Osmar Moreira de Souza Júnior
Irlla Karla dos Santos Diniz
Aline Fernanda Ferreira

MODERNA SUPERAÇÃO!

EDUCAÇÃO FÍSICA

MANUAL DO PROFESSOR



VOLUME ÚNICO

ENSINO MÉDIO

MATERIAL DE DIVULGAÇÃO.
VERSÃO SUBMETIDA À AVALIAÇÃO.
PNLD 2026 - ENSINO MÉDIO
Código da coleção:
0011 P26 01 01 201 812

Área de conhecimento:
Linguagens e suas Tecnologias

Componente curricular:
Educação Física

MODERNA

Osmar Moreira de Souza Júnior

Licenciado em Educação Física e mestre em Ciências da Motricidade pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Doutor em Educação Física pela Universidade Estadual de Campinas (SP). Docente da Universidade Federal de São Carlos (SP). Docente nas áreas de Educação e Educação Física em cursos de graduação e pós-graduação no ensino público. Autor de livros didáticos e paradidáticos. Vencedor do Prêmio Jabuti Acadêmico de 2024.

Irlla Karla dos Santos Diniz

Licenciada em Educação Física pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Mestra e doutora em Desenvolvimento Humano e Tecnologias pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Professora há 10 anos do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo – IFSP. Autora de livros didáticos.

Aline Fernanda Ferreira

Licenciada em Educação Física pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Mestra e doutora em Desenvolvimento Humano e Tecnologias pela Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho". Professora de Educação Física na rede pública e autora de livros didáticos.

MODERNA SUPERAÇÃO!

EDUCAÇÃO FÍSICA

VOLUME ÚNICO

ENSINO MÉDIO

Área de conhecimento: Linguagens e suas Tecnologias
Componente curricular: Educação Física

MANUAL DO PROFESSOR

1ª edição
São Paulo, 2024

MODERNA

Edição executiva: Marina Sandron Lupinetti, Millyane M. Moura Moreira
Edição de texto: Andréia Szcypula, Mariane Brandão, Marina Candido, Paulo Nishihara, Sueli Campopiano
Apoio pedagógico: Luiz Gustavo Bonatto Rufino
Assistência editorial: Juliana Madeira
Preparação de texto: Ana Curci, Cibely Aguiar de Souza Sala
Gerência de planejamento editorial e revisão: Maria de Lourdes Rodrigues
Coordenação de revisão: Elaine C. del Nero, Mônica Rodrigues de Lima
Revisão: Ana Cortazzo, Sirlene Prignolato, Tatiana Malheiro, Nancy Helena Dias, Talita Pompeu
Gerência de *design*, produção gráfica e digital: Patricia Costa
Coordenação de *design* e projetos visuais: Marta Cerqueira Leite
Projeto gráfico: Bruno Tonel, Everson de Paula, Vinicius Rossignol
Capa: Everson de Paula, Paula Miranda Santos
Fotos: Atleta lançando disco. © Simonkr/E+/Getty Images
Coordenação de produção gráfica: Aderson Oliveira
Coordenação de arte: Mônica Maldonado, Wilson Gazzoni Agostinho
Edição de arte: Antonio Robertto Bressan
Editoração eletrônica: Ab Aeterno
Coordenação de pesquisa iconográfica: Flávia Aline de Morais
Pesquisa iconográfica: Mariana Zanato
Coordenação de *bureau*: Rubens M. Rodrigues
Tratamento de imagens: Ademir Francisco Baptista, Ana Isabela Pithan Maraschin, Denise Feitoza Maciel, Vânia Maia
Pré-impressão: Alexandre Petreca, Marcio H. Kamoto
Coordenação de produção industrial: Wendell Monteiro
Impressão e acabamento:

Organização dos objetos digitais: Marina Sandron Lupinetti
Elaboração dos objetos digitais: Marina Sandron Lupinetti, Paulo Nishihara

---

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

Souza Júnior, Osmar Moreira de
Moderna superação! educação física / Osmar Moreira de Souza Júnior, Irlla Karla dos Santos Diniz, Aline Fernanda Ferreira. -- 1. ed. -- São Paulo : Moderna, 2024.

Obra em volume único do 1°, 2° e 3° anos do ensino médio.
Componente curricular: Educação física.
Área de conhecimento: Linguagens e suas tecnologias.
ISBN 978-85-16-14143-1 (aluno)
ISBN 978-85-16-14144-8 (professor)

1. Educação física (Ensino médio) I. Diniz, Irlla Karla dos Santos. II. Ferreira, Aline Fernanda. III. Título.

24-227013 CDD-796.07

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação física : Ensino médio 796.07

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.
Todos os direitos reservados.

EDITORA MODERNA LTDA.
Rua Padre Adelino, 758 - Belenzinho
São Paulo - SP - Brasil - CEP 03303-904
Canal de atendimento: 0303 663 3762
www.moderna.com.br
2024
Impresso no Brasil

1 3 5 7 9 10 8 6 4 2

APRESENTAÇÃO

Caro estudante,

Este livro convida você a expandir suas experiências com esportes, jogos, brincadeiras, práticas corporais de aventura, lutas, danças e ginásticas. No Ensino Fundamental, você já deve ter experimentado ao menos algumas dessas práticas corporais. Neste momento, buscaremos aprofundar essas vivências e explorar seus significados, inclusive no campo da vida pessoal e social.

Quando nos movimentamos, diversos símbolos sociais e culturais são colocados em prática, e a Educação Física ajuda a interpretar e a contextualizar essas informações. Reflexões como "O que expresso quando danço passinho?" e "Quais as representações do futebol em nossa cultura?" serão propostas neste livro.

Compreendendo a linguagem como a capacidade humana de articular significados coletivos, convidaremos você a analisar práticas corporais como o *slackline*, o frevo ou o voleibol para além dos gestos técnicos e das ações táticas, percebendo os significados dessas práticas em seus contextos socioculturais.

Você terá contato com estudos e debates e com propostas de experimentação, criação e apreciação estética nos campos social, do lazer, do trabalho e da saúde. Além disso, refletirá, de forma contextualizada com as práticas corporais, sobre preconceitos, valores e estereótipos que circulam na sociedade.

Valorizando e dando visibilidade às diferentes culturas juvenis, cada unidade foi pensada para que você mergulhe em experiências diversas como um *corpo que atua e cria*, *se expressa e resiste*, *performa e se cuida*, *joga e se posiciona*, *representa e se expressa*, *luta e dança*. Um corpo que vivencia, reflete e se expressa por linguagens diversas (corporal, visual, sonora, verbal, escrita e digital).

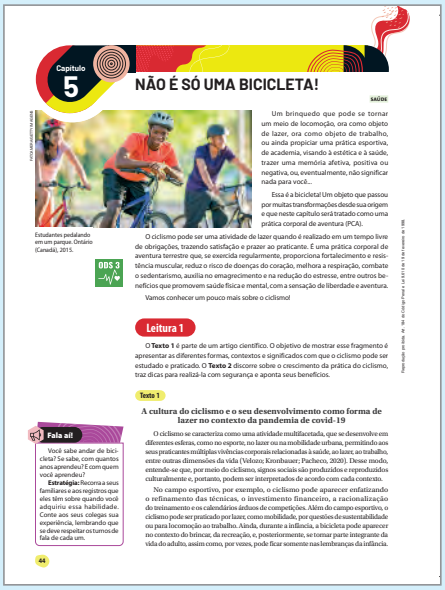
Esperamos que você desfrute as experiências propostas e seja o protagonista deste processo.

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

CONHEÇA SEU LIVRO

Leitura

Nessa seção, os textos propostos são a base para refletir e discutir as práticas corporais, seus valores e significados, em diferentes contextos socioculturais, bem como os estereótipos e preconceitos a elas ligados, para ampliar o espaço dessas práticas na vida cotidiana.



Capítulo 5

NÃO É SÓ UMA BICICLETA!

SAÚDE

Um brinquedo que pode se tornar um meio de locomoção, ora como objeto de lazer, ora como objeto de trabalho, ou ainda propiciar uma prática esportiva, de academia, visando à estética e à saúde, trazer uma memória afetiva, positiva ou negativa, ou, eventualmente, não significar nada para você...

Essa é a bicicleta! Um objeto que passou por muitas transformações desde sua origem e que neste capítulo será tratado como uma prática corporal de aventura (PCA).

Estudantes pedalando em um parque. Ontário (Canadá), 2015.

O ciclismo pode ser uma atividade de lazer quando é realizado em um tempo livre de obrigações, trazendo satisfação e prazer ao praticante. É uma prática corporal de aventura terrestre que, se exercida regularmente, proporciona fortalecimento e resistência muscular, reduz o risco de doenças do coração, melhora a respiração, combate o sedentarismo, auxilia no emagrecimento e na redução do estresse, entre outros benefícios que promovem saúde física e mental, com a sensação de liberdade e aventura.

Vamos conhecer um pouco mais sobre o ciclismo!

ODS 3

Leitura 1

O **Texto 1** é parte de um artigo científico. O objetivo de mostrar esse fragmento é apresentar as diferentes formas, contextos e significados com que o ciclismo pode ser estudado e praticado. O **Texto 2** discorre sobre o crescimento da prática do ciclismo, traz dicas para realizá-la com segurança e aponta seus benefícios.

Texto 1

A cultura do ciclismo e o seu desenvolvimento como forma de lazer no contexto da pandemia de covid-19

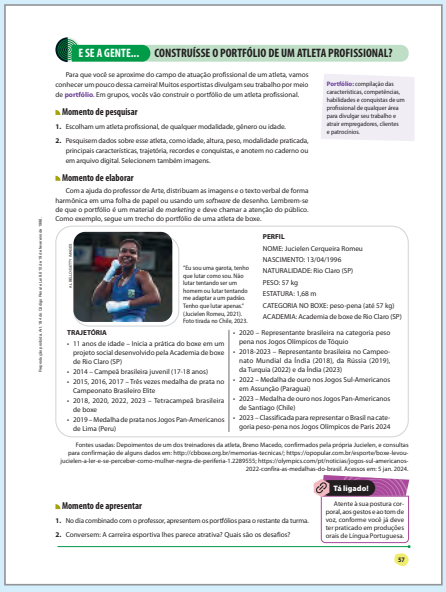
O ciclismo se caracteriza como uma atividade multifacetada, que se desenvolve em diferentes esferas, como no esporte, no lazer ou na mobilidade urbana, permitindo aos seus praticantes múltiplas vivências corporais relacionadas à saúde, ao lazer, ao trabalho, entre outras dimensões da vida (Velozo; Kronbauer; Pacheco, 2020). Desse modo, entende-se que, por meio do ciclismo, signos sociais são produzidos e reproduzidos culturalmente e, portanto, podem ser interpretados de acordo com cada contexto.

No campo esportivo, por exemplo, o ciclismo pode aparecer enfatizando o refinamento das técnicas, o investimento financeiro, a racionalização do treinamento e os calendários árduos de competições. Além do campo esportivo, o ciclismo pode ser praticado por lazer, como mobilidade, por questões de sustentabilidade ou para locomoção ao trabalho. Ainda, durante a infância, a bicicleta pode aparecer no contexto do brincar, da recreação, e, posteriormente, se tornar parte integrante da vida do adulto, assim como, por vezes, pode ficar somente nas lembranças da infância.

Fala aí!

Você sabe andar de bicicleta? Se sabe, com quantos anos aprendeu? E com quem você aprendeu?

Estratégia: Recorra a seus familiares e aos registros que eles têm sobre quando você adquiriu essa habilidade. Conte aos seus colegas sua experiência, lembrando que se deve respeitar os tumos de fala de cada um.



E SE A GENTE... CONSTRUÍSSE O PORTFÓLIO DE UM ATLETA PROFISSIONAL?

Para que você se aproxime do campo de atuação profissional de um atleta, vamos conhecer um pouco dessa carreira! Muitos esportistas divulgam seu trabalho por meio de **portfólio**. Em grupos, vocês vão construir o portfólio de um atleta profissional.

Portfólio: compilação das características, competências, habilidades e conquistas de um profissional de qualquer área para divulgar seu trabalho e atrair empregadores, clientes e patrocínios.

Momento de pesquisar

1. Escolham um atleta profissional, de qualquer modalidade, gênero ou idade.
2. Pesquisem dados sobre esse atleta, como idade, altura, peso, modalidade praticada, principais características, trajetória, recordes e conquistas, e anotem no caderno ou em arquivo digital. Selecionem também imagens.

Momento de elaborar

Com a ajuda do professor de Arte, distribuam as imagens e o texto verbal de forma harmônica em uma folha de papel ou usando um *software* de desenho. Lembrem-se de que o portfólio é um material de *marketing* e deve chamar a atenção do público. Como exemplo, segue um trecho do portfólio de uma atleta de boxe.

"Eu sou uma garota, tenho que lutar como sou. Não lutar tentando ser um homem ou lutar tentando me adaptar a um padrão. Tenho que lutar apenas." (Jucielen Romeu, 2021). Foto tirada no Chile, 2023.

PERFIL

NOME: Jucielen Cerqueira Romeu
NASCIMENTO: 13/04/1996
NATURALIDADE: Rio Claro (SP)
PESO: 57 kg
ESTATURA: 1,68 m
CATEGORIA NO BOXE: peso-pena (até 57 kg)
ACADEMIA: Academia de boxe de Rio Claro (SP)

TRAJETÓRIA

- 11 anos de idade – Inicia a prática do boxe em um projeto social desenvolvido pela Academia de boxe de Rio Claro (SP)
- 2014 – Campeã brasileira juvenil (17-18 anos)
- 2015, 2016, 2017 – Três vezes medalha de prata no Campeonato Brasileiro Elite
- 2018, 2020, 2022, 2023 – Tetracampeã brasileira de boxe
- 2019 – Medalha de prata nos Jogos Pan-Americanos de Lima (Peru)
- 2020 – Representante brasileira na categoria peso pena nos Jogos Olímpicos de Tóquio
- 2018-2023 – Representante brasileira no Campeonato Mundial da Índia (2018), da Rússia (2019), da Turquia (2022) e da Índia (2023)
- 2022 – Medalha de ouro nos Jogos Sul-Americanos em Assunção (Paraguai)
- 2023 – Medalha de ouro nos Jogos Pan-Americanos de Santiago (Chile)
- 2023 – Classificada para representar o Brasil na categoria peso-pena nos Jogos Olímpicos de Paris 2024

Fontes usadas: Depoimentos de um dos treinadores da atleta, Breno Macedo, confirmados pela própria Jucielen, e consultas para confirmação de alguns dados em: http://cbboxe.org.br/memorias-kerricas/; https://ogopular.com.br/esporte/boxe-levou-jucielen-a-ler-e-se-perceber-como-mulher-negra-de-periferia-1.2289555; https://olympics.com/pt/noticias/jogos-sul-americanos-2022-confira-as-medalhas-do-brasil. Acessos em: 5 jan. 2024.

Momento de apresentar

1. No dia combinado com o professor, apresentem os portfólios para o restante da turma.
2. Conversem: A carreira esportiva lhes parece atrativa? Quais são os desafios?

Tá ligado!

Atente à sua postura corporal, aos gestos e ao tom de voz, conforme você já deve ter praticado em produções orais de Língua Portuguesa.

57

E se a gente...?

O objetivo dessa seção é aprimorar os conhecimentos das práticas corporais por meio de uma produção criativa, desdobrada em atividades coletivas ou individuais.



Capítulo 16

POR QUE NÃO PRATICAR O *SKATE*?

Fala aí!

Antes de começar a explorar mais o mundo do skate, conta aí: você é ou gostaria de ser um praticante ou prefere ser um espectador do skate? Justifique sua resposta.

Caso já pratique o skate, conte aos colegas qual foi o motivo que levou você a aderir a essa PCA.

Estratégia: Acompanhe a fala dos colegas e seus argumentos e exponha com calma o que tem a dizer.

A skatista brasileira Raicca Ventura compete por vaga nos Jogos Olímpicos de Paris 2024. Budapeste, Hungria, 2024.

Neste capítulo, vivenciaremos e discutiremos diferentes enfoques dados ao *skate*, prática corporal de aventura (PCA) muito popular no Brasil. É provável que você já tenha presenciado, nas ruas, nas pistas ou em competições, pessoas praticando essa atividade, cuja popularidade, principalmente entre os jovens, tem crescido muito, em particular após a participação de atletas brasileiros na primeira competição de *skate* na Olimpíada de Tóquio. O cenário tem mudado, mas, na história da modalidade, os skatistas sofreram com a veiculação de discursos estereotipados sobre os praticantes e a própria prática, que, muitas vezes, foi associada à marginalidade e a atividades ilícitas.

O que você acha disso? Por que não praticar o skate? Vamos nos posicionar?

BORA PRA QUADRA? *Skate* e *fingerboard*

É lógico!

O registro solicitado exige abstração. É preciso que vocês selecionem, entre os dados pesquisados e chegados, aqueles que são pertinentes a cada item numerado na imagem.

A seguir, experimentaremos alguns movimentos associados à prática do *skate*. Durante a vivência, preste atenção em seu corpo, nos movimentos que realiza, nas capacidades que são demandadas e nos sentimentos que são experimentados.

Antes de mais nada, é importante considerar os **equipamentos de segurança**, lembrando que, nas PCA, é necessário atentar aos cuidados com a integridade física, bem como aos riscos que possam existir, planejando estratégias para minimizá-los.

Em grupos, façam uma pesquisa rápida: quais são os equipamentos de segurança necessários para a prática do skate? Depois, no caderno, indiquem a qual equipamento cada número se refere na imagem a seguir.

144

Atividade 1 – Experimentando o *skate*

Para começar, em trios e utilizando a quadra ou outro espaço conveniente da escola, tentem os movimentos e explorem as posições descritas a seguir. Enquanto um estudante está sobre o *skate*, os outros dois devem auxiliá-lo a cuidar de sua segurança a todo momento. Experimentem andar de um lado para o outro no espaço escolhido. Quem estiver no *skate* deve usar todos os equipamentos de segurança.

a. **Posição inicial**. Suba no *skate* e incline o corpo para a frente e para trás, buscando o equilíbrio corporal sobre ele. Nesse momento, você pode verificar qual é a sua base: regular, com o pé esquerdo à frente e o direito atrás; ou *goofy*, com o pé direito à frente e o esquerdo atrás. A base não está relacionada com o fato de ser destro ou canhoto, e, para descobri-la, você pode experimentar as duas e avaliar em qual você se equilibra melhor. É interessante, nesse momento, escolher uma superfície na qual o *skate* não se desloque, como um gramado ou um tapete.

b. **Subir e descer**. Posicione-se sobre o *skate* com a base escolhida. Você deverá descer a perna de trás ao chão e, depois, colocá-la em cima do *skate* novamente. Repita várias vezes, até verificar que consegue fazer esse movimento com segurança.

c. **Remada**. Na posição de base escolhida, com a perna da frente voltada para o mesmo sentido, coloque a perna de trás no ar bem próxima ao *skate*, com a ponta do pé virada para a frente, e reme repetidas vezes no ar, sem encostá-la no chão. Teste seu equilíbrio durante esse movimento. Quando se sentir seguro, coloque o pé de trás no chão, próximo ao *skate*, e reme uma vez de modo suave para fazê-lo andar; então, coloque o pé de volta sobre o *skate*, até que pare. Ao colocar o pé sobre o *skate*, arrume com cuidado as pernas de modo que as pontas de ambos os pés fiquem voltadas para o lado do *skate* (como na posição inicial) e aprume o corpo.

Para evitar quedas, ao remar, flexione ligeiramente o joelho da perna da frente e deixe o peso do corpo sobre ela; além disso, ao fazer a remada, não deixe a perna de trás muito longe do *skate* e posicione o pé de trás próximo às rodas traseiras quando apoiá-lo de novo. À medida que se sentir mais confiante, aumente o número de remadas.

Representação esquemática de *skate* visto de cima, com posições do pé. (Imagem sem escala.)

Ilustração elaborada com base em: **Skate**: Guia passo a passo ilustrado. São Paulo: Zastras Editora, 2008.

d. **Frear**. Após ter conseguido remar e andar com os dois pés sobre o *skate*, realize o movimento para frear. Reposicione a perna da frente colocando, novamente, a ponta do pé para a frente. Tire a perna de trás do *skate*, encostando a sola do pé devagar no chão, raspando-a até frear o movimento. Cuidado para não fazer o movimento de forma brusca.

Skatista com equipamentos.

ATENÇÃO

Cuidado para não trombarem uns com os outros durante a experiência. O espaço deve ser delimitado em três comedores largos, para que todos tenham liberdade para executar as atividades e diminuir as chances de atrapalhar os colegas.

Quem já souber andar de *skate* pode auxiliar os colegas com dicas que adquiriu em suas experiências.

145

Bora pra quadra?

A seção **Bora pra quadra?** tem em vista o protagonismo juvenil e comunitário ao convidar a traduzir conhecimento conceitual em experiência, propiciando experimentação, uso, apropriação e fruição das práticas corporais, além de reflexão sobre elas – tudo mediado pela construção de valores.

