; DONNELLY, 2008.





Essas categorias de habilidades são centrais à medida que o professor organiza o planejamento com objetivos a trabalhar com atividades de equilíbrio, locomoção e manipulação de uma diversidade de objetos e propostas de ação.

Três características utilizadas para ensinar um indivíduo a adquirir habilidade: a tarefa motora (categoria das habilidades), o indivíduo (faixa etária/cultura) e o ambiental (local/contexto social).

A aquisição de habilidades motoras depende muito das experiências motoras e da prática rotineira, portanto quanto mais se vivencia e pratica determinada tarefa, mais hábil se fica na execução. (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

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

Com tal abordagem, tem-se a opção de operacionalizar circuitos motores:

Para alguns exemplos de exercícios na pré-escola que utilizam circuitos motores:



## Exercícios Pré-escolares



Sugere-se também o trabalho com estafetas. Para executar as atividades, orienta-se a formação de 4 grupos de alunos em formação de fila, para a realização das seguintes atividades:

- 1 – batendo bola de uma fila para outra (direita);
- 2 – batendo bola de uma fila para outra (esquerda);
- 3 – batendo bola de costas;
- 4 – batendo bola com a troca de mãos.

Nessas dinâmicas de trabalho varia-se uma infinidade de exercícios com bola ou sem bola, com outros materiais como bambolês, utilizando deslocamentos variados, com corrida ou sem corrida, sugerir novas formas de passar a bola, jogar a bola, ou lançá-la. Usando a criatividade, propicia-se aos alunos diferentes experiências motoras.



## Unidade 2 - Os conteúdos da Educação Física nos Anos Iniciais

A partir daqui, há interlocuções com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC)

Na BNCC, a educação física é estruturada no campo da linguagem o que põe em relevo o caráter comunicativo da linguagem e da cultura. A cultura funciona como cultura porque é comunicativa e a linguagem melhor cumpre uma função comunicativa quando potencializada pelos códigos culturais, que são, pelo óbvio, compartilhados socialmente (BETTI, 2021).

Então:

Caberia, porém, falar do 'corpo em movimento' como linguagem, que seria o fenômeno primeiro (que alguns denominam 'linguagem corporal'), a partir da qual a EF – como matéria escolar, ou como campo de conhecimento mais amplo, ou como profissão – constrói e reconstrói suas codificações culturais. Então, se a EF como componente curricular vier a desaparecer das escolas, ou se os cursos de graduação e Departamentos de EF forem extintos nas universidades, ou se eventualmente a profissão tornar-se desnecessária, as pessoas continuarão a dançar, a nadar, a lutar judô, a jogar futebol, a correr pelas ruas e parques [...] (BETTI, 2021, p. 3).



Consultar o documento *Base Nacional Comum Curricular* a partir da página 211 no endereço eletrônico:



BNCC

**Atenção:** Os conteúdos programáticos são organizados por contexto regional e municipal, portanto é necessário consultar a legislação da região. No caso do estado do Paraná consultar o *Currículo da rede estadual Paranaense* (Crep).



Currículo da rede estadual Paranaense

Com essa compreensão, agora percorre-se o universo de conteúdos previstos para o ensino da educação física nos anos iniciais do ensino fundamental.



## 2.1 Os Conteúdos da Educação Física nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental

Quadro 1 – Os conteúdos da educação física por unidades temáticas e objetos do conhecimento

UNIDADES TEMÁTICAS	OBJETOS DE CONHECIMENTO	
	1º E 2º ANOS	3º AO 5º ANO
<b>Brincadeiras e jogos</b>	Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional	Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana
<b>Esportes</b>	Esportes de marca Esportes de precisão	Esportes de campo e taco Esportes de rede/parede Esportes de invasão
<b>Ginásticas</b>	Ginástica geral	Ginástica geral
<b>Danças</b>	Danças do contexto comunitário e regional	Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana
<b>Lutas</b>		Lutas do contexto comunitário e regional Lutas de matriz indígena e africana
<b>Práticas corporais de aventura</b>		

Fonte: BRASIL, 2017, p. 223.