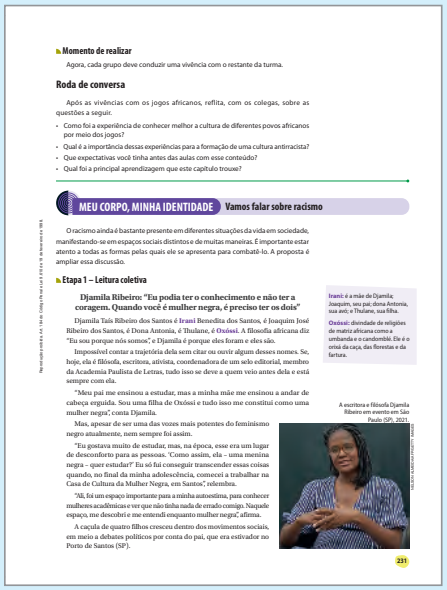
SAÚDE

Selo Tema contemporâneo transversal

Identifica os temas contemporâneos transversais abordados.

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

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



Momento de realizar

Agora, cada grupo deve conduzir uma vivência com o restante da turma.

Roda de conversa

Após as vivências com os jogos africanos, reflita, com os colegas, sobre as questões a seguir.

- Como foi a experiência de conhecer melhor a cultura de diferentes povos africanos por meio dos jogos?
- Qual é a importância dessas experiências para a formação de uma cultura antirracista?
- Que expectativas você tinha antes das aulas com esse conteúdo?
- Qual foi a principal aprendizagem que este capítulo trouxe?

MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE Vamos falar sobre racismo

O racismo ainda é bastante presente em diferentes situações da vida em sociedade, manifestando-se em espaços sociais distintos e de muitas maneiras. É importante estar atento a todas as formas pelas quais ele se apresenta para combatê-lo. A proposta é ampliar essa discussão.

Etapa 1 – Leitura coletiva

Djamila Ribeiro: "Eu podia ter o conhecimento e não ter a coragem. Quando você é mulher negra, é preciso ter os dois"

Djamila Taís Ribeiro dos Santos é **Irani** Benedita dos Santos, é Joaquim José Ribeiro dos Santos, é Dona Antonia, é Thulane, é **Oxóssi**. A filosofia africana diz "Eu sou porque nós somos", e Djamila é porque eles foram e eles são.

Impossível contar a trajetória dela sem citar ou ouvir algum desses nomes. Se, hoje, ela é filósofa, escritora, ativista, coordenadora de um selo editorial, membro da Academia Paulista de Letras, tudo isso se deve a quem veio antes dela e está sempre com ela.

"Meu pai me ensinou a estudar, mas a minha mãe me ensinou a andar de cabeça erguida. Sou uma filha de Oxóssi e tudo isso me constitui como uma mulher negra", conta Djamila.

Mas, apesar de ser uma das vozes mais potentes do feminismo negro atualmente, nem sempre foi assim.

"Eu gostava muito de estudar, mas, na época, esse era um lugar de desconforto para as pessoas. 'Como assim, ela – uma menina negra – quer estudar?' Eu só fui conseguir transcender essas coisas quando, no final da minha adolescência, comecei a trabalhar na Casa de Cultura da Mulher Negra, em Santos," relembra.

"Ali, foi um espaço importante para a minha autoestima, para conhecer mulheres acadêmicas e ver que não tinha nada de errado comigo. Naquele espaço, me descobri e me entendi enquanto mulher negra", afirma.

A caçula de quatro filhos cresceu dentro dos movimentos sociais, em meio a debates políticos por conta do pai, que era estivador no Porto de Santos (SP).

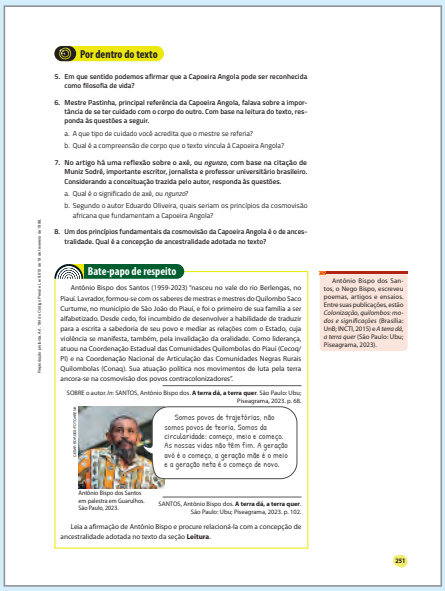
Irani: é a mãe de Djamila; Joaquim, seu pai; dona Antonia, sua avó; e Thulane, sua filha.

Oxóssi: divindade de religiões de matriz africana como a umbanda e o candomblé. Ele é o orixá da caça, das florestas e da fartura.

A escritora e filósofa Djamila Ribeiro em evento em São Paulo (SP), 2021.

Meu corpo, minha identidade

A seção tem como objetivo conectar vida social e experiências discutidas na unidade, propondo reflexões sobre raça, gênero, sexualidade, inclusão, cooperação, entre outros temas que envolvem a forma como as pessoas se diferenciam ou são diferenciadas na sociedade.



Por dentro do texto

5. Em que sentido podemos afirmar que a Capoeira Angola pode ser reconhecida como filosofia de vida?
6. Mestre Pastinha, principal referência da Capoeira Angola, falava sobre a importância de se ter cuidado com o corpo do outro. Com base na leitura do texto, responda às questões a seguir.
   a. A que tipo de cuidado você acredita que o mestre se referia?
   b. Qual é a compreensão de corpo que o texto vincula à Capoeira Angola?
7. No artigo há uma reflexão sobre o axé, ou *nguzo*, com base na citação de Muniz Sodré, importante escritor, jornalista e professor universitário brasileiro. Considerando a conceituação trazida pelo autor, responda às questões.
   a. Qual é o significado de *axé*, ou *nguzo*?
   b. Segundo o autor Eduardo Oliveira, quais seriam os princípios da cosmovisão africana que fundamentam a Capoeira Angola?
8. Um dos princípios fundamentais da cosmovisão da Capoeira Angola é o de ancestralidade. Qual é a concepção de ancestralidade adotada no texto?

Bate-papo de respeito

Antônio Bispo dos Santos (1959-2023) "nasceu no vale do rio Berlengas, no Piauí. Lavrador, formou-se com os saberes de mestres e mestres do Quilombo Saco Curtume, no município de São João do Piauí, e foi o primeiro de sua família a ser alfabetizado. Desde cedo, foi incumbido de desenvolver a habilidade de traduzir para a escrita a sabedoria de seu povo e mediar as relações com o Estado, cuja violência se manifesta, também, pela invalidação da oralidade. Como liderança, atuou na Coordenação Estadual das Comunidades Quilombolas do Piauí (Cecoq/PI) e na Coordenação Nacional de Articulação das Comunidades Negras Rurais Quilombolas (Conaq). Sua atuação política nos movimentos de luta pela terra ancora-se na cosmovisão dos povos contracolonizadores".

SOBRE o autor. *In*: SANTOS, Antônio Bispo dos. **A terra dá, a terra quer**. São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023. p. 68.

Antônio Bispo dos Santos, o Nego Bispo, escreveu poemas, artigos e ensaios. Entre suas publicações, estão *Colonização, quilombos: modos e significações* (Brasília: UnB; INCTI, 2015) e *A terra dá, a terra quer* (São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023).

Antônio Bispo dos Santos em palestra em Guarulhos. São Paulo, 2023.

Somos povos de trogloditismo, não somos povos de teoria. Somos de circularidade: começo, meio e começo. As nossas vidas não têm fim. A geração avó é o começo, a geração mãe é o meio e a geração neta é o começo de novo.

SANTOS, Antônio Bispo dos. **A terra dá, a terra quer**. São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023. p. 102.

Leia a afirmação de Antônio Bispo e procure relacioná-la com a concepção de ancestralidade adotada no texto da seção **Leitura**.

Cuide bem deste livro para que outros colegas possam estudar com ele. Lembre-se de fazer anotações e escrever as respostas no caderno.

Bate-papo de respeito

Com base na fala de alguma personalidade, propõem-se reflexões, troca de ideias e opiniões, de forma contextualizada com as práticas corporais.



Biblioteca cultural

Ilustração de Santidio Pereira para a capa do livro de Antônio Bispo dos Santos.

A contracolonização é a base conceitual de Antônio Bispo na obra, instituindo o modo de vida quilombola como alternativa ao da sociedade colonialista. O autor problematiza o paradigma ocidental eurocristão monoteísta, interpelando, sobretudo, a forma como nos relacionamos com as pessoas e com a terra. Desafiando essa visão demiurgo que intitula como cosmobiba, na medida em que manifesta o medo do cosmos e a busca pela universalidade, Bispo propõe como contraponto a cosmovisão "diversal", ou seja, a superação do enquadramento normativo do mundo, pela perspectiva de integração por uma variedade de cosistemas, idiomas, espécies e reinos. A obra registra a oralidade como saber socialmente qualificado e relevante para a negociação de sentidos sobre temas como clima, energia, trabalho, urbanismo, alimentação etc.

Fala aí!

Considerando a ideia de ancestralidade proposta pelo texto da seção **Leitura**, procure refletir sobre quem você é e de que forma a concepção de tempo circular, que não se restringe ao passado descolado do presente e do futuro, o constitui como sujeito segundo a noção de pertencimento dos que vieram antes e possibilitaram sua existência.

Estratégia: Procure realizar esse processo reflexivo em um momento de paz, sem a interrupção de outras pessoas ou atividades. Para essa reflexão, tente retomar aspectos que compõem sua existência, identificando seus gostos, medos, desejos etc. e, ao mesmo tempo, procure estabelecer relações entre tais aspectos com as lembranças de costumes ou tradições familiares e com seus anseios e projetos pessoais.

Investigue

Leia este fragmento sobre o papel do mestre de capoeira, na perspectiva da ancestralidade tratada no texto da seção **Leitura**.

> O mestre é aquele que é reconhecido por sua comunidade, como o detentor de um saber que encarna as lutas e sofrimentos, alegrias e celebrações, derrotas e vitórias, orgulho e heroísmo das gerações passadas, e tem a missão quase religiosa de disponibilizar esse saber àqueles que o cercam. O mestre corporifica, assim, a ancestralidade e a história de seu povo e assume, por essa razão, a função do poeta, que, através do seu canto, é capaz de restituir esse passado como força imaturadora que irrompe para dignificar o presente, e conduzir a ação construtiva do futuro.

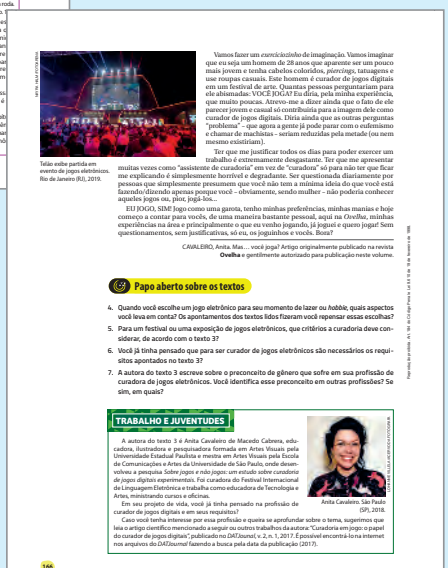
ABIB, Pedro Rodolpho Jungen. **Capoeira Angola**: cultura popular e o jogo dos saberes na roda. Campinas: CMU Unicamp; EDUFBA, 2005. p. 60-61. Adaptado.

Alguns mestres ganham reconhecimento histórico, como Mestre Pastinha e Mes
Bimba, outros podem se tornar referências para grandes coletivos de capoeira
estão espalhados pelo mundo, ou ainda ter seu reconhecimento restrito à comuni
de na qual atuam, mas, em todos os casos, esses mestres representam importan
lideranças. Junte-se a dois colegas e pesquisem sobre a história de algum mestre
capoeira. Lembrem-se de considerar também as mestras de capoeira, trazendo par
cena a representatividade feminina. Apresentem para a turma a história do mestre
mestra pesquisado e, se possível, compartilhem com a comunidade escolar, por m
de uma exposição, todos os mestres e mestras pesquisados pela turma.

Caso alguém da turma conheça algum mestre ou mestra de capoeira, e interess
te convidá-lo para participar de um bate-papo com a comunidade sobre como é
mestre de capoeira e qual a importância dela em nossa sociedade.

Estratégia: Para a pesquisa, pode-se escolher um dos mestres referenciados neste capít
É importante que essa escolha seja feita de forma coletiva, para que não haja coincidên
nas pesquisas entre os diferentes grupos da turma. Outra possibilidade é acessar o ba
de dados de grupos e entidades disponível no site de capoeira do Instituto do Patrimô
Histórico e Artístico Nacional (Iphan).

Ao longo dos capítulos, boxes como **Biblioteca cultural**, **Dica de professor**, **Investigue**, **Fala aí!**, **Trabalho e juventudes**, **Tá ligado!**, entre outros, oferecem ferramentas para que você possa se posicionar criticamente, embasar sua argumentação, sustentar suas escolhas e pensar em seu projeto de vida.



Tatão exibe partida em evento de jogos eletrônicos. Rio de Janeiro (RJ), 2019.

Vamos fazer um *exercício*lio de imaginação. Vamos imaginar que eu seja um homem de 28 anos que aparente ser um pouco mais jovem e tenha cabelos coloridos, *piercings*, tatuagens e use roupas casuais. Este homem é curador de jogos digitais em um festival de arte. Quantas pessoas perguntariam para ele abismadas: VOCÊ JOGA? Eu diria, pela minha experiência, que muito poucas. Atrevo-me a dizer ainda que o fato de ele parecer jovem e casual só contribuiria para a imagem dele como curador de jogos digitais. Diria ainda que as outras perguntas "problema" – que agora a gente já pode parar com o eufemismo e chamar de machistas – seriam reduzidas pela metade (ou sem mesmo existiriam).

Ter que me justificar todos os dias para poder exercer um trabalho é extremamente desgastante. Ter que me apresentar muitas vezes como "assistente de curadoria" em vez de "curadora" só para não ter que ficar me explicando é simplesmente horrível e degradante. Ser questionada diariamente por pessoas que simplesmente presumem que você não tem a mínima ideia do que você está fazendo (fazendo apenas porque você – obviamente, sendo mulher – não poderia conhecer aqueles jogos ou, pior, jogá-los...

EU JOGO, SIM! Jogo como uma garota, tenho minhas preferências, minhas manias e hoje começo a contar para vocês, de uma maneira bastante pessoal, aqui na *Ovelha*, minhas experiências na área e principalmente o que eu venho jogando, já jogué e quero jogar! Sem questionamentos, sem justificativas, só eu, os joguinhos e vocês. Boa?

CAVALEIRO, Anita. Mas... você joga? Artigo originalmente publicado na revista **Ovelha** e gentilmente autorizado para publicação neste volume.

Papo aberto sobre os textos

4. Quando você escolhe um jogo eletrônico para seu momento de lazer ou *hobbie*, quais aspectos você leva em conta? Os apontamentos dos textos lidos fizeram você repensar essas escolhas?
5. Para um festival ou uma exposição de jogos eletrônicos, que critérios a curadoria deve considerar, de acordo com o texto 3?
6. Você já tinha pensado que para ser curador de jogos eletrônicos são necessários os requisitos apontados no texto 3?
7. A autora do texto 3 escreve sobre o preconceito de gênero que sofre em sua profissão de curadora de jogos eletrônicos. Você identifica esse preconceito em outras profissões? Se sim, em quais?

TRABALHO E JUVENTUDES

A autora do texto 3 é Anita Cavaleiro de Macedo Cabreira, educadora, ilustradora e pesquisadora formada em Artes Visuais pela Universidade Estadual Paulista e mestra em Artes Visuais pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo, onde desenvolveu a pesquisa *Sobre jogos e não jogos: um estudo sobre curadoria de jogos digitais experimentais*. Foi curadora do Festival Internacional de Linguagem Eletrônica e trabalha como educadora de Tecnologia e Artes, ministrando cursos e oficinas.

Em seu projeto de vida, você já tinha pensado na profissão de curador de jogos digitais e em seus requisitos?

Caso você tenha interesse por essa profissão e queira se aprofundar sobre o tema, sugerimos que leia o artigo científico mencionado a seguir ou outros trabalhos da autora: "Curadoria em jogo: o papel do curador de jogos digitais", publicado no *DATJournal*, v. 2, n. 1, 2017. É possível encontrá-lo na internet nos arquivos do *DATJournal* fazendo a busca pela data de publicação (2017).

Anita Cavaleiro. São Paulo (SP), 2018.



EDUCAÇÃO MIDIÁTICA

Superexposição na internet

Jovens tirando uma selfie. 2022.

As pessoas adoram postar nas redes sociais fotografias de sua rotina, de seus hobbies e dos lugares que costuma frequentar, entre outros conteúdos. Mas, ao fazer isso, podem expor, sem querer, informações pessoais.

Por exemplo, a imagem de alguém vestindo o uniforme escolar ou vídeos mostrando a rotina podem revelar informações importantes, como o local onde a pessoa estuda, os lugares que frequenta ou de quem está acompanhada. Depois de divulgadas na internet, essas informações podem ser usadas por pessoas mal-intencionadas para a prática de diversas ações ilícitas. Uma delas é o *stalking*, ato de perseguir constantemente uma pessoa, no ambiente digital ou em qualquer outro meio, restringindo sua liberdade e ameaçando sua integridade física ou psicológica.

Outro exemplo de ato ilícito facilitado pela divulgação excessiva de informações é o roubo de identidade. Nesse caso, são usadas informações como nome completo e senhas de redes sociais para criar perfis falsos e, por exemplo, aplicar golpes em pessoas conhecidas da vítima.

Nem sempre é possível controlar quem terá acesso às informações que divulgamos na internet. Uma dica é sempre se perguntar antes de fazer uma publicação: "O que essa postagem revela sobre mim? Essas informações podem ser usadas de modo negativo por outras pessoas?".

Vamos pensar nisso?

1. Você costuma fazer publicações em redes sociais? Se sim, que tipo de conteúdo compartilha?
2. Suas postagens estão disponíveis para visualização pública? Você acha que elas podem ser usadas por pessoas desconhecidas?
3. Como a divulgação de uma fotografia com o uniforme escolar ou de um vídeo da rotina, por exemplo, pode fazer alguém ser de *stalking*?
4. Converse com os colegas e o professor: quais ações você pode tomar para evitar se tornar vítima de superexposição na internet?
5. Observe a imagem que acompanha esta seção. Imagine que ela foi publicada em uma rede social. Observando-a com atenção, o que é possível saber ou deduzir a respeito das pessoas retratadas nela?
6. Se você utiliza redes sociais, faça o seguinte exercício: analise seu perfil e suas últimas publicações, e registre informações pessoais que podem ser descobertas por meio desses conteúdos. Se você não tiver conta em redes sociais, reúna-se com um colega que tenha para analisarem a conta dele. Depois, com toda a turma, discutam se alguém pode estar se expondo em excesso nas redes sociais.
7. *Sites* de jogos *on-line* são muito populares. Que cuidados os jogadores devem tomar para garantir que sua privacidade e suas informações pessoais estejam seguras? Façam uma breve pesquisa.

Conectar e transformar

Você e os colegas discutiram superexposição na internet, especialmente nas redes sociais. Agora, com base no que conversaram, vão realizar uma encenação de enfrentamento a situações decorrentes da vulnerabilidade pelo excesso de exposição nas redes sociais. Para isso, vocês deverão pesquisar situações de *stalking* de atletas.

EDUCAÇÃO MIDIÁTICA

As atividades e reflexões propostas nessa seção associam temas do universo midiático a práticas corporais, buscando contribuir para o uso crítico e responsável de mídias e ferramentas, principalmente as digitais.

OBJETO DIGITAL Carrossel: Esporte e política

Ícone Objeto digital

Identifica os objetos digitais.

FAIXA DE ÁUDIO Jogos eletrônicos

Ícone Faixa de áudio

Identifica as faixas de áudio.

OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

Você sabia que em 2015 foi assinado, na sede da Organização das Nações Unidas (ONU), em NovaYork, nos Estados Unidos, um documento em que 193 países, incluindo o Brasil, se comprometeram a tomar medidas importantes para acabar com a pobreza, proteger o meio ambiente e garantir que as pessoas possam desfrutar de paz e de prosperidade? Trata-se da **Agenda 2030**. Nela, são apresentados **17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável**, os ODS, que determinam metas transformadoras para promover o desenvolvimento sustentável até 2030. Vamos conhecê-los?



Para que a Agenda 2030 seja cumprida no Brasil e no mundo, é necessário promover engajamento e parcerias entre governos, setor privado e sociedade civil. Além disso, o acompanhamento e a avaliação da implementação devem ocorrer em níveis global, nacional e regional.

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

RELEITURA DOS ÍCONES DA ONU POR VINICIUS ROSSIGNOL FELIPE

A seguir, apresentamos cada objetivo da Agenda 2030. No decorrer deste livro, você vai encontrar indicações de ODS sempre que houver propostas, temas ou conceitos relacionados a eles.