Apresenta-se possibilidades de trabalho, que não se esgotam em si mesmas. Cabe ao professor explorar, criar e planejar uma diversidade de outras propostas para além das apresentadas na unidade.



## 2.2 As brincadeiras e os jogos

Marcellino (1987) afirma a necessidade de recuperar o sentido de recreação como *recreare*, que significa criar de novo, dar vida nova, com novo vigor. E seguindo essa trilha, encontra-se na recreação outra possibilidade, diferente da construída historicamente. A recreação é compreendida como maneira de reflexão e de interação consciente com a realidade, o que auxilia no encaminhamento de mudanças. É nesse sentido que acredita-se no trabalho com a recreação, compreendendo-a como a recriação que inclui o divertimento, mas não de uma forma alienada e dominadora, mas numa perspectiva de educação inovadora, que possibilita a criação, a recriação e, também, o divertimento. (SILVA *et al.*, 2011, p. 13).

A recreação é importante conteúdo, nos primeiros anos de vida escolar, portanto a fluência, experimentação e compreensão do conhecimento pertinente a esse elemento cultural é uma ação que requer muita atenção no trato pedagógico das práticas corporais.

Portanto, o professor tem a tarefa de planejar esse conteúdo a partir de critérios bem definidos. O trabalho com a recreação, na escola, vai além da percepção simplista do conteúdo porque não é apenas um momento espontâneo pautado no brincar pelo brincar, é preciso planejar.

Carregado de signos e finalidades definidas pela cultura e pelo planejamento docente, o conteúdo deve ser problematizado e articulado ao projeto de sociedade que se quer construir.



A partir das unidades temáticas a seguir:

- 1º e 2º anos - Brincadeiras e jogos da cultura popular presentes no contexto comunitário e regional;
- 3º, 4º e 5º anos - Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo  
Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana

É necessário que a pesquisa e a problematização façam parte do processo de planejamento.

Tendo isso em vista pensar em possibilidades de atividades:

Para os 1º e 2º anos sugere-se investigar as brincadeiras e jogos regionais, contar a história de como surgiram e permanecem na contemporaneidade, organizar o planejamento para que os alunos experimentem e possam fruir das diferentes manifestações culturais produzidas na história.

Algumas atividades:

- Ciranda-cirandinha;
- Passa anel;
- Coelhoinho sai da toca;
- Alerta;
- Elefante colorido, entre outros;

Implica a apreciação estética das experiências sensíveis geradas pelas vivências corporais, bem como das diferentes práticas corporais oriundas das mais diversas épocas, lugares e grupos. (BNCC, 2017, p. 220)



Para maiores informações assista:



## Brincadeiras e jogos da cultura popular

O objetivo é analisar e organizar brincadeiras e jogos regionais e comunitários, então há que investir em atividades que façam referência ao contexto local (municipal) e regional (estado).

Para o 3º, 4ºs e 5º anos - Brincadeiras e jogos populares do Brasil e do mundo  
Brincadeiras e jogos de matriz indígena e africana

Agora a pesquisa é ampliada para outras culturas, portanto, se organize para explorar a diversidade de brincadeiras e jogos no Brasil e no mundo.

Algumas sugestões de atividades:

- Peteca. Brinquedo utilizado: peteca. (pode construir o material com os alunos)
- Cabo de guerra. Materiais utilizados: corda longa e reforçada; giz para riscar o chão.
- Arranca mandioca. Material utilizado: nenhum.
- Jô-quem-pô;





- Esconde-esconde;
- Que horas são?
- Pega rabo;
- Terra-mar;
- Rolar pneu, entre outras.

Para outras opções de jogos e brincadeiras assistir aos vídeos:



Brincadeiras e jogos populares - Disciplina Ninja



Brincadeiras antigas | brinquedos antigos | vídeo educativo | BNCC: EF01HI05 e EF01GE02 - Alfabrinca



Brincadeiras do mundo. IBGE-EDUCA



Roda Africana - DVD As melhores brincadeiras da palavra cantada



Para saber mais sobre os jogos e brincadeiras indígenas consultar o site:



## Centro de Referência em Educação Integral

### 2.3 Esportes, ginásticas, danças e lutas

A opção de trabalhar com os conteúdos esportes, ginásticas, danças, lutas em uma seção específica destaca a transversalidade das brincadeiras e jogos no desenvolvimento das atividades propostas, contudo as especificidades de cada conteúdo não sugerem valor qualitativo em relação ao seu trato pedagógico porque todos os conteúdos são fundamentais.

A seguir vamos conhecer os conteúdos da educação física por unidades temáticas e objetos do conhecimento – Esportes, Ginásticas, Danças, Lutas.

Verifique os conteúdos previstos na BNCC, a partir das unidades temáticas e dos objetos de conhecimento, conforme quadro 1 deste capítulo – “Os conteúdos da educação física por unidades temáticas e objetos do conhecimento.”



### 2.3.1 Esportes

O conteúdo esporte é um fenômeno cultural muito popular, por isso seu ensino tem boa aceitação. Contudo, nesse período escolar, é necessário compreender o trabalho pedagógico mediante a organização de atividades que permitam aos alunos experienciarem, fluírem, compreenderem as possibilidades de práticas corporais por meio dos movimentos das diferentes modalidades esportivas.

Portanto a BNCC organizou o trabalho com a classificação:

#### **1º e 2º ano**

- **Esportes de Marca:** conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos (patinação de velocidade, todas as provas do atletismo, remo, ciclismo, levantamento de peso etc.).
- **Esportes de Precisão:** conjunto de modalidades que se caracterizam por arremessar/lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico, estático ou em movimento, comparando-se o número de tentativas empreendidas, a pontuação estabelecida em cada tentativa (maior ou menor do que a do adversário) ou a proximidade do objeto arremessado ao alvo (mais perto ou mais longe do que o adversário conseguiu deixar), como nos seguintes casos: bocha, curling, golfe, tiro com arco, tiro esportivo etc. (BNCC, 2017, p. 216)



### **3º, 4º e 5º ano**

- Esportes de Campo e taco: categoria que reúne as modalidades que se caracterizam por rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola, e, assim, somar pontos (beisebol, críquete, softbol etc.).
- Esportes Rede/quadra dividida ou parede de rebote: reúne modalidades que se caracterizam por arremessar, lançar ou rebater a bola em direção a setores da quadra adversária nos quais o rival seja incapaz de devolvê-la da mesma forma ou que leve o adversário a cometer um erro dentro do período de tempo em que o objeto do jogo está em movimento. Alguns exemplos de esportes de rede são voleibol, vôlei de praia, tênis de campo, tênis de mesa, badminton e peteca. Já os esportes de parede incluem pelota basca, raquetebol, squash etc.
- Esportes de Invasão ou territorial: conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/ campo defendida pelos adversários (gol, cesta, touchdown etc.), protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo (basquetebol, frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei sobre grama, polo aquático, rúgbi etc.). (BNCC, 2017, p. 216)



## ATENÇÃO!

Nessa etapa de ensino o professor conduz o processo de ensino respeitando as etapas do desenvolvimento motor e cognitivo do aluno, mediante as seguintes questões:

### **O QUE ENSINAR DO ESPORTE?**

Deve-se ensinar além do jogo em si, os fundamentos em seu contexto e o entendimento do esporte como um fator cultural (por consequência, humano), estimulando sentimentos de solidariedade, cooperação, autonomia e criatividade. Valores éticos, sociais e morais [...] que lhe permita viver consciente e mais autonomamente possível em qualquer que seja o caminho do esporte escolhido por ele a seguir: o esporte como profissão ou como lazer. (BRASIL, 2004, p.14)

### **PARA QUEM ENSINAR ESPORTE?**

A todos com igualdade de condições.

### **POR QUE ENSINAR ESPORTES NA ESCOLA?**

Para possibilitar uma postura autônoma e crítica diante do fenômeno esportivo.

### **COMO ENSINAR ESPORTES NA ESCOLA?**

A partir de uma metodologia que permite ao educando vivenciar um processo de ensino-aprendizagem, na qual, por meio da possibilidade de exploração, a criança constrói não um gesto motor apenas, mas uma conduta motora, fruto de sua competência interpretativa (SCAGLIA apud BRASIL, 2004, p. 15).