ODS 1	ERRADICAÇÃO DA POBREZA	Acabar com a pobreza em todas as formas e em todos os lugares.
ODS 2	FOME ZERO E AGRICULTURA SUSTENTÁVEL	Erradicar a fome, alcançar a segurança alimentar, melhorar a nutrição e promover a agricultura sustentável.
ODS 3	SAÚDE E BEM-ESTAR	Garantir o acesso à saúde de qualidade e promover o bem-estar para todos, em todas as idades.
ODS 4	EDUCAÇÃO DE QUALIDADE	Garantir o acesso à educação inclusiva, de qualidade e equitativa e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos.
ODS 5	IGUALDADE DE GÊNERO	Alcançar a igualdade de gênero e empoderar todas as mulheres e meninas.
ODS 6	ÁGUA POTÁVEL E SANEAMENTO	Garantir a disponibilidade e a gestão sustentável da água potável e do saneamento para todos.
ODS 7	ENERGIA LIMPA E ACESSÍVEL	Garantir o acesso a fontes de energia confiáveis, sustentáveis e modernas para todos.
ODS 8	TRABALHO DECENTE E CRESCIMENTO ECONÔMICO	Promover o crescimento econômico inclusivo e sustentável, com emprego pleno e produtivo e trabalho digno para todos.
ODS 9	INDÚSTRIA, INOVAÇÃO E INFRAESTRUTURA	Construir infraestruturas resilientes, promover a industrialização inclusiva e sustentável e fomentar a inovação.
ODS 10	REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES	Reduzir as desigualdades no interior dos países e entre países.
ODS 11	CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS	Tornar as cidades e comunidades mais inclusivas, seguras, resilientes e sustentáveis.
ODS 12	CONSUMO E PRODUÇÃO RESPONSÁVEIS	Garantir padrões de consumo e de produção sustentáveis.
ODS 13	AÇÃO CONTRA A MUDANÇA GLOBAL DO CLIMA	Adotar medidas urgentes para combater as alterações climáticas e os seus impactos.
ODS 14	VIDA NA ÁGUA	Conservar e usar de forma responsável os oceanos, os mares e os recursos marinhos para o desenvolvimento sustentável.
ODS 15	VIDA TERRESTRE	Proteger, restaurar e promover o uso sustentável dos ecossistemas terrestres, gerir de forma sustentável as florestas, combater a desertificação, reverter a degradação dos solos e preservar a biodiversidade.
ODS 16	PAZ, JUSTIÇA E INSTITUIÇÕES EFICAZES	Promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar o acesso à justiça para todos e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas em todos os níveis.
ODS 17	PARCERIAS E MEIOS DE IMPLEMENTAÇÃO	Reforçar os meios de implementação e revitalizar a parceria global para o desenvolvimento sustentável.

Fonte: ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Sobre o nosso trabalho para alcançar os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável no Brasil**. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br/sdgs. Acesso em: 22 set. 2024.

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

VINICIUS ROSSIGNOL FELIPE

SUMÁRIO

Apresentação 3
Conheça seu livro 4
Objetivos de Desenvolvimento Sustentável 6
UNIDADE 1 – CORPO QUE ATUA E CRIA 11

Capítulo 1 **O esporte pode ser uma experiência política?** 12
Leitura 12
Texto 1: "Evento esportivo não é lugar de manifestação política" 12
Texto 2: "VENI, VIDI, VICI, VINI JR: A construção de um jogador antirracista" 15
Bora pra quadra? – Esporte e política 19
Atividade 1: Jogo do Governo dos Escolhidos 19
Atividade 2: Jogo da Democracia 20
Meu corpo, minha identidade: Visibilizar privilégios, disputar identidades 20

Capítulo 2 **Danças populares: primeiros passos** 23
Leitura 24
"Dança na perspectiva da cultura corporal: da batalha do passinho à batalha do frevo" 24
E se a gente... Construísse um mapa mental? 25
Bora pra quadra? – Preparando o frevo 26

Capítulo 3 **Cultura popular: decifrando as danças** 30
Leitura 30
"Danças populares brasileiras" 30
Bora pra quadra? – Produção de festival de danças populares 32

Capítulo 4 **Basquete: o importante é competir! Será?** 36
Leitura 1 36
"*Draft* da NBA 2023 tem o maior prospecto da história e um único brasileiro na briga" 37
Bora pra quadra? – Torneio de basquete 3 × 3 39
Leitura 2 39
Texto 1: "Como funciona o basquetebol em cadeira de rodas" 39
Texto 2: "Basquete em cadeira de rodas – Cadeira, tabela e jogada" 40
E se a gente... Aplicasse a classificação funcional em um jogo fictício de basquete? 42
Bora pra quadra? – Jogo de basquete com classificação funcional 43

Capítulo 5 **Não é só uma bicicleta!** 44
Leitura 1 44
Texto 1: "A cultura do ciclismo e o seu desenvolvimento como forma de lazer no contexto da pandemia de covid-19" 44
Texto 2: "Dia Mundial da Bicicleta: uso de *bike* cresce 14% no Brasil" 45
Bora pra quadra? – Experimentando o ciclismo 46
Leitura 2 49
"Seis museus brasileiros que contam a história da bicicleta" 49
E se a gente... Promovesse um passeio ciclístico? 51
Meu corpo, minha identidade: Ciclismo paralímpico 53

UNIDADE 2 – CORPO QUE SE EXPRESSA E RESISTE 55

Capítulo 6 **Profissão: atleta** 56
E se a gente... Construísse o portfólio de um atleta profissional? 57
Bora pra quadra? – Peneira para selecionar jogadores e jogadoras de futebol 58
Leitura 59
Texto 1: "O estatuto dos jogadores de futebol" 59
Texto 2: "Profissionalize-se como uma garota?" 60

Capítulo 7 **Não é briga! É MMA!** 64
Leitura 1 64
"Vale tudo? Longe disso. Conheça as regras usadas pelo UFC" 64
Leitura 2 67
"Artes marciais mistas: luta por afirmação e mercado da luta" 67
Bora pra quadra? – Os jogos de lutas 69

Capítulo 8 **Identidades plurais no esporte** 72
Leitura 1 72
"Minorias no esporte?" 72
Bora pra quadra? – Futebol generificado 75
Leitura 2 77
"Mulheres recebem menos na maioria dos esportes" 77
Meu corpo, minha identidade: A reconquista da identidade esportiva roubada 79

Capítulo 9 **A informação que gera aventura** 82
Leitura 1 82
"Como pesquisar em fontes confiáveis e otimizar sua pesquisa?" 82
E se a gente... Construísse um guia para novatos no *trekking*? 83
Leitura 2 85
Texto 1: "Uso de espaços amazônicos e a prática *trekking*" 85
Texto 2: "O que é *plogging*? Como se juntar a essa tendência na próxima vez que sair de férias" 87
Bora pra quadra? – O *trekking* e o *plogging* na prática 88

Capítulo 10 **Danças urbanas: rabisca no passinho** 90
Leitura 91
"'Passinho': conheça a dança reconhecida como patrimônio cultural imaterial do Rio" 91
Bora pra quadra? – Experimentando o passinho 92
E se a gente... Fizesse um *post*-protesto? 96
Educação midiática – Superexposição na internet 99

UNIDADE 3 – CORPO QUE PERFORMA E SE CUIDA 101

Capítulo 11 **Tem esporte na minha comunidade?** 102
Leitura 1 102
"Modelo de classificação dos esportes" 102
Bora pra quadra? – Festival esportivo 104
Leitura 2 107
"Financiamento do esporte e lazer" 107
E se a gente... Produzisse um diagnóstico? 108

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

Capítulo 12 Saúde na juventude: o corpo em movimento ... 110
E se a gente... Construísse um glossário de modalidades da ginástica? ... 110
Leitura 1 ... 113
"Reflexões sobre a saúde do adolescente brasileiro" ... 113
Bora pra quadra? – Capacidades motoras em ação ... 114
Atividade 1 – Aquecendo com fundamentos ginásticos ... 114
Atividade 2 – Ginástica de condicionamento físico: aeróbica ... 114
Atividade 3 – Aumentando a carga ... 116
Leitura 2 ... 116
Meu corpo, minha identidade ... 117

Capítulo 13 Saúde é o que interessa? ... 119
Bora pra quadra? – Ginástica localizada ... 120
Leitura ... 122
Texto 1: "Como conceitos de padrão de beleza mudaram ao longo da história" ... 122
Texto 2: "Gordofobia: um conceito pra entender e eliminar (da sua vida)" ... 123
Bora pra quadra? – Ginástica localizada em ação ... 124

Capítulo 14 É jogo ou esporte? Eis a questão! ... 126
E se a gente... Reinventasse a história do esporte? ... 126
Leitura 1 ... 127
"Os antecessores do esporte moderno na Europa antiga e feudal" ... 127
Bora pra quadra? – Revivendo a sociogênese do esporte ... 129
Leitura 2 ... 129
"Jogos Mundiais Indígenas não são as 'Olimpíadas' dos povos tradicionais" ... 130
E se a gente... Fizesse uma animação em *whiteboard*? ... 132

Capítulo 15 "Kiaaaai!": o grito das lutas ... 134
Leitura ... 134
Texto 1 ... 134
Texto 2: "O significado de *Kiai*" ... 135
Bora pra quadra? – *Kendo* – uma luta de longa distância ... 137
E se a gente... Gritasse? ... 141

UNIDADE 4 – CORPO QUE JOGA E SE POSICIONA ... 143

Capítulo 16 Por que não praticar o *skate*? ... 144
Bora pra quadra? – *Skate* e *fingerboard* ... 144
Atividade 1: Experimentando o *skate* ... 145
Atividade 2: Experimentando o *fingerboard* ... 147
Leitura ... 148
Texto 1: "Das ruas para os Jogos Olímpicos?" ... 148
Texto 2: "*Skate* e surfe: de alvos de preconceito no Brasil a prediletos nas Olimpíadas" ... 149
E se a gente... Produzisse uma charge? ... 151

Capítulo 17 Descobrindo novas aventuras ... 152
Leitura ... 152
Texto 1: "As práticas corporais de aventura nas aulas de Educação Física escolar : uma revisão de escopo" ... 152
Texto 2: "Práticas corporais de aventura na promoção da saúde e bem-estar: o *mountain bike* como expoente" ... 153
Bora pra quadra? – O *slackline* e o *rope swing* ... 155
Atividade 1: Saltando e balançando ... 157
Atividade 2: Subida e balanço na corda ... 158
Atividade 3: Desafio: saltando com duas cordas ... 158
E se a gente... Apreciasse esteticamente esses movimentos? ... 159

Capítulo 18 Virtual *vs* real: a curadoria nos jogos ... 160
Bora pra quadra? – Capturar a bandeira ... 161
Paintball virtual ... 161
Pique-bandeira ... 161
Pique-queima ... 162
Leitura 1 ... 163
Texto 1: "A ciência e os *videogames*" ... 163
Texto 2: "A compulsão pelo jogo digital" ... 164
Texto 3: "Mas… você joga?" ... 165
Bora pra quadra? – Virtual × real ... 167
Jogo de dardos virtual ... 167
Jogo de dardos real ... 167

Capítulo 19 Vamos recriar jogos? ... 169
Bora pra quadra? – Hora de jogar! ... 170
Atividade 1 – Jogo tradicional: Taco ... 170
Atividade 2 – Jogo cooperativo: Ordem no banco ... 171
Atividade 3 – Jogo de tabuleiro: Batalha-naval gigante ... 173
Atividade 4 – Jogo tradicional indígena: Cabo de guerra ... 174
Leitura ... 175
"Brincadeiras criam conexões entre crianças, adolescentes e pessoas idosas" ... 175
E se a gente... Recriasse um jogo? ... 177

Capítulo 20 Esporte e diversidade: jogando com as diferenças ... 180
Leitura ... 181
Texto 1: "Gordofobia: conheça mulheres do esporte que combatem o preconceito" ... 182
Texto 2: Armandinho ... 183
Texto 3: "*O futuro trans do esporte*" ... 183
Bora pra quadra? – Olimpíada da Diversidade ... 187
E se a gente... Simulasse um júri? ... 188
Educação midiática – Tendências *fitness* no ambiente digital ... 190

UNIDADE 5 – CORPO QUE REPRESENTA E SE EXPRESSA ... 192

Capítulo 21 *Fútbol Callejero*: jogando pela garantia de direitos ... 193
Bora pra quadra? – Futebol do nosso jeito ... 193
Leitura ... 194
Texto 1: "'*Fútbol Callejero*': nascido e criado no Sul" ... 194
Texto 2: "No Mundial do Futebol de Rua, jogadores fazem as regras" ... 195
Bora pra quadra? – *Fútbol Callejero* ... 198
E se a gente... Organizasse os jogos interclasses *callejeros*? ... 200

Capítulo 22 Ginástica para todos: a arte de explorar ... 202
Leitura ... 202
Texto 1: "Projeto de Ginástica Geral em Petrolina desenvolve e difunde a modalidade" ... 202
Texto 2: "Treino, refeição, estudo, tratamento e mais treino: a vida dos ginastas no CT" ... 203
Bora pra quadra? – Coreografias ... 204
Atividade 1 – Brincando de explorar ... 204
Atividade 2 – Juntando elementos gímnicos ... 205

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

Atividade 3 – "Ginasticando" com Arte 208
Atividade 4 – Vamos fazer uma coreografia da turma? 209

Capítulo 23 Esporte espetáculo: mesmo jogo, diferentes experiências 210

Leitura 210
"Uma arquibancada eletrônica: questões sobre futebol, mídia e sociabilidade no Brasil" 210
E se a gente... Narrasse um jogo? 213
Bora pra quadra? – Esporte espetacularizado 215

Capítulo 24 Ioga: conhece-te a ti mesmo? 217

Leitura 1 218
"A prática do yoga na escola: elementos preliminares e percepções de estudantes de ensino técnico integrado ao nível médio" 218
Bora pra quadra? – Vivência com a ioga 219
Atividade 1 – Respiração pela ação dos músculos abdominais 219
Atividade 2 – Ássanas 219
Atividade 3 – Relaxamento 222
Atividade 4 – Meditação guiada 222
Leitura 2 223
"Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS completa 17 anos" 223
E se a gente... Produzisse um vídeo publicitário? 224
Meu corpo, minha identidade: Ioga: direito das pessoas com deficiência 224

Capítulo 25 Jogos africanos: o brincar para além das fronteiras 226

Leitura 227
"A contribuição dos jogos africanos na Educação Física escolar" 227
Bora pra quadra? – Conhecendo os jogos africanos 229
E se a gente... Recriasse um jogo africano? 230
Meu corpo, minha identidade: Vamos falar sobre racismo 231

UNIDADE 6 – CORPO QUE LUTA E DANÇA 235

Capítulo 26 As lutas na minha vida 236

Leitura 236
"Terra de luta: as origens da luta no Brasil" 237
Bora pra quadra? – *Huka-huka*, luta marajoara e capoeira 241
Atividade 1: *Huka-huka* 241
Atividade 2: Luta marajoara 241
Atividade 3: Capoeira 242
E se a gente... Contasse uma luta? 245

Capítulo 27 Capoeira, corpo e ancestralidade 247

Leitura 248
"Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora" 248
E se a gente... Fizesse um canto de capoeira? 253
Bora pra quadra? – Jogos de capoeira 255

Capítulo 28 Me concede uma dança? 257

Bora pra quadra? – Compartilhar saberes sobre a dança de salão 257
Leitura 1 258
"A Dança de Salão como um dos conteúdos de dança na escola" 258
Leitura 2 260
"A volta da gafieira" 260
Bora pra quadra? – Experimentando passos da gafieira 261
E se a gente... Fizesse uma coreografia? 265

Capítulo 29 *Click*: descobrindo dançar a dois 266

Leitura 267
Texto 1 267
Texto 2 267
Bora pra quadra? – Lazer e socialização 270
E se a gente... Criasse uma nova dança? 273

Capítulo 30 Cooperação no jogo da vida 274

Leitura 274
"Jogos cooperativos: conceitos e características" 274
E se a gente... Cooperasse e investigasse? 275
Bora pra quadra? Jogos cooperativos 277
Atividade 1: Ninguém perde 277
Atividade 2: Metas comuns 278
Atividade 3: No lugar do outro 278
Atividade 4: Todos envolvidos 279
Meu corpo, minha identidade: Cooperando contra o *bullying* 280
Educação midiática – *Bullying* e *cyberbullying* 282

Transcrições das faixas de áudio 284
Sugestões complementares comentadas 287
Referências bibliográficas comentadas 288

SUMÁRIO DAS FAIXAS DE ÁUDIO

Faixa de áudio: Frevo 27
Faixa de áudio: História de uma atleta 56
Faixa de áudio: Batida de *funk* 92
Faixa de áudio: Atividade física e exercício físico 120
Faixa de áudio: *Kiai* 135
Faixa de áudio: Jogos eletrônicos 164
Faixa de áudio: Pilares do *fútbol callejero* 193
Faixa de áudio: Narração de jogo de futebol 213
Faixa de áudio: Toque de capoeira 244
Faixa de áudio: Canto de capoeira 254
Faixa de áudio: Dança de salão 261

SUMÁRIO DOS OBJETOS DIGITAIS

Carrossel de imagens: Esporte e política 13
Podcast: Manifestações culturais: música, dança, festas e celebrações populares 25
Carrossel de imagens: Caboclos de lança 30
Mapa clicável: Festas do Boi pelo Brasil 32
Infográfico clicável: Ciclismo olímpico 53
Podcast: Mulher vai à luta! 67
Vídeo: Classificação dos esportes 103
Podcast: Vôlei sentado 105
Infográfico clicável: Benefícios da alimentação saudável 113
Carrossel de imagens: Exercícios de alongamento 114
Mapa clicável: Povos indígenas e famílias linguísticas 130
Vídeo: Práticas corporais de aventura na natureza e o meio ambiente 153
Infográfico clicável: Ginástica artística 202
Podcast: Ioga: origem e filosofia 218
Vídeo: Capoeira: Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade 239
Vídeo: Danças de salão – Ritmos nordestinos 270
Infográfico clicável: *Cyberbullying* 280

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

UNIDADE 1

CORPO QUE ATUA E CRIA

O que significa para você um corpo que atua e cria? De que modo podemos atuar politicamente com o corpo, por exemplo? E o que ele pode criar?

Nesta unidade, você vai refletir sobre as relações entre esporte e política. Vai conhecer mais sobre o frevo e participar da produção de um festival de danças populares. Além disso, vai repensar as competições esportivas por meio do basquete, também praticado em cadeira de rodas. Por fim, vai explorar o ciclismo e organizar um passeio ciclístico.

Prepare-se para investigar o poder do corpo que atua e cria.



FG TRADE/GETTY IMAGES

Jogadores de basquete em cadeira de rodas durante partida em quadra esportiva. São Paulo (SP), 2024.

Capítulo 1

O ESPORTE PODE SER UMA EXPERIÊNCIA POLÍTICA?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Neste capítulo, com base na leitura de textos da esfera jornalística e na realização de atividades que estimulam o posicionamento ético e responsável dos estudantes, além de vivências de jogos esportivos que incentivam o protagonismo e o contato com a experiência democrática, será trabalhado o dilema sobre a legitimidade das relações entre os campos político e esportivo. Para isso, neste e nos próximos capítulos, busca-se aprofundar conteúdos – bem como as discussões relacionadas – que vêm sendo trabalhados desde o Ensino Fundamental, mas que ganham abordagem e aprofundamento compatíveis com a faixa etária e etapa de ensino.
No âmbito dessa perspectiva de Educação Física no Ensino Médio da BNCC, inserida no contexto das competências da área de Linguagens, as propostas apresentadas contribuem para o desenvolvimento das habilidades EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG203, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501 e EM13LGG502.



© JUNIÃO/ACERVO DO CARTUNISTA

JUNIÃO. Dona Isaura. Disponível em: http://www.juniao.com.br/wp-content/uploads/2014/07/Tira_Dona_Isaura_0095_juniao_11_julho_2014_72.jpg. Acesso em: 21 set. 2024.

Tá ligado!

O esporte é comumente explorado na mídia.

Para uma reflexão aprofundada sobre ele e suas relações com a sociedade, assim como sobre outros aspectos relacionados à cultura corporal de movimento, é fundamental desenvolver habilidades leitoras.

No trabalho com este e outros capítulos, você terá a oportunidade de ler textos extraídos de fontes impressas e digitais, empregando estratégias para interpretá-los de modo crítico e reflexivo, em um trabalho que conecta Educação Física com Língua Portuguesa.

É muito comum a afirmação de que o esporte, e em especial o futebol, não combina com política. No entanto, ditos populares, como "O futebol é o ópio do povo" – que colocam o esporte como alienação da realidade e, portanto, como forma de manipulação política –, revelam-nos como a tentativa de estabelecer limites entre esporte e política não é tão simples e deve ser debatida amplamente. Para amadurecer esse debate, precisamos pensar essa relação, falar sobre ela e vivenciá-la. Vamos lá?

Os textos e as atividades a seguir nos ajudarão a adotar posicionamentos mais maduros e consistentes em relação ao tema.

Leitura

Os textos 1 e 2, a seguir, provocam uma série de reflexões sobre as interfaces dos campos esportivo e político.

Texto 1 Leia comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Evento esportivo não é lugar de manifestação política

"Um evento como um jogo de futebol serve a manifestações políticas? Eu acho que não"

Eu não gosto da obrigação de tocar o hino nacional antes de eventos esportivos. Na Copa São Paulo de Futebol Júnior, no mês passado [janeiro/2018], os caras tocavam o hino inteiro antes do jogo. Tipo cinco minutos de música. Não vejo necessidade, não acho que patriotismo funciona enfiando um hino goela abaixo

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

de torcedores. Me incomoda também saber que o hino é uma lei estadual, uma interferência da Assembleia Legislativa no rito esportivo.

Quando política e esporte se misturam dá ruim. Vou poupá-los dos detalhes, mas basta olhar nossos últimos grandes eventos para entender que essas duas substâncias não devem ser consumidas ao mesmo tempo. [...]

Nos Estados Unidos, Colin Kaepernick, jogador da NFL, a liga de futebol americano, resolveu se ajoelhar durante o hino americano para protestar contra a forma como a polícia trata os negros. **Trump** ficou pistola, os torcedores conservadores também, considerando um desrespeito ao hino. Independentemente do que você, leitor, ache, Kaepernick está desempregado. Nenhum time quis esse ***troublemaker*** no elenco. Como eu estava dizendo, quando esporte e política se misturam...

Será que o evento esportivo é um local apropriado para manifestações políticas? Eu acho que não. Olhando por todos os lados, não vejo motivos para politizar o esporte.

Do ponto de vista do atleta: ele veste uma camisa que não é dele (que, aliás, ele largará por um salário melhor), uma camisa que representa torcedores que caem por todo o **espectro político**. A câmera e o microfone só estão apontados para aquele jogador por causa da camisa que ele está vestindo e de sua *performance* esportiva.

Não acho justo ele *hackear* esse momento, pelo qual está sendo pago, para levar adiante causas pessoais. É para isso que existe a rede social: ali, o jogador faz o que quiser. No campo? Ele está para entreter e representar até mesmo os torcedores que votam e pensam diferente.

Acho também que temos de respeitar os espaços destinados à diversão, senão nosso mundo vai ficar ainda mais maluco. [...] Você liga no basquete, no vôlei, no futebol para ter umas duas horas de paixão, suspense, humor.

Do mesmo jeito que você escolhe uma série [...] ou assiste a uma novela. É um desligamento da realidade; nosso cérebro precisa dessa quase meditação para aguentar o dia seguinte. E aí você senta para ver um jogo e esfregam um hino na sua cara, como se aqui fosse uma "república popular", e seu jogador favorito resolve lacrar na hora de comemorar o gol do título do seu time. É justo? Não.

Tem muita coisa contaminada por aí. Precisamos imunizar o pouco espaço que ainda temos de diversão. [...] Deixem o esporte em paz.

LEIFERT, Tiago. **GQ Brasil**, 26 fev. 2018. Disponível em: https://gq.globo.com/Colunas/Tiago-Leifert/noticia/2018/02/evento-esportivo-nao-e-lugar-de-manifestacao-politica.html. Acesso em: 2 maio 2024.



MICHAEL ZAGARIS/SAN FRANCISCO 49ERS/GETTY IMAGES

Colin Kaepernick (centro), antes do início de um jogo, ajoelha-se em protesto contra a violência policial e o racismo durante a execução do hino nacional estadunidense. Nova York, 2016.

Tá ligado!

Os protestos dos atletas são manifestações políticas não institucionalizadas, que estão aqui sendo observados pelo viés da Educação Física. Em Arte, também é possível observar a relação de obras artísticas com a política, quando se estuda, por exemplo, o grafite.

Trump: presidente dos Estados Unidos pelo Partido Republicano entre 2017 e 2021, época em que ocorreu a manifestação de Kaepernick.

***Troublemaker*:** expressão da língua inglesa associada a pessoas que causam problemas de toda ordem.

Espectro político: esquema que abrange todas as diferentes posições políticas.

OBJETO DIGITAL
Carrossel de imagens: Esporte e política

Fala aí! Veja orientações para esta atividade no **Suplemento para o professor**.

Fala aí!

O artigo foi publicado em uma revista que se apresenta da seguinte forma: "a revista para o homem moderno, com reportagens e entrevistas sobre moda, cultura, mulheres, tecnologia, saúde, viagem, gastronomia, carros, motos e muito mais".

Como você avalia as temáticas que a revista oferece? Qual é sua opinião sobre o conceito de "homem moderno"?

Estratégia: Para elaborar sua resposta, considere cada um dos temas relacionados pela revista como de interesse do "homem moderno".

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

1. a. Resposta pessoal. Estimule os estudantes a apresentar argumentos que sustentem sua opinião.

Papo aberto sobre o texto

1. b. À Copa do Mundo FIFA de futebol masculino, realizada em 2014 no Brasil, e aos Jogos Olímpicos, realizados no Rio de Janeiro (RJ) em 2016.

1. **O autor do texto defende a tese de que "quando política e esporte se misturam dá ruim".**
   a. Você concorda com a tese defendida pelo autor? Por quê?
   b. Como argumento para reafirmar sua tese, o autor sugere aos leitores que se lembrem de eventos esportivos anteriores. Considerando o momento histórico em que o texto foi escrito (ano 2018), faça uma pesquisa rápida e descubra: a quais grandes eventos o autor estaria se referindo?
   c. Por qual motivo o autor elege esses eventos para ilustrar sua tese de que política e esporte não devem se misturar?
   d. Elabore uma contra-argumentação a essa tese, buscando estabelecer contrapontos que indiquem aspectos positivos da realização de megaeventos esportivos no país.

1. c. Por se tratar de eventos esportivos caracterizados por decisões políticas que levaram a denúncias de superfaturamento e desvios de recursos.

2. **No quinto parágrafo, o autor afirma que o atleta "veste uma camisa que não é dele [...], uma camisa que representa torcedores que caem por todo o espectro político".**
   a. Na sua opinião, o fato de o atleta representar torcedores com diferentes posições políticas justifica a negação de sua manifestação política em campo? Por quê?
   b. Colin Kaepernick manifestou-se, em campo, contra a violência policial aplicada à população negra estadunidense. Qual é sua opinião sobre esse tipo de protesto?
   c. O autor posiciona-se contrariamente à manifestação política de Kaepernick. Quais são os argumentos utilizados pelo jornalista para sustentar sua opinião?
   d. Considerando os motivos de Kaepernick para realizar o protesto, como você avalia a opinião do jornalista?

2. a. e **2. d.** Resposta pessoal. Veja comentários no **Suplemento para o professor**.

2. b. Incentive os estudantes a refletir sobre suas experiências pessoais: pergunte a eles se lembram de algum caso em que um atleta do clube para o qual torcem (ou de outro clube) se manifestou sobre algum tema político e como se sentiram em relação a isso.

Por dentro do texto

3. Sugestão: "Eu não gosto da", "Não vejo necessidade", "Me incomoda também", "minha primeira grande preocupação", "Não acho justo". Auxilie os estudantes a perceber que as expressões evidenciam a inserção de julgamentos pessoais com a intenção de convencimento do leitor.

3. **O artigo de opinião apresentado expressa seu posicionamento sobre as relações entre política e esporte. Retome a leitura e identifique expressões que introduzem juízos de valor.**

8. a. "*Hackear* esse momento" refere-se ao ato de sequestrar dos espectadores e torcedores a possibilidade de apreciarem o esporte de forma tida como legítima. É possível que os estudantes tenham alguma dificuldade nessa questão. Estimule-os a pensar nos significados metafóricos de *hacker*, palavra inglesa da qual o verbo *hackear* deriva, relacionando-os com o papel da expressão no texto.

4. **Considere que Tiago Leifert era apresentador de programa esportivo de grande audiência quando publicou o artigo. Qual é o impacto desse papel social no seu poder de convencimento e na formação da opinião pública?**
5. **Leifert afirma que Donald Trump "ficou pistola" e que considerou o protesto de Kaepernick um desrespeito ao hino do país.**
   a. Qual é o significado da gíria nesse trecho do texto?
   b. Identifique outras gírias ou expressões informais usadas pelo autor. Na sua opinião, qual é o papel delas no texto?
6. **Identifique a relação de causa e consequência estabelecida por Leifert ao relatar o caso do protesto de Kaepernick.**
7. **Com qual propósito Leifert construiu essa relação?**
8. **No sexto parágrafo, o autor faz a seguinte afirmação: "Não acho justo ele *hackear* esse momento, pelo qual está sendo pago, para levar adiante causas pessoais".**
   a. Qual é o significado, no contexto, atribuído à expressão "*hackear* esse momento"?
   b. Qual é sua opinião a respeito dessa afirmação?
   c. Suponha que as manifestações políticas dos atletas sejam proibidas para evitar esse "*hackeamento*". Tente imaginar quais seriam as consequências dessa proibição para eles.

5. a. "Ficar pistola", no texto, significa "ficar bravo", "reprovar o protesto".

5. b. "os caras"; "goela abaixo"; "dá ruim", "*hackear*"; "mais maluco"; "lacrar"; entre outras. O uso das gírias estabelece um vínculo afetivo com o leitor, criando a imagem de um locutor descolado, menos careta e informal.

6. O jogador protestou; o presidente estadunidense e os torcedores conservadores desaprovaram a atitude e consideraram-na um desrespeito ao hino. Como consequência, Kaepernick foi demitido.

7. Ao estabelecer uma relação direta entre a empregabilidade do atleta e a expectativa de atuação acrítica, Leifert confirma sua opinião de que a mistura entre política e esporte não é adequada, legitimando a punição.

É lógico!

Para contra-argumentar, você precisa perceber regularidades em um conjunto de argumentos e, então, identificar um que evidencie uma lógica contrária e possa ser incorporado e contestado. Reconhecer padrões é uma das habilidades do pensamento computacional.

1. d. Resposta pessoal. Caso os estudantes sintam dificuldade em estabelecer esses contrapontos, incentive-os a considerar aspectos como aumento do turismo, aquecimento dos setores de serviços e comércio, possibilidade de divulgar a imagem do Brasil para outros países, incremento das políticas de incentivo ao esporte, ampliação da cultura esportiva no país, oportunidade de inserir o país nos registros memoráveis da história da humanidade, entre outros. É importante sensibilizá-los para que percebam que a questão não se resume a dizer que "deu ruim" ou "deu bom"; deve-se considerar que a relação entre esporte e política está presente e precisa ser problematizada e investigada com seriedade e responsabilidade.

2. c. O jornalista defende que o atleta é contratado para entreter torcedores de todas as posições políticas, incluindo aqueles que votam e pensam diferente dele, e, por isso, acredita que o atleta não deve se aproveitar da exposição midiática para manifestar ou defender causas próprias ou pessoais.

4. Como apresentador de programa esportivo de grande audiência, suas declarações têm grande repercussão e poder de convencimento na formação da opinião pública. É importante discutir com a turma o fato de que, embora possamos reconhecer que o jornalista, como qualquer cidadão, está exercendo seu direito de emitir uma opinião pessoal, é preciso considerar que ele tem um poder de influência desproporcional em relação aos "cidadãos comuns"; nesse sentido, um texto de opinião escrito por ele adquire a amplitude de opinião pública. Ao não abrir espaço para o contraditório em sua narrativa, o texto assume um potencial de persuasão da opinião pública.

8. b. Resposta pessoal. Estimule os estudantes a analisar o exemplo abordado no texto: o atleta, como forma de protesto, ajoelhou-se durante a execução do hino nacional dos Estados Unidos, negando-se a ficar em pé e a cantá-lo. Tendo em vista que o jogo nem havia começado, pode-se sustentar a afirmação de que o motivo que levou as pessoas a comparecer ao estádio ou a assistir ao jogo pela televisão teria sido "hackeado"?

8. c. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes respondam que uma suposta censura política, no sentido de coibir o "hackeamento" da experiência do "consumidor" do espetáculo esportivo, implicaria o apagamento das identidades políticas desses atletas, de sua liberdade de expressão e do exercício de sua plena cidadania.

É lógico!

Note que você emprega a linguagem lógica na atividade 4. É possível expressar a relação de causa e consequência usando a fórmula *como... então...*

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

Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentáveis (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Texto 2

CIDADANIA E CIVISMO

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS



Leia trechos de uma matéria jornalística sobre um evento que colocou para o mundo a discussão sobre racismo no esporte. Leia comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**. A leitura e discussão do texto 2 contribuem para a abordagem do tema contemporâneo transversal (TCT) Cidadania e Civismo, na temática Educação em Direitos Humanos.

VENI, VIDI, VICI, VINI JR

A construção de um jogador antirracista

A tarde de 21 de maio [de 2023] começou festiva, com músicas que celebram o time e a cidade – a velha Valência, fundada pelos romanos, conhecida entre os séculos VIII e XIII como um lugar de tolerância, onde os governantes muçulmanos garantiam a liberdade de culto aos cristãos. O primeiro tempo da partida, válida pelo Campeonato Espanhol, transcorreu em paz, com a vitória parcial do Valência por 1 a 0. **Sylvia e Carlos** puxaram conversa com uma simpática família sentada nas cadeiras contíguas. Era um casal, dois filhos e as avós das crianças. No intervalo, o placar eletrônico seguia a tradição de tolerância de Valência e exibia mensagens edificantes sobre o ***fair play*** no futebol – uma delas, lembra Sylvia, fazia uma condenação veemente do racismo nos estádios. Aos 27 minutos do segundo tempo, porém, tudo mudou.

Veni, vidi, vici é uma frase, em latim (*Vim, vi, venci*), que teria sido dita ao Senado pelo imperador romano Júlio César, em 47 a.C., em referência a uma batalha vencida em curto espaço de tempo.

Sylvia e Carlos. Sylvia Brito, historiadora brasileira, e seu marido, o espanhol Carlos Gonzáles, que foram ao estádio levando, pela primeira vez, seu filho de 5 anos.

***Fair play*:** jogo limpo.

Vinícius Júnior, craque do time (do Real Madrid), tentava uma jogada de ataque no momento em que um torcedor do Valência começou a gritar: *Mono* (macaco, em espanhol). A família simpática, sentada ao lado de Sylvia e Carlos, aderiu ao insulto racista. "Até as avós e as crianças", recorda Sylvia, que testemunhou a cena com perplexidade. Seu marido tentou conter os insultos, censurando os agressores, e foi xingado. Em campo, Vinícius Júnior apontou para as arquibancadas, identificando um dos racistas. O juiz parou o jogo por alguns instantes, não tomou qualquer providência adicional e retomou a partida. Os insultos se agigantaram e tomaram o estádio inteiro. [...]



AITOR ALCALDE/GETTY IMAGES

O jogador Vinícius Júnior reage a ofensas racistas da torcida durante partida entre Real Madrid e Valência. Espanha, 2023.

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

Vinícius José Paixão de Oliveira Júnior trabalha com uma equipe que chega a 27 pessoas, metade das quais em regime de dedicação exclusiva. [...] Como não é apenas um jogador, mas uma marca altamente valiosa, Vinícius não tem apenas assessores esportivos, mas também publicitário, cinegrafista, administrador de redes sociais, empresário, agente, além de três amigos de infância, que o ajudam a se sentir em casa em um país estrangeiro. [...]

A equipe de Vinícius vem definindo com precisão o modo como o jogador deve se portar diante de casos de racismo. Há duas estratégias em curso. A primeira, segundo contaram seus assessores [...], com a condição de ficarem no anonimato porque não têm autorização para falar em nome de Vinícius, é evitar que a imagem de ativista antirracista possa desvalorizar a cotação do jogador no mercado da bola. Uma das conclusões dos assessores é que Vinícius não deve se colocar publicamente como "vítima" de racistas, mas como "carrasco" de racistas. Não como alguém que sofre com o racismo, mas como alguém que expõe e combate os agressores. Não é por acaso que, no episódio em Valência, o jogador apontou para torcedores que imitavam macacos, levando o juiz a parar o jogo.

Na questão da imagem, seu *staff* zela para que Vinícius continue projetando aquilo que consideram seu maior diferencial: o garoto batalhador que deixou em segundo plano as diversões juvenis para treinar duro e colecionar recordes esportivos, como um atleta olímpico. [...]

A segunda estratégia de Vinícius Júnior é selar "alianças potentes". O entendimento de seu *staff* é que o jogador tem força própria – seja por sua imagem única, seja por seu talento ímpar –, mas a atuação pública requer apoiadores de peso para evitar seu isolamento.

LIMA, João Gabriel de. VENI, VIDI, VICI, VINI JR: A construção de um jogador antirracista. **Revista piauí**, ed. 204, set. 2023. p. 14-19.

Por dentro do texto

1. Logo no início do texto há indicativos de que havia um investimento para garantir que o jogo entre Valência e Real Madrid transcorresse de forma harmoniosa. Quais são esses indicativos?

2. Que fato perturbou esse clima de paz e harmonia?

3. Como você avalia a reação de Vinícius Júnior e as providências tomadas pelo árbitro da partida diante do episódio de racismo?

4. A atitude de Vinícius Júnior revela uma estratégia adotada por ele e sua equipe de assessores para situações como essa. Qual é ela?

5. Como você avalia essa estratégia de enfrentamento do racismo?

6. Outra estratégia é selar "alianças potentes". O que seriam essas alianças e qual é a importância delas para enfrentar o racismo?

Papo aberto sobre o texto

1. Sim. Porque é preciso superar a visão de política restrita à dimensão partidária e assumir que somos seres políticos. É fundamental pensar a política como atividade humana que visa à organização da vida em sociedade, com o objetivo de garantir direitos, deveres e o bem-estar da população.

7. Os posicionamentos e as ações de enfrentamento ao racismo adotados por Vinícius Júnior e sua equipe de assessoria podem ser considerados políticos? Por quê?

Leia comentários nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

8. Qual é a importância de haver atletas e outras personalidades assumindo ativismos políticos relacionados à luta pela garantia dos direitos humanos com pautas como o racismo?

2. Resposta pessoal. É importante destacar, nessa discussão, a valorização do posicionamento público de personalidades com grande capacidade de influência na opinião pública, que utilizam sua popularidade para denunciar e lutar contra diferentes formas de violência, como o racismo, o sexismo, a LGBTfobia, o capacitismo etc.

Investigue

Além de Vinícius Júnior, outros atletas e ex-atletas se destacam no ativismo político ou em seus posicionamentos públicos – que também são formas de atuação política que podem contribuir para o enfrentamento de diferentes expressões de violação dos direitos humanos, como o racismo, o machismo, a LGBTfobia, a gordofobia, o capacitismo, a xenofobia etc. Pesquise informações a respeito de alguns desses atletas e ex-atletas e sobre as formas que usaram para desafiar ou combater essas violências.

Estratégia: Para pesquisar na internet, use palavras-chave: "ativismo" pode ser uma delas, combinada com outras como "atleta" ou "esporte".

1. São as informações de que a tarde começou festiva; Valência é reconhecida há séculos como um lugar de tolerância; o primeiro tempo do jogo transcorreu em paz; o placar eletrônico trazia mensagens edificantes, entre as quais, a condenação do racismo nos estádios.

2. Um torcedor do Valência começou a gritar *mono*, que significa macaco, em espanhol.

3. A resposta é pessoal, mas é necessário que haja uma mediação no caso de posicionamentos que relativizem o ato racista e condenem a reação de Vinícius Júnior. Espera-se que a discussão leve os estudantes a perceber a necessidade de reagir e não tolerar atos de racismo, mostrando que a atitude do árbitro reforça a sensação de impunidade para atos como esse.

4. É a estratégia de confrontar diretamente atos racistas, colocando-se como aquele que denuncia e enfrenta os racistas na condição de seu algoz, e não como alguém passivo, vítima do racismo.

5. Resposta pessoal.

6. Seriam alianças com personalidades de grande popularidade que também se destacam pela luta antirracista. Tais alianças são importantes para o atleta se proteger do isolamento, ao mesmo tempo que fortalecem a luta antirracista, ampliando seu alcance.

Investigue. Alguns exemplos de atletas que se destacam pelo posicionamento ou ativismo político contra diferentes formas de violência são os estadunidenses Colin Kaepernick (futebol americano) e LeBron James (basquetebol) contra o racismo; a ex-jogadora estadunidense Megan Rapinoe (futebol) e o ex-ginasta brasileiro Diego Hypolito contra a LGBTfobia.

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

Bate-papo de respeito

Leia comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

O **Observatório da Discriminação Racial no Futebol** promove uma importante ação de enfrentamento à discriminação racial no esporte.

Criada em 2014, a entidade se propõe a monitorar os casos de racismo no futebol brasileiro, bem como desenvolver e divulgar ações informativas e educacionais que buscam erradicar a discriminação racial.

Os estudos, o mapeamento e o acompanhamento dos casos de racismo pelo Observatório têm o objetivo de dar elementos à sociedade para entender e identificar os pontos em que é necessário atuar.

ACERVO PESSOAL



Marcelo Carvalho, diretor-executivo do Observatório da Discriminação Racial no Futebol. Porto Alegre (RS), 2021.

> O racismo é não ter pessoas negras nos espaços de gestão e comando dos times e federações. A sociedade brasileira é muito estruturada no racismo. E o futebol está muito preso à ideia da meritocracia que não acha as pessoas negras capazes de ocupar os espaços de poder. [...] A quebra do silenciamento é algo que devemos saudar de forma efusiva. O próximo passo é construir uma rede de apoio e acolhimento para os jogadores que se manifestam.