Nesse sentido, apresenta-se a seguir algumas possibilidades de trabalhos com esportes:



Objetivo: Ampliação a visão periférica, a coordenação global e o ritmo.

### Atividades

- Atividade 1 – jogo de invasão com passe – Pegabol – aluno arremessa a bola para trás, os adversários devem cruzar a quadra mediante o bloqueio da equipe adversária.



#### Pegabol

- Atividade 2 – jogo com rede – rede móvel – com bola ou uma bexiga.



#### Jogos lúdicos para voleibol

- Atividade 3 - dividir os alunos em quatro colunas – arremessar uma na parede, com as duas mãos ou 1 mão – definir um alvo.
- Atividade 4 – jogo de parede – 3x3 – arremessar uma bola em um minitrampolim.



#### Conhece o Tchoukball?



- Atividade 5 – jogos com alvo – arremesso de bambolê em um cone.



### Jogo do Bambolê Argola

- Atividade 6 – jogos com taco – Bete-ombro



### Jogo de Bets ou Tacobol - Aprenda a jogar

Assim os alunos vivenciam, experimentam habilidades em diversas situações, aprimorando e organizando paulatinamente os movimentos desse importante conteúdo.

Prever no planejamento a informação sobre a origem dos diferentes esportes, curiosidades e as possibilidades de práticas. O ensino crítico e problematizado faz toda a diferença para o aprendizado dos alunos.



### 2.3.2 Ginástica

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

Para organizar esse conteúdo propõe-se uma série de atividades de equilíbrio, força, ajuste postural, velocidade e a confecção de materiais.

Alguns exemplos a trabalhar:

- saltos;
- estrelas;
- rolamentos;
- paradas de mão;
- pontes;
- pirâmides humanas;
- malabares;
- tecidos;
- equilibrismo.





Como organizar esses elementos ginásticos:

- propor movimentos de equilíbrio (andar sobre a linha, sobre um banco). O aluno cria diferentes formas de se equilibrar. Solicitar diferentes posições de equilíbrio: como avião, em um pé só, segurando em um colega, sem apoio;
- propor atividades de rolamento para frente (com as pernas flexionadas, com as pernas afastadas, com as pernas unidas e estendidas, passando por dentro de um arco), rolamento para trás, roda e parada de mão;
- realizar saltos sobre um banco, realizar giros, saltitos, saltos para trás e para frente, saltos laterais, entre outros conforme exemplos:
- realizar uma corrida, um salto;
- corrida, salto e giro;
- corrida, rolamento;
- saltito, corrida, salto e equilíbrio.

No conteúdo Ginástica é possível explorar uma infinidade de combinações, o importante é que o aluno esteja preparado para realizar a variedade de atividades propostas.

Para ampliar as possibilidades de atividades consultar os vídeos a seguir:



Metodologia do Ensino da Ginástica Escolar



Ginástica - atividade para Educação Infantil



Ginástica Geral 4º e 5

### 2.3.3 Dança

A unidade temática Danças explora o conjunto das práticas corporais caracterizadas por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções específicas, muitas vezes também integradas a coreografias. As danças são realizadas individualmente, em duplas ou em grupos, duas últimas, as formas mais comuns. Diferentes de outras práticas corporais rítmico-expressivas, elas se desenvolvem em codificações particulares, historicamente constituídas, que permitem identificar movimentos e ritmos musicais peculiares associados a cada uma delas. (BNCC, 2017, p. 218).

- 1º e 2º anos - Danças do contexto comunitário e regional;
- 3º, 4º e 5º anos Danças do Brasil e do mundo Danças de matriz indígena e africana.



A partir desses objetos do conhecimento o professor organiza o planejamento no sentido de propiciar a experimentação, fruição, recriação de diferentes danças do contexto comunitário e regional, de danças do território nacional e do mundo, de matriz indígena e africana.

No desenvolvimento das aulas observar alguns elementos necessários: ritmo, espaço, gestos.