VELOSO, Lucas. Marcelo Carvalho fala de caminhos para combater o racismo no futebol. **Ecoa**, 15 ago. 2023. Disponível em: https://www.uol.com.br/ecoa/ultimas-noticias/2023/08/15/o-racismo-no-futebol-nao-esta-so-dentro-de-campo-diz-marcelo-carvalho.htm. Acesso em: 2 maio 2024.

Em grupos, discutam as afirmações de Marcelo Carvalho, ampliando essa discussão para outras modalidades esportivas além do futebol.

Veja comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

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

Biblioteca cultural

Observatório da Discriminação Racial no Futebol

Além de empreender ações para informar e educar visando combater o racismo, o Observatório tem por objetivo monitorar, acompanhar e noticiar ocorrências de preconceito racial no futebol brasileiro. Essa ação vem se estendendo a casos em outros esportes e a outras formas de discriminação, como machismo, LGBTfobia e xenofobia, que envolvem atletas brasileiros. Para saber mais, acesse na internet o portal do Observatório, que também está nas redes sociais.

Em parceria com o Observatório, foi redigido o *Manual anti-racismo no esporte*, que aborda orientações aos atletas vítimas de discriminação racial. O Manual está disponível no *site* do projeto Primeira Pele, criado para apoiar e discutir perspectivas contra a discriminação racial no esporte.



DESHANDSD/SHUTTERSTOCK

Trabalho e juventudes. O jogador era formado em Medicina (conciliou parte do curso com sua atuação profissional no futebol) e notabilizou-se também pela militância política, particularmente nos anos 1980, quando liderou um movimento conhecido como Democracia Corinthiana e participou do movimento Diretas Já!. Pergunte aos estudantes se consideram possível e viável um atleta profissional ter outra formação profissional e conseguir conciliar essa outra atuação com a carreira esportiva. Eles também gostariam de ter uma formação ou atuação diversificada? É possível pensar nisso dentro da carreira que planejam seguir?

TRABALHO E JUVENTUDES

Você já ouviu falar do jogador de futebol Sócrates? Sabia que, além de jogar futebol, ele atuava em outros campos? Procure se informar mais sobre esse atleta, que extrapolou a ideia de que o talento dos futebolistas se restringe às quatro linhas dos gramados.

A carreira que você pensa seguir possibilitaria uma atuação diversificada, como foi a de Sócrates?

No caso de esportistas e, em especial, jogadores e jogadoras de futebol, você considera importante que eles tenham uma outra formação profissional? Explique.



DAVID CANNON/ALLSPORT/GETTY IMAGES

O jogador de futebol Sócrates (1954-2011) protesta contra a fome, as guerras e o racismo durante partida da Copa do Mundo de Futebol. México, 1986.

Biblioteca do professor. O artigo "Cidadania e direitos dos jogadores de futebol na Democracia Corinthiana", de autoria de Mariana Zuaneti Martins e Heloisa Helena Baldy dos Reis, publicado na *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte* (São Paulo, v. 28, n. 3, jul.-set. 2014), é uma interessante possibilidade de aprofundamento da temática referente à relação entre o movimento denominado Democracia Corinthiana e questões políticas tanto internas do clube como do país. O artigo está disponível no Portal de Revistas da USP e pode ser encontrado buscando-se pelo nome da revista e, em "edições anteriores", pelo ano, volume e número da publicação.

Biblioteca cultural

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Um movimento interessante para compreender as relações entre política e futebol foi a Democracia Corinthiana, surgido nos anos 1980. Você pode aprender um pouco mais sobre o que foi essa experiência assistindo ao documentário *Ser campeão é detalhe: Democracia Corinthiana*, disponível *on-line* gratuitamente em plataformas de vídeo.

Você também pode ler:

- *A Democracia Corinthiana: práticas de liberdade no futebol brasileiro*, de José Paulo Florenzano (São Paulo: Educ-Fapesp, 2009), em que o autor mostra a importância do movimento que visava integrar, no jogador, tanto o papel de atleta quanto o de cidadão.
- *A Democracia Corinthiana: futebol e política*, de Mariana Zuaneti Martins e Heloísa Helena Baldy dos Reis (Paulínia: Autoresporte, 2017), em que as autoras analisam o contexto histórico e social da época, o significado de democracia para os envolvidos e a conscientização em diferentes graus dos jogadores como trabalhadores da bola.



JORGE ARAÚJO/FOLHAPRESS

Sócrates e Casagrande, jogadores do Corinthians, comemoram conquista do Campeonato Paulista. São Paulo (SP), 1983.

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

Bora pra quadra? Os estudantes participarão de duas vivências que têm por finalidade proporcionar experiências antagônicas sobre as relações entre esporte e política. Estimule-os, sempre que possível, a se posicionar e expressar suas opiniões, sentimentos e visões, exercendo seu protagonismo.

BORA PRA QUADRA? Esporte e política

Neste momento, vocês vão vivenciar uma experiência que "mistura" esporte e política. Aproveitem para consolidar suas reflexões e divirtam-se!

Atividade 1: Jogo do Governo dos Escolhidos

O professor vai escolher alguns representantes da turma, que ficarão responsáveis pela organização e pela definição das regras do jogo que todos vão praticar.

Preparação

Os estudantes escolhidos devem ser capazes de tomar decisões e explicar as regras aos demais. Os selecionados participarão de uma reunião privativa com o professor para definir as regras do jogo.

Realização da vivência

Após a reunião, os escolhidos apresentarão as regras do jogo para toda a turma. Antes de começar, todos devem esclarecer suas dúvidas, mas as regras não podem ser alteradas. Em seguida, realiza-se o jogo com a participação de todos os estudantes.

Roda de conversa

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.
Procure mediar a discussão, garantindo que os estudantes manifestem suas opiniões e seus sentimentos em relação às situações de injustiça e discriminação que as regras possam ter causado.

Após o término do jogo, chegou o momento de elaborar as informações e os sentimentos que se manifestaram durante a vivência. Converse com os colegas sobre as questões a seguir.

1. É provável que os estudantes respondam que a escolha dos representantes pelo professor não resultou no atendimento dos interesses da maioria, pois as regras elaboradas por esses escolhidos causavam prejuízos àqueles que jogaram contra eles.

1. O processo de escolha dos representantes garantiu que eles fizessem valer as vontades da maioria? Justifique sua resposta.
2. O jogo evidenciou algum tipo de injustiça ou discriminação? Por quê?
3. Comente as sensações que você experimentou no decorrer da vivência. Procure identificar o que as causou.
4. Que possíveis falhas no processo de escolha dos representantes poderiam ser corrigidas? Como?
5. Alguém protestou durante a vivência do jogo apontando situações de injustiça ou discriminação?
6. Quando você participa de algum tipo de esporte ou jogo em suas aulas ou em outros contextos, considera que as relações se estabelecem de forma democrática, sem discriminações, violências ou opressões? Comente como têm sido essas experiências.

4. Um aspecto importante a ser discutido é que o processo democrático não se resume apenas à escolha dos representantes; deve haver também diálogo entre estes e os representados, com o objetivo de garantir que todos os interesses sejam atendidos, permitindo monitoramento do combinado.

6. Procure mediar a discussão lembrando a turma de situações de discriminação ou exclusão, como na formação dos times para os jogos, quando alguns estudantes são preteridos na escolha ou são escolhidos por último; ou quando não recebem a bola dos companheiros ou são ofendidos por errar uma jogada. Caso não identifique essas situações nas aulas da turma, trate-as de forma hipotética e peça aos estudantes que se posicionem em relação a esse tipo de situação.

Fala aí!

Apenas as pessoas vítimas de algum tipo de violação de direitos ou violência são responsáveis por lutar por melhores condições? Como engajar pessoas que não fazem parte desses grupos em movimentos ativistas pelos direitos de outras pessoas?

Estratégia: Mantenha atitude de respeito ao criticar a opinião do colega ou divergir dela.

Leia comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Para o início do Jogo do Governo dos Escolhidos, defina quantos representantes serão selecionados: sugerimos entre três e cinco, dependendo do número de estudantes da turma. Após a escolha dos representantes, realize a reunião reservada e informe-os de que será realizado um jogo deles contra todo o restante da turma. Para isso, deverão escolher um esporte e modificar radicalmente suas regras, a fim de tirar a maior vantagem que conseguirem, garantindo que, mesmo em situação de grande inferioridade numérica, vençam o jogo com facilidade. Além disso, na medida do possível, essas regras ainda devem promover algum tipo de restrição ou dificuldade extra para as meninas da equipe adversária. Exemplo de regras: em um jogo de basquete, toda a equipe adversária deve jogar sentada, e as meninas, além de sentadas, de olhos vendados.

É lógico!

As atividades propostas conduzem você a fazer análises de comportamentos utilizando a busca de padrões, uma das habilidades do pensamento computacional.

ODS 5

2. Nas respostas, é importante destacar que as regras colocadas pelos escolhidos promoviam injustiça, pois favoreciam os organizadores e prejudicavam os demais participantes. Além disso, essas regras discriminavam as meninas, que eram afetadas de forma ainda mais prejudicial em relação, inclusive, às pessoas de seu time.

3. Estimule os estudantes a expressar livremente os sentimentos que surgiram durante o jogo e a ouvir os de seus colegas, procurando dialogar, com empatia, sobre os motivos que os desencadearam. É importante sua mediação para que os estudantes se sintam à vontade para falar sem enfrentar constrangimentos por parte dos colegas. Garanta que todos tenham a oportunidade de falar sensibilizando e tentando incentivar, inclusive, aqueles que, apesar de terem algo a dizer, se sentem inibidos. Nessa mediação, devem-se evitar juízos de valor em relação aos sentimentos dos estudantes. Apenas ouça-os e peça que justifiquem as respostas na medida do possível.

5. Leve os estudantes a perceber que, em um processo democrático, eles têm o direito de cobrar dos seus representantes a garantia de seus direitos e o combate às injustiças e às desigualdades. Nesse sentido, faça perguntas como: Alguém teve vontade de protestar e não o fez? Por quê? Qual é a importância de protestar contra situações que julgamos injustas ou discriminatórias? Como poderia ser feito um protesto nesse contexto? É importante os estudantes perceberem que, quanto mais alheios estiverem aos processos políticos de tomada de decisão, menos suas demandas serão consideradas por seus representantes.

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

Atividade 2: Jogo da Democracia

Veja orientações para esta atividade no **Suplemento para o professor**.

Agora, vocês vão experimentar uma vivência que até guarda algumas semelhanças com a anterior, mas é sensivelmente diferente do ponto de vista de sua organização.

Preparação

A primeira etapa para esta atividade, que chamaremos de Jogo da Democracia, consiste em escolher os representantes da turma de forma democrática. Para isso, a proposta é que vocês elejam um número de representantes correspondente ao número de equipes que serão formadas para jogar.

A eleição pode ser feita por meio de votos ou de indicações com apoio da maioria.

O critério para escolher os representantes é selecionar colegas considerados aptos a dividir a turma em equipes equilibradas em termos de competências técnicas e táticas para participar dos jogos.

Realização

Os representantes escolhidos se reunirão para dividir as equipes. Após essa divisão, eles serão sorteados entre as equipes que dividiram, ou seja, os representantes não escolherão a equipe pela qual jogarão: é a equipe que vai sortear seu representante.

Após a divisão das equipes, analisem em conjunto as regras do Jogo do Governo dos Escolhidos e proponham adaptações para torná-lo acessível e justo para todos os participantes. É importante considerar maneiras de não tornar o jogo discriminatório ou de, ao menos, minimizar as limitações de participação para colegas da turma que tenham algum tipo de dificuldade.

Depois de tudo pronto, vamos ao jogo!

Roda de conversa

Discutam como foi estruturar e participar do Jogo da Democracia, expressando suas opiniões e seus sentimentos em relação a essa experiência. Comparem os sentimentos que tiveram nessa situação com os experimentados durante o Jogo do Governo dos Escolhidos, a fim de estabelecer paralelos. Além disso, discutam os pontos positivos e negativos da experiência.

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

MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE — Visibilizar privilégios, disputar identidades

Etapa 1 – Leitura coletiva e discussão aberta de texto

Após conhecer um pouco da história de vida ou acessar informações sobre atletas, ex-atletas e outros agentes que atuam ou atuaram em diferentes frentes de resistência no esporte, tais como Colin Kaepernick, Sócrates, Vinícius Júnior e Marcelo Carvalho, você vai conhecer um pouco da história de resistência da ex-futebolista brasileira Formiga.

Formiga teve de lutar contra uma série de barreiras e discriminações até se tornar uma das jogadoras mais bem-sucedidas do Brasil e do mundo. Leia o texto jornalístico sobre a ex-jogadora e converse com os colegas sobre sua trajetória e, principalmente, os preconceitos enfrentados por ela, os marcadores sociais associados a essas barreiras e as estratégias que a atleta precisou utilizar para superar tais obstáculos.

Formiga: "Por ser negra, lésbica e nordestina, sabia que ia sofrer preconceito, então me fortaleci"



JOAO GABRIEL ALVES/PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES

Formiga, uma das melhores jogadoras de futebol do mundo. Rio de Janeiro, 2023.

Até mesmo a pessoa mais distante do futebol brasileiro já ouviu falar na Formiga, jogadora que, ao lado de Marta e Cristiane, escancarou para o país o poder do futebol feminino nas últimas quase três décadas.

Registrada como Miraildes Maciel Mota, Formiga é a única atleta de futebol no mundo a participar de sete edições consecutivas dos Jogos Olímpicos, de 1996 a 2020, e de todas as Copas femininas, de 1995 a 2019. Ela se aposentou em 2021, aos 43 anos.

Meio-campista, Formiga nasceu e cresceu no subúrbio de Salvador, onde, escondida dos irmãos mais velhos, ia tentando cumprir o desejo do pai de ter uma das crias como jogador profissional.

"Desde a minha infância aprendi a lutar, a sobreviver por um sonho, por um desejo a realizar, não só meu, mas também do meu pai, que era um cara que sempre gostou de futebol e gostaria que um dos filhos, ou todos os filhos, na verdade, seguisse a carreira", contou [...].

O pai morreu quando Formiga tinha apenas oito meses e, até hoje, ela tem dúvidas se o desejo dele se estendia a ela, única filha. "Às vezes, por ser mulher, não achou que eu que nasceria com o dom. Não cheguei a conhecê-lo, mas sei da história do desejo dele, então isso foi me fortalecendo."

É, inclusive, em um exercício de pensar o que falaria para si mesma na infância que ela mais se emociona. "Eu diria para mim mesma com 8 ou 9 anos: 'Continue! O seu momento vai chegar, você vai conseguir, vai conquistar. Tantas pessoas apontaram dedo por você chutar bola, por você estar no meio de meninos, mas continue firme e forte, que coisas boas virão'", conta abordando a luta para conquistar seu espaço.

Formiga lembra ainda que muitos ofendiam sua mãe, dizendo que a genitora não cuidava direito da filha por ela estar nos campinhos jogando bola.

O machismo nosso de cada dia

Revendo a carreira, Formiga é direta: "Olha, a gente sofre machismo todo santo dia, infelizmente, no nosso país", dispara lembrando de uma história em particular que a marcou.

Anos atrás, jogando em um time paulista, ouviu um diretor dizer que mulher de cabelo curto não tinha espaço no seu clube. Incomodada, foi até um salão e falou: "Passa a um", referindo-se à maquina de cortar cabelo com um dos pentes mais baixos.

"O cabeleireiro não queria, falou 'Oxe, seu cabelo está tão bonito, cabelão enrolado, está da hora', mas eu insisti, cortei mesmo", no dia seguinte, o diretor perguntou o que tinha acontecido. Eu respondi que 'tinha tirado o cabelo no salão e deixado para lavar'. Lógico que ele ficou espantado com aquela atitude, mas não se comenta certos tipos de coisas. Eu ter tomado essa atitude foi um recado para ele", confessa orgulhosa.

A situação, como tantas outras, acabou servindo como uma lição. "Tudo que passei me fez entender, mesmo um pouco tarde, que eu tinha uma missão aqui na Terra, que é levantar bandeiras, pular barreiras e enfrentar medos", dispara tão rápido quanto com uma bola no pé.

"Por ser negra, lésbica e nordestina, eu sabia que ia sofrer bastante preconceito então me fortaleci e sou muito grata a Miraildes (seu nome de batismo) por ter segurado a barra, porque ela deu vida à Formiga e por eu poder, hoje, ser espelho para tantas outras pessoas", celebra.

GIUSTI, Iran; NUNES, Luciana. Por ser negra, lésbica e nordestina, sabia que ia sofrer preconceito, então me fortaleci. **Terra NÓS**, 25 jul. 2023.

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

Etapa 2. A proposta é que o jogo de voleibol acabe sendo inviabilizado pelas restrições impostas, contribuindo para a sensibilização dos estudantes. Estes experimentarão, no jogo, constrangimentos que representam desfavorecimentos ou prejuízos que muitas pessoas, inclusive alguns de seus colegas, experimentam na vida.

Etapa 2 – Vivência do jogo dos prejuízos

A turma será dividida em duas grandes equipes para um jogo de voleibol. As equipes deverão ser compostas de modo equilibrado do ponto de vista de gênero (número equilibrado de meninos e de meninas entre as equipes). As regras do jogo incluirão constrangimentos de ação para jogadores por meio de perguntas que representam situações de desfavorecimento ou prejuízos sofridos por algumas pessoas na sociedade.

Após o jogo de voleibol com as regras de constrangimento aplicadas, a turma vai analisar quem foram as pessoas que sofreram os maiores constrangimentos de regras e discutir o jogo do qual participaram com base nas seguintes questões geradoras.

Pergunta	Constrangimento
Quem não realiza diariamente serviços domésticos em sua casa?	Deve jogar sentado.
Quem nunca foi repreendido por praticar algum esporte?	Deve jogar apenas com a mão não dominante.
Quem nunca sentiu vergonha ou medo de jogar algum esporte na aula de Educação Física?	Deve jogar de costas para a rede.
Quem nunca foi vítima de piadas machistas ao praticar esportes?	Só pode dar três passos por rodada.
Quem já ganhou de presente uma bola de qualquer esporte?	Deve jogar do lado de fora da quadra.

- Que dificuldades as pessoas com regras de constrangimento tiveram?
- Qual é a relação entre os prejuízos sofridos por esse grupo no jogo e na vida?
- O grupo que sofreu os prejuízos com as regras é representativo de quais grupos sociais?
- Quais foram as pessoas que menos sofreram constrangimentos com as regras?
- Como vocês avaliam os privilégios desfrutados por essas pessoas no jogo?
- Qual é a importância do ativismo político, como o de Formiga, para a diminuição das desigualdades que afetam o acesso e a permanência de pessoas no esporte?

Etapa 3 – Produção de texto

Após a vivência e a discussão do jogo dos prejuízos, elabore um manifesto destacando a necessidade de se disputar politicamente a narrativa de que o esporte é um espaço reservado apenas aos homens, sinalizando a importância da pluralidade de identidades na prática esportiva, com a garantia a todo cidadão e cidadã do direito a ela.

1. **Planejamento** – Faça um plano da escrita definindo como e em que parte do texto você vai expor o problema; como vai apresentar sua opinião; que argumentos pretende usar; em quantos parágrafos pretende desenvolver sua argumentação; como pretende concluir.
2. **Elaboração** – Siga seu plano da escrita. Pense se convém usar exemplos, citações (sem se esquecer das aspas) ou contra-argumentos. Releia seu texto para verificar se está claro, se há lógica em seu desenvolvimento, se a argumentação é convincente. Faça as correções necessárias e escreva a versão final.
3. **Apresentação** – No momento indicado pelo professor, forme um grupo com outros quatro colegas. Troque os textos com os colegas de modo que cada um do grupo leia os textos dos demais. Anote em seu caderno o que deseja comentar dessa leitura. Depois, com a turma toda, comente os argumentos que achou interessantes e mais convincentes e os que lhe pareceram não muito consistentes, apresentando suas razões.

Recado final

Muitas vezes, os meios de comunicação e a sociedade exercem pressão para que as práticas esportivas sejam vistas como puro entretenimento, desprovidas de conteúdo político. Esperamos que, depois da experimentação com este capítulo, você esteja apto a problematizar essa questão, notando que os esportes podem carregar visões de mundo, interesses de determinados grupos sociais, estereótipos e preconceitos. Também é importante que, além de se posicionar de modo consistente, você seja capaz de combater toda e qualquer forma de discriminação no esporte, no seu dia a dia e na escola.

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

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Capítulo 2

DANÇAS POPULARES: PRIMEIROS PASSOS

A dança é uma das práticas da cultura corporal de movimento que compõe as experiências de aprendizagem nesta etapa da formação escolar. No decorrer do capítulo, por meio de leituras, práticas e vivências, os estudantes poderão se apropriar de conceitos e atitudes que envolvem essa linguagem, contribuindo para a interação social e o estabelecimento de relações construtivas de respeito às diferenças, objetivos preconizados pelas habilidades EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG602 da BNCC.



PALK ZUPPANI/PULSAR IMAGENS

Registro rupestre no Parque Nacional Serra da Capivara. São Raimundo Nonato (PI), 2010.

DIVERSIDADE CULTURAL

Você, provavelmente, já experimentou a dança em algum momento de sua vida. Já parou para pensar nos diferentes significados que ela carrega?

A dança é uma das práticas corporais mais antigas da humanidade, compondo **ritos de passagem**, costumes, festejos e até mesmo algumas práticas de luta e guerra das sociedades de todos os tempos. Há diversos registros dessa prática em todo o mundo, como os registros rupestres, que retratam essa relação íntima entre as pessoas e a dança desde antigas eras.

Antes da fala e da escrita, sentimentos e emoções eram transmitidos por meio de movimentos como giros, palmas e batidas de pés no chão, o que fez da linguagem corporal um dos principais elementos de comunicação e expressão humana.

No universo da dança, existem diversas manifestações, como danças de salão, urbanas, clássicas, entre outras. Neste capítulo, daremos enfoque às danças populares ou folclóricas. Que tal conhecer um pouco mais sobre elas?

Podemos entender as danças populares como manifestações que fazem parte da cultura humana e que surgiram inicialmente como possibilidades de expressão e comunicação. Gradativamente, elas começaram a integrar diferentes ritos, como manifestações sagradas, religiosas e festejos populares, ou mesmo momentos de lazer e socialização nas comunidades em que se desenvolviam. Passaram, portanto, a compor as raízes de diferentes culturas e povos por ganharem papéis históricos e sociais e atuarem na construção de sua identidade.

No Brasil, as danças populares se constituem com a miscigenação do povo de modo que se pode notar nelas a mistura de referências indígenas, europeias e africanas, culturas que participaram diretamente do processo de formação do povo brasileiro. Dessa maneira, apresentam características específicas de cada lugar em que se manifestam, perpetuando tradições que são passadas de uma geração a outra.

Ritos de passagem: cerimônias realizadas em momentos significativos da vida das pessoas, como o nascimento, o casamento, a passagem para a adolescência em muitas comunidades, o funeral, entre outros.

Biblioteca do professor. Indicamos a leitura da obra *Dança popular: espetáculo e devoção*, da professora Marianna Monteiro (São Paulo: Terceiro Nome, 2011). Nela, a autora investiga os processos formativos das danças populares brasileiras e indica novos olhares sobre suas representações, bem como suas principais características. Há também algumas reflexões sobre a oposição entre cultura popular e cultura erudita, o que pode auxiliar na construção das discussões com os estudantes, inclusive no debate sobre o TCT – Diversidade cultural.

Tá ligado!

Considerada uma das linguagens artísticas, a dança é também objeto de estudo da Arte, que a explora, por exemplo, sob aspectos da estética, sensibilidade e expressão individual.

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

Chula: dança popular de origem portuguesa que assumiu características próprias no Sul do Brasil.

Catira: dança popular de origem ameríndia; cateretê.

Siriri: dança popular da região Centro-Oeste.

Carimbó: dança popular originária do Pará.

As danças populares são manifestações que englobam diferentes emoções, saberes, representações sociais, além de retratar a vida cotidiana e as experiências de um povo. Assim, o frevo, o maracatu, o xaxado, as cirandas, a quadrilha, a **chula**, a **catira**, o **siriri**, o **carimbó**, entre tantas outras, configuram-se como danças populares que carregam múltiplos significados sociais em cada uma de suas comunidades.

O espaço e as atividades típicas de cada comunidade interferem diretamente nas práticas, que podem ser criadas e perpetuadas no decorrer do tempo.



JR MANOLO/FOTOARENA

Coco de roda, dança que associa os passos em roda ao batuque inspirado na quebra das cascas do coco-babaçu. Maceió, 2019.

Fala aí!

Você já conhecia as danças populares? Já havia experimentado alguma delas? Em caso afirmativo, em qual contexto aconteceram essas experiências?

Estratégia: Procure associar as vivências de dança que já teve com os conceitos apresentados neste capítulo para conseguir refletir sobre as questões apresentadas.

Leitura

É muito importante que os estudantes leiam os textos para que possam aprofundar seus conhecimentos sobre os temas abordados em aula, mesmo que causem certo estranhamento por se tratar do componente curricular de Educação Física, tradicionalmente associado a atividades práticas. Caso não consiga trabalhar todas as leituras durante as aulas, é fundamental que os estudantes leiam os textos em casa ou em outros momentos da vida escolar.

É possível identificar uma região por meio de suas danças, costumes, lendas, entre outros elementos culturais que representam a coletividade e reforçam a construção de seus símbolos sociais. O modo de dançar – passos, giros, palmas e saltos – traduz significados para quem realiza a dança. É o caso do frevo, como você verá pela leitura do trecho a seguir.

Sugere-se a abordagem do frevo como dança popular brasileira, mas é possível selecionar outra de maior relevância e significado para o seu **contexto social**. Leia comentário no **Suplemento para o professor**.

Dança na perspectiva da cultura corporal: da batalha do passinho à batalha do frevo

O Frevo é uma manifestação cultural tipicamente pernambucana, surgida no final do século XIX. O termo *frevo* advém de uma alteração popular da palavra *ferver*. Segundo pesquisas de Rondinelli (2010), o ritmo era bastante acelerado e, com o passar dos anos, o termo usado pelas pessoas era *frervendo* e assim ficou conhecido como Frevo.

O surgimento do Frevo coincide com as profundas transformações sociais em Pernambuco na virada do século XIX para o início do século XX. Sua história retrata Recife (primeiro berço) e Olinda (segundo berço), abolição da escravatura, proclamação da república e fortalecimento do movimento operário.

Para Cavalcante (2007), a prática do Frevo se expande quando os capoeiristas passam a acompanhar disfarçadamente os Clubes Carnavalescos, associações anteriormente fundadas por trabalhadores ligados às categorias profissionais que saíam desfilando pelas ruas. Há clubes com mais de cem anos de existência, como o Clube Carnavalesco Misto Lenhadores e o seu rival Clube das Vassourinhas, ambos da cidade de Olinda.

Frevo: patrimônio cultural

Em 2007, o frevo foi reconhecido como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan). Em 2012, também foi incluído na Lista Representativa do Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade da Unesco.

Para saber mais, acesse na página do Iphan o Dossiê14, do frevo, disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/publicacao/dossieiphan14_frevo_web.pdf (acesso em: 3 maio 2024).

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

Ao se referir à contribuição da capoeira na composição dos passos do Frevo, Marques (2012) explica que: "As sombrinhas coloridas são uma estilização das utilizadas inicialmente como armas de defesa dos passistas, que remetem diretamente a luta, resistência e camuflagem, herdada diretamente da Capoeira e dos capoeiristas [...]".

Rondinelli (2010) destaca também a influência da Capoeira, especialmente nos movimentos baixos, que requerem máximas flexões dos joelhos. O Frevo tem mais de 120 passos catalogados. Para Marques (2012), a dança do Frevo pode ser de duas formas: quando a multidão dança (passos simples), ou quando os passistas realizam os passos mais complexos, de forma acrobática.

Referências

RONDINELLI, Paula. Frevo: dança e cultura pernambucana. **Brasil Escola**, 2010.

CAVALCANTE, David. Frevo completa 100 anos: trabalhadores e negros pernambucanos marcam as origens dessa história. **Revista PSTU Partido Socialista dos Trabalhadores Unificado**, São Paulo, fev. 2007.

MARQUES, Isabel A. **Interações:** crianças, dança e escola. *In*: BAROUKH, Josca (coord.); ALVES, Cristina (org.). São Paulo: Blucher, 2012. (Coleção InterAções).

MARIA, Vanessa Moraes; AZEVEDO, Ivone Ouverney Santos de. Dança na perspectiva da cultura corporal: da batalha do passinho à batalha do frevo. **Temas em Educação Física Escolar**, v. 5, n. 1, p. 30 e 34, jan.-jun. 2020.

Investigue

Agora que você já conhece um pouco sobre o frevo, pesquise alguns vídeos dessa manifestação na cidade de Recife (Pernambuco), berço dessa prática corporal. Procure identificar em suas investigações passos que chamaram sua atenção e por que isso aconteceu. Complexidade? Amplitude? Velocidade?

Estratégia: Procure observar em suas pesquisas diferentes características nos movimentos, ou seja, se são feitos no solo, saltando, sozinho, em pares ou em grupo, entre outras.

OBJETO DIGITAL

Podcast: Manifestações culturais: música, dança, festas e celebrações populares

Por dentro do texto

1. Segundo o texto, qual é a origem do termo *frevo*?
2. Que prática da cultura corporal teve participação na expansão do frevo?
3. Pensando no conceito de dança popular tratado anteriormente, como você identificaria o frevo nessa categoria?

1. Segundo o texto, o termo se origina de uma alteração popular da palavra *ferver*, relacionada ao ritmo acelerado da dança.
2. A capoeira, uma vez que o frevo se expande quando os capoeiristas passam a acompanhar disfarçadamente os clubes carnavalescos nos desfiles de rua.

É importante que os estudantes possam observar a variedade nas características dos movimentos do frevo e apreciar a estética dessa prática corporal. Nas aulas de Educação Física, devemos estimulá-los a conhecer, a vivenciar, bem como a usufruir esses saberes como forma de lazer e de aprofundamento do conhecimento sobre a diversidade cultural brasileira.

3. Trata-se de uma manifestação que surge da expressão popular de Pernambuco, reunindo grupos sociais com características específicas, que, pelas diversas referências e costumes locais, foram construindo uma nova prática corporal muito significativa para a comunidade. Com o tempo, a dança passa a traduzir diferentes significados e uma relação com a construção da identidade daquele povo.

E SE A GENTE... CONSTRUÍSSE UM MAPA MENTAL?



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

E se a gente... Mapa mental é um instrumento que pode ajudar os estudantes a visualizar os conhecimentos abordados na aula e se apropriar deles. De forma resumida e visual, promove associações com o conteúdo por meio de símbolos, setas e imagens. Avalie, pelos mapas mentais, a apropriação dos conceitos, essencial para a realização das próximas atividades.

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

É lógico!

A representação de ideias em formato de esquema, mapa mental ou mapa conceitual exige a abstração, isto é, a seleção dos dados mais relevantes e sua organização. Essas ações desenvolvem a habilidade de abstração.

Momento de preparar

1. Em grupos, retomem os textos da abertura do capítulo e da seção **Leitura** e anotem, em uma folha avulsa, os principais tópicos abordados. Vocês podem usar desenhos, fotografias e palavras-chave.
2. Em seguida, utilizando setas e outros símbolos, relacionem esses tópicos uns aos outros, buscando criar uma linha de raciocínio.

Momento de elaborar

É importante recuperar o conceito de danças populares e a relação com identidade, reforçando as características principais dessas práticas corporais.

1. Agora, você e seus colegas vão transformar esse esboço em um mapa mental: analisem o material produzido nos itens anteriores e construam uma estrutura gráfica que represente aquilo que aprenderam com os textos. O mapa mental é um recurso que ajuda a compreender de forma objetiva, rápida e visual como os assuntos tratados em determinado texto se relacionam, configurando-se como uma boa ferramenta de estudo.
2. Compartilhem os mapas mentais com os demais grupos e observem como os colegas organizaram as ideias.

BORA PRA QUADRA? Preparando o frevo

Leia comentário nas orientações específicas do **Suplemento para o professor.**

Para começar, produza com os colegas uma sombrinha artesanal para ser utilizada nas atividades de frevo.

Materiais

- 4 folhas de papel sulfite colorido
- Cartolina
- Fita adesiva
- Grampeador
- Tesoura
- Cola
- Fitas de cetim ou de papel crepom (opcional)



DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Figura 1.

Para fazer o cabo da sombrinha, enrole a cartolina a partir de uma das pontas até formar um canudo e finalize colando a outra ponta com cola ou fita adesiva (figura 1).

Em seguida, em cada uma das quatro folhas de papel sulfite, faça dobras de aproximadamente 2 centímetros de largura, no sentido horizontal da folha, formando quatro "sanfoninhas".

Junte as quatro folhas dobradas, uma ao lado da outra, e prenda-as pelo centro com fita adesiva (figura 2). Dobre uma das pontas da haste de cartolina, de modo a envolver o centro das folhas, e prenda-a com fita adesiva para formar a estrutura principal (figura 3). Depois, abra as dobraduras e prenda uma à outra com grampeador (figura 4). Passe cola nas laterais para finalizar a sombrinha e, se quiser, decore-a com fitas de cetim ou papel crepom (figura 5).

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



Figura 2.



Figura 3.



Figura 4.



Figura 5.

FOTOS: DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

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

Brincando de saltar

Nesse momento, você vai experimentar alguns passos do frevo. Por ser uma dança rápida e intensa, é importante que, antes de começar, você realize um bom alongamento seguindo as orientações do professor.

Ao som da música de frevo, sempre que o professor pausar, você deverá realizar um salto diferente. Seja criativo e explore esse momento como uma experiência artística. Use referências de outras práticas corporais que você já conhece, como a ginástica e os esportes. Não é permitido repetir o salto. Depois, para ampliar o desafio, experimente incluir nos saltos a sombrinha produzida por você.

Sugira aos estudantes que se movimentem pelo espaço livremente. Quando considerar pertinente, pare a música e solicite que executem um salto. Eles podem executá-lo como quiserem: com um pé, dois, afastado, grupado, tesoura, entre outros. Sugira que usem o repertório pessoal para criar passos ou, ainda, referências de outras práticas corporais que já tenham. Não é necessário fazer pesquisa prévia: eles devem explorar, criar e executar o que já conhecem. Você pode espalhar alguns obstáculos pelo espaço de aula (arcos, cordas, elásticos, plintos de espuma etc.) para estimular que saltem por cima deles.

FAIXA DE ÁUDIO Frevo

Fervendo

Explore os passos de frevo previamente para auxiliar os estudantes durante a execução. Há vídeos na internet que podem ajudar nesse momento de estudo prévio. Você pode escolher outros passos que considerar pertinentes ao seu contexto.

Agora, experimente alguns passos de frevo!

1. **Engana-povo:** apoie, de forma alternada, as pontas dos pés no solo: primeiro a de um pé, depois a do outro, fazendo uma leve rotação no quadril. Ao mesmo tempo, lance um braço de cada vez para a frente (semiflexionado), sempre do lado contrário ao do pé: quando a ponta do pé direito estiver no chão, é o braço esquerdo que deve ser lançado à frente para equilibrar o movimento. Quando estiver confiante, execute o passo segurando a sombrinha em uma das mãos.



Passo 1.

LEO CALDAS/PULSAR IMAGENS

Engana-povo. Esse é um movimento simples. Coloque uma música mais lenta para os estudantes e, depois, traga outras opções para que possam experimentar o mesmo movimento de forma mais acelerada. Quando se sentirem mais à vontade, desafie-os a trocar a sombrinha de mão.

Dica de professor

Lembre-se de manter o abdômen contraído para ter mais sustentação durante a execução dos passos. Além disso, respeite seus limites e cuide de seu corpo para que não se machuque durante as aulas. Quando tiver facilidade para executar os passos, auxilie os colegas que estejam enfrentando alguns desafios. Será uma forma de reforçar seus conhecimentos e socializar o que aprendeu.

Caso haja estudantes com deficiência em sua turma, não se esqueça de adequar as atividades para que todos possam participar, de acordo com suas possibilidades. Por exemplo, estudantes com paralisia nos membros inferiores podem explorar a sombrinha de várias maneiras (com as mãos e os braços).

> "[...] as tradições e expressões culturais e musicais sofrem, na dinâmica histórico-social, os influxos das mudanças, releituras e acréscimos. Elas se atualizam e se transformam, temporal e espacialmente, num processo contínuo de renovação."
>
> BARBOSA, Yêda (coord.). **Frevo.** Brasília: Iphan, 2016. Dossiê Iphan 14. p. 61.

Nas ruas, as pessoas dançam livremente, adaptando e reinventando os passos da dança.

2. **Ponta/calcanhar:** com uma das pernas um pouco à frente, alterne a parte do pé que fica em contato com o solo: ora o calcanhar (2A), ora a ponta do pé (2B). Dê pequenos saltos com a perna que está apoiada no chão para fazer essas trocas. Tente realizar com uma perna e, depois, com a outra. Enquanto desenvolve o passo, segure a sombrinha com a mão contrária ao pé de apoio, levantando e abaixando o braço.



Passo 2A.



Passo 2B.

FOTOS: LEO CALDAS/PULSAR IMAGENS

Ponta/calcanhar. Depois que os estudantes tiverem conseguido executar o passo com cada uma das pernas, trabalhe a transição sem pausa de uma para a outra, bem como a troca da sombrinha de uma mão para a outra.

3. **Saci:** coloque no chão a perna em que você tem mais equilíbrio e apoie a ponta do pé contrário atrás do joelho (3A). Execute leves saltitos na perna de apoio e balance o joelho para um lado e para o outro. Para dar equilíbrio ao movimento, os braços deverão ser lançados para o lado contrário àquele para o qual o joelho flexionado está apontando (3B). Para se desafiar, tente executar com as duas pernas (esquerda e direita).

4. Como o tubarão é um movimento extenuante, trabalhe esse passo em duplas, de modo que um estudante auxilie o outro na execução e possa, enquanto isso, descansar. Sugere-se ainda que o passo seja realizado inicialmente sem a sombrinha e, depois, quando os estudantes estiverem mais confortáveis com a execução desse movimento, ela pode ser incluída.

FOTOS: DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA



Passo 3A.



Passo 3B.



Passo 4A.



Passo 4B.

FOTOS: DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

4. **Tubarão:** salte afastando as pernas, uma para a frente e a outra para trás, inclinando o tronco para a frente (4A). Cada vez que as pernas se afastarem, passe a sombrinha entre elas, trocando-a de mão (4B).

5. **Tesoura:** cruze a perna direita à frente da esquerda (5A) e, depois, afaste as duas apoiando o calcanhar esquerdo no chão (5B). Enquanto isso, a perna direita fica levemente flexionada para dar equilíbrio ao corpo durante a execução do movimento. Depois, realize o mesmo movimento invertendo a ordem das pernas: cruze a esquerda à frente da outra (5C) e afaste as duas apoiando o calcanhar direito no chão (5D). Quando sentir facilidade em executar essa movimentação, tente coordenar a abertura dos braços: normalmente, o braço que aponta para cima é o do mesmo lado da perna que está com o pé inteiro apoiado no solo. Além disso, a sombrinha pode variar de mãos durante o passo.

5. Tesoura. Como esse é um passo mais complexo, é possível dividi-lo em partes, de maneira que os estudantes tenham tempo para se apropriar dele: fazem primeiro apenas com um lado, depois com o outro e, por fim, juntam os dois. Outra sugestão é que experimentem com as pernas invertidas, isto é, quando cruzam a direita à frente, pisam também com o calcanhar direito. Visualmente, o passo fica bem parecido e sua execução pode ser mais fácil para alguns estudantes.

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



Passo 5A. Passo 5B. Passo 5C. Passo 5D.

FOTOS: DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Compondo coreografias

Leia orientações no **Suplemento para o professor**.

Em grupos, criem pequenas sequências coreográficas explorando os passos aprendidos em aula. Este é o momento de experimentar! Explorem e criem outras possibilidades corporais. Em um primeiro momento, pensem nas seguintes sugestões nestes questionamentos:

- É possível realizar quatro vezes cada passo na ordem que desejarem?
- É viável fazer algum deles em deslocamento?
- É possível dispor o grupo de formas diferentes no espaço de dança para executá-los?
- É viável colocar na coreografia os saltos explorados no início da atividade?

Em um segundo momento, pesquisem na internet três novos passos de frevo e incluam esses movimentos na coreografia de vocês.

Apresentem à turma o trabalho desenvolvido e apreciem as produções dos colegas.

Vamos juntar?

Agora é o momento de produzir uma coreografia da turma toda. Depois de assistir às composições dos grupos, escolham pelo menos dois movimentos de cada um deles e iniciem a elaboração de uma coreografia coletiva. A ordem dos movimentos pode ser definida por vocês. Lembrem-se de que algumas formações precisarão ser adaptadas para atender às especificidades do grupo, que agora contará com a presença de todos os estudantes da sala. Aproveitem!

Roda de conversa

Conversem com o professor e os colegas sobre quais foram os principais desafios enfrentados ao experimentar os passos do frevo. Usem as seguintes questões norteadoras.

- Como se sentiram?
- Acham que evoluíram no decorrer das aulas? Em que poderiam melhorar?
- Conseguem ensinar a alguém um passo que aprenderam?
- Como relacionar as aprendizagens do início do capítulo com as vivências práticas?

É lógico!

A montagem da sequência coreográfica pressupõe escolhas ancoradas em critérios. É preciso julgar a viabilidade dos movimentos, o que envolve a capacidade de abstração. O resultado é um algoritmo, com uma sequência de instruções para efetivação do conjunto planejado.

Roda de conversa. Estimule os estudantes a falar sobre os medos, os sentimentos e as emoções experimentados durante o processo. Garanta que todos possam se expressar e aproveite esse momento para refletir sobre a necessidade de adaptações ou mesmo como oportunidade de avaliação do processo de aprendizagem.
Para avaliar, considere o trabalho coreográfico dos pequenos grupos. A proposta não deve ser pautada em quem consegue realizar melhor o movimento, mas em quem consegue experimentar e adaptar os movimentos às suas características individuais. Valorize o trabalho coletivo e a organização dos grupos. Criatividade, ocupação dos espaços de apresentação, apropriação das principais características do frevo, além da capacidade de adaptação, são alguns critérios que podem ser utilizados para avaliar. Você pode também desenvolver uma prova escrita para avaliar os elementos conceituais.