- Rodas cantadas:
- Ciranda-cirandinha;
- Borboletinha;
- O sapo não lava o pé;
- Se essa rua fosse minha;
- Meu limão, meu limoeiro.
- Pesquisar as danças e rodas cantadas da região.

Para mais opções de cantigas consulte:



31 cantigas de roda para brincar com as crianças

### **Planejar brincadeiras rítmicas e expressivas**

As diferentes brincadeiras cantadas e as formas de expressão promovem a comunicação com o corpo. O ritmo e a expressividade permitem conexão com os sentimentos e com o mundo ao redor.



Promover atividades de brinquedo cantado com representação de animais, gestos, histórias, coreografias, entre outras possibilidades.

Consulte os vídeos a seguir para planejar algumas atividades:



Atividades Rítmicas e Expressivas na Educação Física



Dança do Corpo Humano/Corpo e movimento/musicalização



Atividades Rítmicas e Expressivas: Jogos Rítmicos

Sugestão de atividade rítmica de dança africana assistir ao vídeo:



Amarelinha Africana - Impare Educação

Sempre contextualizar, explorar a história da dança, suas características de origem e processos históricos que permitiram sua criação, recriar, modificar e propor modificações para que os alunos produzam novas formas de dançar.



### 2.3.4 Lutas

A unidade temática lutas focaliza as disputas corporais, nas quais os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um determinado espaço, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo do adversário. (BNCC, 2017, p. 218).

Atenção: Esse conteúdo é trabalhado a partir do 3º ano.

Para o 3ª, 4º e 5º ano

- Lutas do contexto comunitário e regional;
- Lutas de matriz indígena e africana.
- Na escola pensar no sentido da aprendizagem e filosofia.

A partir deste conteúdo o professor pode:

- promover o debate social (Violência, brigas de torcidas organizadas);
- trabalhar com conceitos: equilíbrio e desequilíbrio, imobilizações, luta com formato esportivo, histórico.
- propor atividades que possibilitem a ação de movimentos formais e informais das lutas.
- propiciar aos alunos a reflexão de atitudes em relação ao respeito ao outro, a disciplina interna e a formação de caráter.



## Já ouviu falar em jogos de oposição?

### Jogos de oposição

Essa forma de organizar as lutas propicia práticas lúdicas de confronto individual ou coletivo, que ocorrem com regras, espaço, tempo e contexto definidos, porém flexíveis, adaptadas das lutas formais (SANCHES, 2011).

Algumas sugestões de atividades:

Atividades de preparação ou motivação para a temática:

### Aula 1

- Corrida dos animais (o professor solicita que os alunos reproduzam os movimentos de animais como sapo, leão, macaco, caranguejo etc.);
- Pegador com corda (abaixar e pular): os alunos perseguidos pelo caçador, fogem imitando os movimentos dos animais, ao sinal do professor;
- Cabo de guerra
- Cabo de guerra lateral – pedir que os alunos se organizem para o combate – organizar postura corporal e percepção em relação à execução da atividade.



### 2º momento da aula:

- Encenar e definir a postura de montaria em um cavalo.
- Conceituar a postura do cavalo – horse stance - A postura do cavalo é uma postura importante nas artes marciais asiáticas e leva o nome da posição assumida ao montar um cavalo. É chamado *mǎbù* em chinês, *kiba-dachi* em japonês, *kuda-kuda* ou *kekuda* em malaio e indonésio e *juchum seogi* ou *annun seogi* em coreano.

### Atividade final:

- Pula sela.

### Síntese final da aula

O professor solicita que os alunos relacionem os movimentos executados com as lutas que conhecem. Um bom exemplo é a luta *Kung-fu*, desenvolvida a partir da observação dos movimentos de diferentes animais.

### Aula 2

Inicia-se a aula com uma atividade meditativa: de olhos fechados, executar a interiorização prestando atenção na respiração lenta e pausada;

2º momento o professor propõe algumas lutas de oposição.



- Empurrar o adversário para fora do bambolê;
- Com um pé dentro do bambolê – tirar o colega para fora do bambolê;
- Puxar o colega para dentro do bambolê;
- Puxar o colega com uma mão para dentro do bambolê;
- Luta Agachado (briga de galo);
- Virar o corpo do oponente que estará deitado no solo;

**Momento final (roda de conversa):**

Questionar os alunos sobre as dificuldades, possibilidades e a relação com o oponente no momento da atividade.