Recado final

Agora que você conheceu um pouco mais sobre as danças populares, e em especial o frevo, e pôde entrar em contato com seu conceito, características e práticas, esperamos que possa identificar e praticar outras manifestações dessa natureza e valorizar, de maneira crítica e autônoma, os saberes da cultura popular. Se tiver oportunidade, conheça e apoie o trabalho dos grupos folclóricos, assista a uma apresentação ao vivo ou pela internet e tente reproduzir alguns passos. Não deixe de refletir sobre a importância de conhecer e vivenciar as práticas corporais na escola e em seu dia a dia.

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

Capítulo 3

CULTURA POPULAR: DECIFRANDO AS DANÇAS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

CIDADANIA E CIVISMO

ODS 4

Neste capítulo, entraremos em contato com o rico universo da cultura popular e seus saberes. Por meio da produção de um festival de danças populares, vamos conhecer e partilhar saberes tradicionais de nosso país.



ERICATARINA/ISTOCK/GETTY IMAGES

Apresentação de Maracatu rural. Olinda (PE), 2020.

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Neste capítulo, após a leitura de um texto sobre cultura popular, os estudantes realizarão pesquisa, criarão coreografias e organizarão um festival de danças populares para compartilhar saberes e experiências formativas acerca dessas manifestações com a escola e com a comunidade, vivenciando um pouco da diversidade de práticas existentes no país, além de compreender sua riqueza em termos de símbolos históricos e sociais. Nos trabalhos em grupo para a preparação do festival, serão estimuladas as aprendizagens colaborativa e autônoma. A proposta contribui para o desenvolvimento das habilidades EM13LGG101, EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG602 da BNCC.

OBJETO DIGITAL Carrossel de imagens: Caboclos de lança

Biblioteca do professor. Indicamos a leitura da obra *Dança-educação: da pré-escola à universidade*, de Dionísia Nanni (Rio de Janeiro: Sprint, 1995). Esse livro apresenta um apanhado da história da dança como prática corporal historicamente situada, além de sugestões sobre como introduzir e desenvolver o trabalho com as danças populares na escola.

Leitura

Leia a seguir um trecho de uma dissertação de mestrado que trata das danças populares brasileiras.

Danças populares brasileiras

Por todas as partes, por diversos motivos, em todos os tempos, os homens dançaram, dançou-se para a vida e para a morte, dançou-se a cura, as colheitas, as chuvas, o fogo, o sol, dançou-se a paz e a guerra, dançou-se por dançar. [...]

No Brasil, seguramente as primeiras danças foram realizadas entre os indígenas que aqui viviam; de norte a sul temos registros de diversas práticas, algumas vivas até hoje no seio das aldeias. Após a chegada dos portugueses, africanos e posteriormente imigrantes de diversos lugares do mundo, suas culturas foram se adaptando, somando-se umas às outras e através dessa diversidade cultural, potencializada pela grande quantidade de povos diferentes na formação do Povo Brasileiro, temos então um ambiente muito rico para o desenvolvimento de manifestações diversas. Um exemplo disso são as Danças Populares Brasileiras.

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

Investigue. Incentive os estudantes a pensarem nas pessoas da comunidade que têm saberes tradicionais, alguém que todos conheçam, como um mestre de capoeira, uma cozinheira que prepare pratos tradicionalmente brasileiros etc. Se possível, organize a vinda desse mestre ou mestra à escola para falar com os estudantes. Essa pessoa também pode ser convidada para o festival proposto na seção **Bora pra quadra?**.

Danças de grupo, pares ou individuais, elas podem assumir diversos motivos, conforme o contexto e o objetivo. Algumas festivas, outras cerimoniais ou religiosas, elas podem ser praticadas durante o ano todo ou em alguma data especial. A complexidade que envolve tais eventos é tamanha que fica praticamente impossível classificar ou enumerar todas as manifestações desse caráter. Outro ponto que torna isso um feito improvável é que elas são dinâmicas, podendo surgir ou desaparecer em lugares diferentes, trocar de ritmo, ou até mesmo de nome. Quanto à designação "popular", concordo com Conrado (2004) quando diz que é utilizada para diferenciar de outras práticas de danças como: moderna, contemporânea e clássica. É importante perceber que, como o próprio termo sugere, popular é o que vem do povo e é por este conservado e praticado.



CESAR DINIZ/PULSAR IMAGEM

Apresentação de carimbó. Pirapora do Bom Jesus (SP), 2019.

1. As danças constituem uma forma de comunicação humana, empregada como modo de celebração da vida, da morte, da colheita, dos elementos da natureza, das guerras e da paz. Segundo o texto, ela é tão importante para a humanidade que dançamos até mesmo sem motivo.

Referência

CONRADO, Amélia Vitória de Souza. Danças populares brasileiras. **Revista da Bahia**, Salvador, v. 32, n. 38, p. 36-46, maio 2004.

UMANN, Jair Felipe Bonatto. **Dançando em harmonia na cadência da transdisciplinaridade**: um referencial para o ensino das danças populares brasileiras na universidade. 2007. Dissertação (Mestrado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007. p. 48.

Papo aberto sobre o texto

2. Trata-se de manifestações dinâmicas produzidas e praticadas pelo povo e que podem ser desenvolvidas em diferentes contextos. Seus objetivos são variados e apresentam origem festiva, cerimonial ou religiosa, acontecendo ao longo de todo o ano ou em datas comemorativas.

1. **As danças constituem uma das práticas corporais mais antigas da humanidade. Assim, com base na leitura, quais seriam os principais objetivos para se dançar ao longo da história?**

2. **Com base no texto, como poderíamos definir as danças populares? Quais seriam suas principais características?**

3. **Que importância tiveram os diferentes povos que constituíram a base da população brasileira para as danças populares?** **3.** O contato entre culturas tão diversas, como a dos indígenas que aqui viviam, a dos portugueses e a dos africanos, que aqui chegaram ou para cá foram trazidos, e, posteriormente, as de outros imigrantes, foi fundamental para o surgimento de diferentes manifestações culturais, compondo um "terreno fértil" para a criação de distintas práticas culturais, como são as danças populares brasileiras.

Investigue

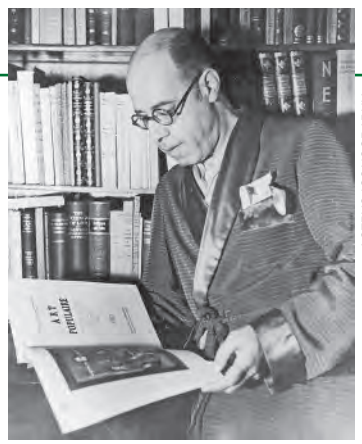
Em sua comunidade, há algum mestre que atua na divulgação ou na disseminação de alguma manifestação popular? Em caso afirmativo, que tal convidá-lo para falar um pouco sobre isso na escola?

Estratégia: Faça, com os colegas, um levantamento de diferentes saberes tradicionais presentes em sua comunidade, não só daqueles ligados à música e à dança.

TRABALHO E JUVENTUDES

Você já deve conhecer Mário de Andrade (1893-1945). Além de pesquisador da cultura popular brasileira, o que mais ele fez? Procure dados de sua trajetória profissional.

Em seu projeto de vida, você considerou seguir uma carreira profissional relacionada a áreas da cultura e da arte em especial?



ACERVO ICONOGRAPHIA

Mário de Andrade. São Paulo (SP), *c.* 1940.

Trabalho e juventudes. Mário de Andrade foi romancista, crítico literário, ensaísta, poeta e grande estudioso da música e do folclore brasileiros. Pergunte aos estudantes se a trajetória de Mário de Andrade os inspira a seguir uma carreira profissional relacionada a áreas da cultura e da arte. Peça que citem algumas dessas carreiras (jornalista cultural, produtor cultural, museólogo, escritor, artista plástico, músico, dançarino, ator, entre outras). Explique a eles que existem faculdades, escolas e institutos que oferecem formações específicas e vivências nessas áreas.

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

BORA PRA QUADRA? Produção de festival de danças populares

OBJETO DIGITAL
Mapa clicável: Festas do Boi pelo Brasil

Auxilie os estudantes no processo de escolha. É muito importante, antes de selecionar a manifestação, avaliar o nível de dificuldade de cada dança, os materiais necessários, como adaptar movimentos e figurinos, entre outros elementos. Assegure-se de que todas as regiões do Brasil estejam representadas. Além de vídeos na internet, uma boa fonte de pesquisa sobre danças populares é o *Dicionário do folclore brasileiro*, de Luís da Câmara Cascudo (São Paulo: Editora Global, 2012).

Agora que já conhecemos um pouco da riqueza e da história que as danças populares e seus saberes oferecem, é hora de iniciar a produção de um festival de danças populares a ser apresentado para a escola e para a comunidade.

Com base em uma manifestação da cultura popular, vocês vão criar uma coreografia original que retome elementos dessa manifestação e inclua outros, da autoria de vocês. Será um momento de autoexpressão e de compartilhamento de saberes relacionados às danças populares.

Etapa 1 – Seleção da dança popular

Com o auxílio do professor, dividam-se em grupos. Assistam a vídeos na internet e selecionem uma dança popular de interesse do grupo. Seguem algumas sugestões.

CESAR DINIZ/PULSAR IMAGENS



Apresentação de jongo em Embu das Artes. São Paulo (SP), 2023.

Região Sudeste: caninha verde, batuque de umbigada, folia de reis, dança do tamanduá, jongo, samba de lenço, entre outras.

Região Sul: chula, dança do pau de fitas, chimarrita, fandango, milonga gaúcha, pezinho, balainha, entre outras.

GERSON GERLOFF/PULSAR IMAGENS



Apresentação de dança do pau de fitas. São Gabriel (RS), 2022.

Região Centro-Oeste: catira, siriri, cururu, vilão, sarandi, chupim, palomita, entre outras.

MARIO FRIEDLANDER/PULSAR IMAGENS



Apresentação de siriri. Cuiabá (MT), 2013.

RUBENS CHAVES/PULSAR IMAGENS



Apresentação de carimbó. Santarém (PA), 2019.

Região Norte: carimbó, marujada, marambiré, ciranda do norte, camaleão, dança do maçarico, entre outras.

Região Nordeste: bumba meu boi, maracatu, cavalo piancó, espontão, frevo, maculelê, reisado, cacuriá, samba do coco, entre outras.

ADRIANO KIRIHARA/PULSAR IMAGENS



Apresentação de samba de coco. Buíque (PE), 2023.

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

Fala aí!

Você já havia pensado sobre a diversidade de danças populares que existem em nosso país? Conhecia todas elas? Consegue perceber quanto a cultura corporal de movimento é diversa e a importância de as aulas de Educação Física não se restringirem apenas às vivências mais comuns como os esportes, por exemplo?

Estratégia: Ouça com atenção o que os colegas têm a dizer sobre suas experiências pessoais, anotando o que deseja comentar na sua vez de falar.

Tá ligado!

Para a construção da ficha de pesquisa, atente às características desse gênero, mobilizando conhecimentos relacionados aos seus estudos da Língua Portuguesa.

Etapa 2 – Construção da ficha de pesquisa

Após a seleção da dança, construam uma ficha de pesquisa. Insiram nela, apoiados nas pesquisas iniciais, algumas informações sobre a dança selecionada. Utilizem a proposta-modelo a seguir, registrando-a no caderno; se necessário, criem mais itens para atender às demandas específicas do grupo ou da dança.

Ficha de pesquisa – Modelo

MODELO

1. **Integrantes do grupo:**
2. **Dança selecionada:**
3. **Região do Brasil representada:**
4. **Resumo com as principais características da dança:**
   - Como surgiu?
   - Como são as vestimentas?
   - Quais são os principais movimentos?
5. **Vídeos de referência (com título, produtor, endereço eletrônico e data de acesso):**
6. **Músicas de referência (com título, compositores, intérprete, gravadora, endereço eletrônico e data de acesso):**
7. **Detalhamento do figurino:**
   - Como ele é?
   - Como pretendem adaptá-lo?
8. **Materiais necessários para a apresentação:**
   - Instrumentos a serem utilizados:
   - Elementos para a composição do espaço de apresentação:
   - Outros objetos necessários:

É importante salientar que esse é um planejamento, isto é, pode ser alterado no decorrer do processo. Ele serve para construir parâmetros acerca do que se pretende executar no festival, bem como para catalogar informações relevantes da dança escolhida.

Paralelamente à pesquisa, iniciem a busca ou a confecção dos itens que serão utilizados no figurino e dos materiais necessários para a apresentação; sempre é possível fazer adaptações, de acordo com suas possibilidades.

Fala aí! Construa reflexões com os estudantes sobre a diversidade das danças populares que existem no país, e sobre os conhecimentos e experiências que a escola pode proporcionar a partir da cultura corporal de movimento. Restringir as aulas de Educação Física apenas aos esportes, por exemplo, reduz o direito dos estudantes, enquanto agentes sociais, de conhecer, de se apropriar e de usufruir das práticas corporais em sua totalidade.

Se for preciso, sugira outras informações que considerar importantes na elaboração da ficha, de acordo com as necessidades da turma e da escola. Acompanhe o trabalho de cada grupo e oriente o processo de pesquisa. Se a escola dispuser de materiais artísticos, disponibilize alguns para que os estudantes já comecem a construir os figurinos e os objetos necessários para a coreografia. Se julgar conveniente, proponha a articulação dessa atividade com o professor de Arte.

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

***Hashtags*:** palavras-chave relacionadas a uma informação, um tema ou um assunto que circula em redes sociais. Ao inseri-las em uma postagem, seja texto, seja imagem ou vídeo, o *post* é agrupado, nos mecanismos de pesquisa, com milhares de outros que também estão tratando do assunto. As *hashtags* são marcadas pelo sinal gráfico da cerquilha, popularmente conhecido como "jogo da velha" (#).

Etapa 3 – Pesquisa

Para finalizar a ficha de pesquisa, busquem mais informações sobre a dança pela qual seu grupo ficou responsável. Uma possibilidade é utilizar **hashtags** para pesquisa em redes sociais, empregando termos diretamente relacionados à manifestação popular que escolheram. Nos espaços de busca (sinalizados com a lupa), digitem a *hashtag* (por exemplo, #maracatu); assim, vocês poderão encontrar vídeos, fotografias, atuação de grupos de danças populares, eventos, entre outras informações relevantes.

Avaliem com atenção e procurem sempre refletir, com o professor, acerca das informações encontradas. É sempre importante consultar diferentes fontes de pesquisa e confrontar dados, como forma de garantir que as informações coletadas são verdadeiras. Lembrem-se de que nem toda informação divulgada na internet é confiável e de que é papel de todos o combate à divulgação de informações falsas.

Caso a escola não tenha sala de informática, oriente os estudantes a desenvolverem a atividade em casa, de modo que os grupos possam se reunir e aproveitar um mesmo aparelho celular ou computador. Além disso, fique atento para orientar a verificação das informações encontradas nas redes sociais, atuando na mediação desse processo. Aproveite a informação do glossário sobre *hashtags* em relação ao agrupamento dos *posts* com "milhares de outros" para recordar aos estudantes sobre o grande volume de informações que circulam na Internet e a velocidade com que elas são compartilhadas, contribuindo para o senso de responsabilidade coletiva acerca do combate às *fake news*.

Dica de professor

Evite utilizar músicas apenas instrumentais, pois isso pode dificultar o processo de aprendizagem da coreografia. Além disso, reflita se, no momento de organizar as sequências de movimentos, alguns trechos da música podem orientar os momentos de iniciar, terminar ou trocar determinado passo.

Etapa 4 – Planejamento da coreografia

Entre as músicas selecionadas na ficha de pesquisa, escolham uma para utilizar na composição de uma coreografia original. Procurem ouvi-la e tentem se movimentar no ritmo, andar pelo espaço, bater palmas ou estalar os dedos, saltar, entre outras possibilidades. A proposta é compreender o ritmo em que a música é desenvolvida.

Em um segundo momento, tentem reproduzir alguns movimentos parecidos com os da dança selecionada (se preciso, revejam alguns vídeos) ao som dessa música e nesse ritmo, auxiliando os colegas que apresentarem alguma dificuldade. Procurem repetir os movimentos com frequência para se familiarizarem com eles.

Avaliem e pré-selecionem aqueles movimentos de que mais gostaram e que poderão compor a coreografia do grupo.

Para orientações sobre as etapas 4 e 5, veja o **Suplemento para o professor**.

Com relação à contagem da frase musical (1 a 8), talvez seja necessário um apoio para que os estudantes entendam como aplicar isso na coreografia deles; caso você também tenha dificuldades, há alguns vídeos disponíveis na internet que podem auxiliar na compreensão do pulso.

Etapa 5 – Construção da coreografia

Partindo dos passos e movimentos pré-selecionados na etapa anterior, procurem organizar sequências coreográficas que durem de um minuto e meio a dois minutos e meio, no máximo. Utilizem a contagem de um a oito – uma frase musical ou oito **pulsos** – para facilitar o processo de composição e organização das sequências de movimentos.

Respeitando as características da dança escolhida, experimentem também ocupar os espaços, realizar movimentos parados e em deslocamento, explorar novas possibilidades de formação e investir na criatividade.



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Possibilidades de formação para grupos de oito estudantes.

Pulsos: referência para dividir e organizar o ritmo. Caracteriza-se por tempos iguais e constantes, que se repetem em frases musicais (1 frase = 8 pulsos). Por exemplo, em um movimento bastante conhecido da quadrilha – o cumprimento dos cavalheiros –, em duas linhas, uma de frente para a outra, os cavalheiros se aproximam para cumprimentar as damas, retiram o chapéu e retornam a seus lugares. Nesse modelo, podemos utilizar duas frases musicais: uma para que eles cheguem até lá e realizem o cumprimento (contagem de 1 a 8) e outra para retornarem. Isso oferece a todos os participantes uma referência para executar os movimentos dentro do mesmo tempo.

Etapa 6 – Organização do festival

As tarefas de organização do festival devem ser divididas entre os grupos. Organizem-se nas frentes de trabalho indicadas a seguir.

1. **Divulgação e convite à comunidade.** Os estudantes dessa frente ficarão responsáveis por fazer cartazes, *cards*, fôlderes e convites para a comunidade. O material de divulgação precisa conter a data, o local, o horário e demais informações necessárias. Essas informações devem ser combinadas previamente com a direção da escola. Para ajudar na divulgação, vocês podem postar pequenos vídeos nas redes sociais (de, no máximo, 20 segundos), com amostras de movimentos ou passos que serão apresentados, utilizando *hashtags* e com a supervisão do professor.

Se possível, oriente os estudantes a realizarem também a abertura do festival, pontuando os objetivos e a atuação deles durante todo o processo de construção e execução do evento. Antes de cada apresentação, os grupos podem fazer um resumo da dança popular escolhida, com base na ficha de pesquisa da Etapa 2, para informar à comunidade as principais características das danças populares apresentadas.

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

2. **Registro e imprensa.** Os responsáveis por essa frente registrarão as apresentações em fotos e/ou em vídeos, bem como entrevistarão pessoas da comunidade que participaram do evento, buscando saber a opinião delas sobre as apresentações.
3. **Produção.** Os estudantes que assumirem essa frente ajudarão a organizar o espaço de apresentação e cuidarão da cortina e dos demais adereços (se houver), além de auxiliar no transporte de materiais e peças que os grupos venham a utilizar.
4. **Som.** Os responsáveis devem organizar e testar todas as músicas antes do início das apresentações, bem como zelar pelos equipamentos no decorrer do festival.
5. **Acomodações e recepção.** Os estudantes dessa frente devem montar e preparar o espaço em que os convidados vão ficar, fornecendo as orientações necessárias e prestando auxílio para que o evento seja aproveitado da melhor maneira por todos.

Dica de professor

Algumas frentes terão maior carga de trabalho durante o festival. Por esse motivo, procurem, por exemplo, deixar os colegas das frentes do registro e do som para se apresentarem por último, de modo que consigam realizar suas atribuições iniciais ao longo do festival. Façam vários ensaios, avaliando as trocas necessárias entre as frentes de trabalho.

Etapa 7 – Compartilhando saberes com os colegas

Terminado o festival, cada um dos grupos ficará responsável por compartilhar os movimentos principais da sua coreografia com o restante da turma. Com a orientação do professor, selecionem alguns passos, ou mesmo alguns recortes da coreografia, e compartilhem-nos com os demais colegas.

Utilizem as experiências acumuladas durante o processo de aprendizagem de construção do festival para auxiliar os colegas que tiverem dificuldades. Procurem falar devagar, repetir a instrução várias vezes e acompanhar a evolução de todos.

É lógico!

Você pôde organizar um festival a partir da utilização de um algoritmo com atividades definidas e limitadas para isso. Aproveite para utilizar a mesma orientação em outras situações.

Dica de professor

O objetivo da Etapa 7 é que cada grupo compartilhe o que aprendeu sobre sua dança com os demais colegas da turma. Auxilie os estudantes na escolha dos passos ou sequências que devem ser privilegiados neste momento. Estimule todos os estudantes do grupo a participarem, já que é muito comum que aqueles com mais facilidade monopolizem a atividade.