Os vídeos “Movimentos na escola – as Lutas –parte 1 e 2” abordam a importância de tematizar as lutas no ambiente escolar e explorar o conteúdo em todas as possibilidades de ensino-aprendizagem.



Movimentos corporais nas escolas: As Lutas - Parte 1



Movimentos corporais nas escolas: As Lutas - Parte 2





Para saber mais consulte os materiais:

- Sobre metodologia do ensino de lutas, desmistificando posicionamentos e as dimensões do conteúdo para o ensino de lutas assista:



Os desportos de combate nos programas de Educação Física

Alguns exemplos de atividades que propiciam a vivência das lutas/artes marciais nas aulas de educação física escolar:



Lutas na Educação Física Escolar - Atividades Recreativas e Lúdicas



Comunidade Escola - Jogos de Oposição



Capoeira na escola - Seminário realizado na Faculdade de Educação da USP



Atividade recreativas nas aulas de Capoeira em Araucaria, Prof Canarinho



Aula de Capoeira para as crianças da FENASE. Mestre Buzina



Brincadeiras pedagógicas - Capoeira Angola



Lutas indígenas



### **ATENÇÃO:**

A BNCC apresenta entre as páginas 224 e 229 uma seção denominada “Unidades temáticas, objetos de conhecimento e habilidades”. É fundamental consultar a previsão de ensino e habilidades relacionadas no documento.

Assim, termina-se a imersão no mundo dos conteúdos da educação física e das práticas corporais na educação infantil e ensino fundamental, desejando-lhes um bom trabalho.

## **Considerações Finais**

Espera-se que o material possibilite encaminhar procedimentos de atuação docente coerente com as necessidades, faixas etárias e os conteúdos definidos para as etapas de ensino correspondentes. A articulação entre o saber pedagógico e os conhecimentos apresentados não se esgotam no material, que oferece trilhas traçadas para o início da organização do trato pedagógico da educação física e das práticas corporais culturalmente produzidas pela humanidade.

Sucesso e boas reflexões.



## Referências

BETTI, M. **As três semióticas e a Educação Física como linguagem**. Conexões, Campinas: v. 19, 2021.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**: Educação é a base, 2017.

BRASIL. Comissão de Especialistas de Educação Física. Dimensões pedagógicas do esporte – Brasília: Universidade de Brasília/CEAD, 2004. Caderno 2.

BRASIL. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil**, 1998. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei\\_vol1.pdf](http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/rcnei_vol1.pdf)

DARIDO, S. C. (org.). **Educação Física na escola**: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

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

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2005.

LE BOULCH, J. **Educação psicomotora**: psicocinética na idade escolar. Porto Alegre: Artmed, 1987.

NETO C. A. F. **Motricidade e jogo na infância**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.

PAPALIA, D. E., OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano** 8. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.

SANCHES, A. B. (coord.). **Educação Física à distância**: módulo 7. Brasília: UNB, 2011.

SILVA, D. A. da *et al.* **Importância da recreação e do lazer**. Brasília: Ideal, 2011.

TARDIF, M. **Saberes docentes e formação profissional**. 16 ed. Petrópolis: Vozes, 2014.



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE DO PARANÁ - UNICENTRO  
NÚCLEO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA - NEAD  
UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL - UAB

Teoria e Metodologia da Educação Física – Angelo Juliano Carneiro Luz

Maria Aparecida Crissi Knuppel  
**Coordenador Geral UAB**

Sandra Aparecida Machado Polon  
**Coordenador Geral Curso**

Cleber Trindade Barbosa  
**Coordenador Geral NEAD**

Ernando Brito Gonçalves Junior  
**Apoio Pedagógico**

Ruth Rieth Leonhardt  
**Revisão**

Murilo Holubovski  
**Designer Gráfico**

Element5/Unsplash  
**Capa**

Aneeque Ahmed /Nounproject  
Hafiudin/Nounproject  
ProSymbols/Nounproject  
**Ícones**