Ao ensinar movimentos de dança, execute-os de costas para a turma, de modo a diminuir as chances de os lados serem confundidos. Além disso, enquanto um dos colegas do grupo ensina os movimentos, os outros podem ir passando entre os demais para auxiliar, corrigir ou fornecer orientações.

Roda de conversa

Estimule os estudantes a falarem sobre seus sentimentos. Garanta que todos possam se expressar. Esse também pode ser um momento de reflexão sobre o processo de aprendizagem. Reforce a importância de conhecer as práticas corporais como um saber relevante da cultura, que pode ampliar as possibilidades de socialização, lazer e saúde. Por fim, destaque as danças populares como práticas que nos auxiliam a conhecer a identidade brasileira, com suas matrizes africanas e indígenas, as quais, por vezes, podem sofrer um apagamento na história.

Converse com o professor e com os colegas sobre como foi a experiência com o festival e com o compartilhamento de saberes. Oriente-se pelas perguntas a seguir.

- Como foi o processo de elaboração da coreografia?
- Em quais passos tive mais dificuldade? Quais foram mais fáceis?
- O que muda quando é necessário apresentar a produção?
- Como foram minhas sensações? Medo? Vergonha? Alegria?
- Como foi ensinar as coreografias aos meus colegas?
- O que eu aprendi ao final dessa experiência?
- Foi possível identificar as influências das raízes africanas e indígenas nas danças populares presentes no festival? Em caso afirmativo, em quais?
- O que as danças populares podem nos ensinar sobre o Brasil e sobre nós mesmos?

MULTICULTURALISMO

Multiculturalismo

O termo *multiculturalismo* remete à diversidade étnica, social, de gênero, religiosa, econômica e cultural que se pode identificar na sociedade. Essa diversidade ressalta a importância de se adotarem comportamentos não preconceituosos, a fim de que haja espaços igualitários para todos. No contexto das danças populares, o multiculturalismo evidencia-se no fato de elas serem constituídas a partir de contribuições de diferentes povos. Conhecer, vivenciar e se apropriar das danças populares abre oportunidades para que sejam reconhecidos os saberes da comunidade, em um diálogo respeitoso entre estudantes, escola e sociedade.

Recado final

Os conhecimentos historicamente construídos não se limitam apenas aos saberes científicos. Abrangem também uma vasta tradição de coreografias, passos, rituais, costumes, lendas, que formam a identidade de um povo. A cultura popular é muito rica; por isso, é importante que, no decorrer de nossa vida, a reconheçamos, a valorizemos e a divulguemos sempre que possível.

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

O Ensino Médio é um momento importante para que os estudantes sejam desafiados a pensar sobre as práticas corporais como produções culturais que revelam valores, visões de mundo e ajudam na construção de processos identitários. Essa reflexão sobre as vivências contribui para a formação de sujeitos que possam analisar e, se for o caso, transformar suas práticas corporais e sua realidade, tomando e sustentando decisões conscientes e críticas em defesa dos Direitos Humanos e dos valores democráticos.

Capítulo 4

BASQUETE: O IMPORTANTE É COMPETIR! SERÁ?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

CIDADANIA E CIVISMO - CONVÍVIO SOCIAL **DIREITOS HUMANOS**

TIM CLAYTON/CORBIS/GETTY IMAGES



Jogadoras de basquete da Austrália e dos Estados Unidos se cumprimentam em jogo da Olimpíada de Tóquio 2021.

Franquias: modelos de gestão empresarial das equipes das grandes ligas esportivas norte-americanas. Estão presentes na NBA (basquete), NFL (futebol americano), NHL (hóquei) e MLB (beisebol).

NBA (*National Basketball Association*; Associação Nacional de Basquete, em português): é a principal liga de basquete profissional da América do Norte, também considerada a mais importante do mundo. Participam da liga 30 equipes (29 dos Estados Unidos e uma do Canadá), organizadas em forma de franquias.

Nossa sociedade, apesar de ter democratizado o acesso à informação, por vezes carece de uma atitude crítica e responsável diante dos dados e das informações que recebe. Isso porque a aproximação superficial de fatos e acontecimentos não gera conhecimento: é preciso que o sujeito que acessa a informação tenha condições de identificar, selecionar e analisar o que lê e o que ouve, a fim de elaborar argumentos consistentes sobre o tema e construir o conhecimento.

Neste capítulo, analisaremos criticamente, por meio de debates e de vivências, as diferentes possibilidades de experienciar o basquete e a competição esportiva.

Certamente, você conhece a célebre frase: "O importante é competir!". Mas será que ela é totalmente verdadeira? Que tal estabelecermos algumas ponderações críticas sobre as diferentes formas de participar de competições esportivas?

Leitura 1

O texto desta seção trata do processo de internacionalização da NBA. O objetivo é que os estudantes reflitam sobre as causas e as consequências desse processo, com o intuito de interpretar criticamente as relações entre os aspectos esportivos e econômicos que operam nesse cenário.
Caso os estudantes demonstrem interesse ou tenham dificuldade de entender o conceito de franquia, peça que assistam ao vídeo *Porque na NBA os times são chamados de franquias*, disponível em plataformas de vídeos.

O sonho da maioria dos atletas do basquete é jogar em uma das **franquias** da **NBA**, e cada vez mais jogadores de fora dos Estados Unidos têm tido esse privilégio. Mas quais são as credenciais que habilitam alguém a fazer parte dessa elite do basquetebol mundial? O talento seria o único "passaporte" para a NBA? O texto a seguir abre espaço para refletirmos sobre essas questões. Leia-o com atenção.

Neste capítulo, com base na leitura de textos e na vivência de jogos de basquete em diferentes formatos, os estudantes serão convidados a tomar parte em um debate, argumentar e se posicionar de modo fundamentado, ético e responsável sobre as diferentes formas de participação em competições esportivas. Esperamos, ao fim deste percurso, construir uma experiência de reflexão crítica e contribuir para o desenvolvimento das habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501 e EM13LGG502 da BNCC.

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

Draft da NBA 2023 tem o maior prospecto da história e um único brasileiro na briga

Final encerrada e Denver Nuggets campeão, agora mais um ciclo se inicia na NBA. O primeiro passo é a chegada da nova geração de atletas na liga. E a atual classe de promessas é bastante especial. A presença de Victor Wembanyama promete sacudir o mundo do basquete imediatamente. O francês de 2,26 m e 99 kg parece capaz de tudo com a bola laranja, sem pontos fracos, e é apontado por ex-jogadores e jornalistas norte-americanos como o maior prospecto da história, superando LeBron James, que também havia gerado enorme expectativa em 2003. [...]



CHRISTIAN LIEWIG/CORBIS/GETTY IMAGES

O jogador francês Victor Wembanyama, durante jogo em Orleães. França, 2024.

O que dizem os especialistas?

"Trata-se da maior promessa desde Kareem Abdul-Jabbar (*Draft* de 1969)", analisa Jalne Rose, ex-jogador da NBA e hoje comentarista. "Se fosse dirigente de outras franquias, trocaria qualquer um por ele, com exceção de Giannis (Antetokounmpo, dos Bucks), Jokic (dos Nuggets) e Luka (Doncic, dos Mavs). Todos os outros gerentes deveriam estar no telefone agora com os Spurs do outro lado da linha", completa, perguntado sobre possíveis negócios, mesmo eles envolvendo LeBron James e Kevin Durant.

Não coincidentemente, todos os citados por Jalen Rose são estrangeiros. O domínio internacional neste esporte norte-americano nunca foi tão evidente como agora. O atual campeão, Denver Nuggets, é liderado por um atleta de fora dos Estados Unidos, o sérvio Nikola Jokic. O grego Giannis é considerado por muitos o melhor jogador do planeta na atualidade. E o esloveno Luka Doncic é visto como o futuro da liga. E Rose ainda não mencionou o **MVP** da última temporada, o camaronês Joel Embiid.

A chegada de Wembanyama aumentará ainda mais a força dos imigrantes no principal campeonato de basquete do planeta. Victor, defendendo seu clube na França, o Metropolitans 92, registrou médias de 21,6 pontos por jogo, 10,4 rebotes e 3 **tocos**, números que ajudaram a sua eleição como o melhor jogador do torneio francês.

"A NBA aproveita muito bem essa hegemonia estrangeira em seu território para amplificar o seu poder de capitalização, explorando outros mercados gigantescos, como o chinês e o próprio brasileiro, que triplicou sua base de fãs nos últimos anos, segundo estudo da SportsValue. Os melhores jogadores da liga hoje são de fora dos Estados Unidos e a NBA soube muito bem globalizar o seu produto", avalia Renê Salviano, CEO da Heatmap e especialista em *marketing* esportivo.

Com exceção de Doncic e Embiid, escolhidos em terceiro nos *Drafts* de 2018 e 2014, respectivamente, os outros foram grandes descobertas. Antetokounmpo foi selecionado somente na 15ª posição em 2013, enquanto Jokic apenas em 41º também em 2014. A noite desta quinta-feira é grande esperança de mudança para todas as 30 equipes da competição.

"Descobrir e identificar o talento à frente significa ter acesso com um custo muito mais baixo. E uma equipe vencedora, de alto nível, não é feita sem grandes jogadores, necessita uma matéria-prima mais rica, refinada. Mas, para render os frutos esperados, dar resultado, é preciso também um bom projeto de desenvolvimento individual. Isso faz toda a diferença para o talento ser otimizado e atingir todo o seu potencial", destaca Sandro Orlandelli, diretor-técnico com passagens por Internacional, Arsenal e Manchester United, responsável pela descoberta de alguns importantes valores no futebol, como o holandês Robin van Persie e o espanhol Cesc Fàbregas.

***Draft*:** processo de alocação de jogadores em times por uma liga esportiva profissional.

Prospecto: jovem talento que se destaca na divisão de base.

MVP: Jogador Mais Valioso (do inglês, *Most Valuable Player*) é o prêmio concedido por uma liga ao melhor jogador de uma temporada.

Tocos: bloqueios bruscos do movimento da bola que foi ou está sendo arremessada à cesta pelo adversário.

Tá ligado!

Nesta leitura, você se depara não apenas com diversos termos em inglês, mas também com uma reflexão envolvendo aspectos da dimensão intercultural, o que contribui para seus estudos relacionados à língua inglesa e seu papel na sociedade contemporânea.

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

Fala aí!

No esporte, a **meritocracia** é um sistema de seleção e promoção em que se sobressaem aqueles com desempenho elevado.

Você considera que os jogadores estrangeiros são contratados pelas franquias da NBA por critérios meritocráticos?

Estratégia: Procure apoiar sua opinião em exemplos concretos, isto é, fatos que você conheça e/ou dados do texto lido.

Fala aí! Em um primeiro momento, deixe que os estudantes discutam livremente. Em seguida, mostre que os dados do texto sugerem que os critérios são, pelo menos em parte, meritocráticos, pois os estrangeiros destacados no texto têm alta qualidade técnica. No entanto, ressalte que o interesse financeiro, que também justifica a internacionalização, indica que outros critérios podem se sobrepor, como o interesse por atletas de determinados países para atrair seu público e abrir mercado. Remeta ao boxe **Biblioteca cultural**.

Biblioteca cultural. Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Biblioteca cultural

O documentário *One in a billion* apresenta a trajetória de Satnam Singh Bhamara, jovem morador de um vilarejo no interior da Índia que é escolhido no *Draft* da NBA no ano de 2015, tornando-se o primeiro cidadão de seu país a jogar na liga mais famosa do mundo. O filme pode ser encontrado pelo nome em inglês, em aplicativos de *streaming*.



REPRODUÇÃO/OBB PICTURES

Cartaz do documentário *One in a billion* (Dir.: Roman Gackowiski, EUA, 2016).

O Brasil também estará representado e poderá aumentar seu elenco dentro da NBA. Se entre 2015 e 2017 o basquete nacional contou com nove integrantes no maior campeonato do mundo, hoje resta apenas um: Raulzinho, armador do Cleveland Cavaliers. Márcio Henrique, que defende o Franca, é um dos 194 inscritos para buscar uma das 58 vagas – 76ers e Bulls foram punidos com a perda de suas escolhas de segundo *round*. Márcio é campeão do NBB e já compõe o elenco da seleção brasileira principal. Ele também é campeão e MVP do Sul-Americano sub-17 em 2019.

"A história do Márcio reflete bem qual é a nossa missão junto aos clubes: ajudá-los a formar atletas de qualidade para o esporte olímpico brasileiro. Para o país, é fundamental ter atletas em ligas de renome, como a NBA, e que também representem a nossa Seleção. Que a trajetória dele sirva de exemplo e que, cada vez mais, possamos ter talentos nacionais brilhando nas principais competições do planeta", projeta Paulo Maciel, presidente do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC), que possui o Programa de Formação, do qual o Franca faz parte.

DRAFT da NBA 2023 tem o maior prospecto da história e um único brasileiro na briga. **Exame**, 22 jun. 2023.

Por dentro do texto

2. Sugestão: Estes atletas conferem à NBA uma elevação no nível da qualidade técnica, conforme evidenciam as credenciais dos jogadores citados, Jokic, Giannis, Doncic e Embiid. Isso pode ser constatado na avaliação do CEO da Heatmap, Renê Salviano, de que "os melhores jogadores da liga hoje são de fora dos Estados Unidos e a NBA soube muito bem globalizar o seu produto".

1. **No texto, afirma-se que, "Não coincidentemente, todos os citados por Jalen Rose são estrangeiros".**
   a. Que sentido pode ter a expressão "não coincidentemente" nessa afirmação?
   b. O impacto estrangeiro é visto de forma positiva ou negativa no texto? Justifique.

1. a. Resposta pessoal. A expressão indica que a presença significativa de atletas estrangeiros nas equipes da liga não seria fruto do acaso, mas, sim, de intencionalidades diversas.

1. b. Positiva. Espera-se que os estudantes percebam que o texto coloca em destaque as conquistas de estrangeiros na liga.

2. **Como os atletas estrangeiros impactam a qualidade técnica da NBA, de acordo com o texto?**

3. a. Sugestão: "Talento", nesse contexto, seria um jogador com grande capacidade de desempenho esportivo e potencial para se tornar atleta de destaque na NBA. A descoberta e a identificação referem-se aos processos de busca por observação ou outros meios visando encontrar esses jogadores.

3. **Sandro Orlandelli, um dos especialistas consultados pela reportagem, faz a seguinte análise: "Descobrir e identificar o talento à frente significa ter acesso com um custo muito mais baixo. E uma equipe vencedora, de alto nível, não é feita sem grandes jogadores, necessita uma matéria-prima mais rica, refinada".**
   a. O que Orlandelli quis dizer com o termo "talento", e o que seria "descobrir e identificar"?
   b. A que se refere o especialista quando menciona "matéria-prima"?
   c. Qual é o sentido de empregar o termo "matéria-prima" nesse contexto e quais as possíveis implicações desse uso?

3. b. Refere-se a jogadores que ainda não fazem parte da liga, mas com potencial para jogar na NBA.

3. c. O sentido de considerar pessoas como mercadorias e, em consequência, incorrer em um processo de desumanização que tende a atribuir um valor a essas pessoas relacionado à sua produtividade.

Papo aberto sobre o texto

4. a. O aspecto comercial ou econômico.

4. **Além das questões técnicas, no texto levanta-se outro aspecto importante relacionado ao processo de internacionalização da NBA.**
   a. Qual é esse aspecto?
   b. Quais são os impactos proporcionados por esse aspecto?

4. b. O aumento da receita financeira da liga e a provável consideração de demandas relativas a esse interesse. Lembre aos estudantes que o dinheiro arrecadado com a venda de direitos de transmissão pelo mundo é uma importante fonte de renda para a NBA.

5. **Como você avalia a exploração de grandes mercados internacionais por meio da expansão da contratação de atletas estrangeiros pelas franquias da NBA?**

5. Resposta pessoal. Estimule os estudantes a discutir a questão considerando aspectos positivos e negativos da internacionalização, a fim de promover a tomada de decisão fundamentada.

6. **Na matéria jornalística, o presidente do CBC afirma que é fundamental para o Brasil ter atletas em ligas de renome como a NBA. Na sua opinião, qual pode ser a justificativa para defendermos a presença de atletas brasileiros na NBA?**

6. Resposta pessoal. Além da variedade de argumentos que podem surgir para uma discussão mais plural sobre o tema, é importante sinalizar as contribuições para a seleção do Brasil ou de qualquer outro país que tenha jogadores participando da NBA, que é considerada a liga de basquete de mais alto nível técnico do mundo.

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

BORA PRA QUADRA? Torneio de basquete 3 × 3

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Separem-se em dois grupos, que representarão as divisões de torneios do basquete 3 × 3. Para isso, procurem se classificar de modo que um grupo seja formado por aqueles que já têm experiência com o basquete, e outro pelos menos experientes; caso achem necessário, formem um terceiro grupo de estudantes com experiência intermediária. A proposta é formar equipes equilibradas tecnicamente dentro das divisões, para que as dinâmicas de cada torneio se aproximem daquelas experimentadas em competições de alto rendimento. Separem-se em trios em cada divisão, procurando garantir equilíbrio técnico.

Com o professor, combinem um sistema de disputas para os torneios. Procurem observar semelhanças com os sentidos presentes no esporte de alto rendimento.

Investigue

Pesquise a história, a cultura, a atmosfera com suas significações e as regras do basquete 3 × 3. Estabeleça relações entre a modalidade e a cultura urbana do basquete.
Estratégia: Consulte mais de uma fonte para checar as informações e não se esqueça de anotá-las.

Investigue. O objetivo da discussão é que a turma avalie a experiência de jogar em grupos estratificados por níveis de experiência e competência técnico-tática. Estimule a expressão de diferentes opiniões sobre a vivência, deixando que evidenciem também sentimentos como alegria, ansiedade, frustração, vergonha, medo etc.

Roda de conversa

Após vivenciar os torneios de basquete 3 × 3, chegou o momento de refletir e discutir com os colegas as sensações e as observações proporcionadas pela experiência.

- Como você avalia a experiência de disputar o torneio? Em que ela difere ou se aproxima das competições de alto rendimento?
- Nas aulas de Educação Física, você considera adequada a estratégia de dividir equipes por níveis de experiência? Explique.

Leitura 2

Os textos da **Leitura 2** têm por objetivo fornecer subsídios para que os estudantes se apropriem da lógica do sistema de classificação funcional utilizado nas modalidades paralímpicas e consigam analisá-lo criticamente, sendo capazes de realizar, de maneira autêntica, sua transposição para os jogos das aulas de Educação Física.

ODS 4

Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Texto 1 **Biblioteca do professor.** Para ampliar seus conhecimentos sobre o tema, sugerimos a obra *Basquetebol em cadeira de rodas: manual de orientação para professores de Educação Física*, das autoras Ana Maria Fonseca Teixeira e Sônia Maria Ribeiro (Brasília: Comitê Paralímpico Brasileiro, 2006).

Como funciona o basquetebol em cadeira de rodas

Cinco jogadores para cada time, quadras com **medidas olímpicas**, quatro tempos de 10 minutos, cestas de mais perto valem 2 pontos; se ficar atrás da linha do garrafão, valem 3. O basquete em cadeira de rodas é extremamente semelhante ao jogo disputado nas olimpíadas, em geral as regras são as mesmas – até a altura das tabelas mantém os 3,05 metros utilizados pelo esporte convencional.

Há sim, porém, algumas adaptações. Todos os jogadores são avaliados pelos padrões de Classificação Funcional da Federação Internacional de Basquete em Cadeira de Rodas (IWBF). O processo analisa a capacidade funcional do tronco, das mãos, dos membros inferiores e membros superiores dos jogadores, apontando um resultado em forma de números que variam entre 1 (para o competidor que não consegue controlar o tronco) e 4,5 (atribuído para aquele que, na cadeira, não tem limitações de movimentação). A soma dos [valores dos números dos] jogadores em quadra não pode superar 14 – o que faz com que jogadores com diferentes tipos de deficiência joguem juntos.

Outra adaptação é a da movimentação com a bola. No lugar de dois passos, o jogador só pode dar dois toques na cadeira sem que continue quicando o objeto, ou [até que] passe para outro jogador.

GERMANO, Felipe. Como funciona o basquetebol em cadeira de rodas. **Superinteressante**, 4 set. 2016.

Medidas olímpicas: a quadra do basquete olímpico tem 28 metros de comprimento por 15 metros de largura.

Investigue

Pesquise vídeos de jogos de basquete em cadeira de rodas. Note quais são as regras e os diferentes tipos de mobilidade dos atletas, relacionados aos graus de deficiência.
Estratégia: Em plataformas de vídeos, é possível encontrar os jogos paralímpicos dessa modalidade, caso você tenha acesso a essas plataformas.

Caso seja possível, exiba ou indique o vídeo em animação *Regras de basquetebol em cadeiras de rodas* (*Wheelchair Basketball Rules for Beginners*), que ilustra as principais regras e a classificação funcional. A animação pode ser encontrada em plataformas de vídeo.

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

Texto 2

BASQUETE EM CADEIRA DE RODAS

Cadeira, tabela e jogada

Os atletas utilizam cadeiras de rodas especialmente desenvolvidas para a modalidade, de acordo com regras internacionais.

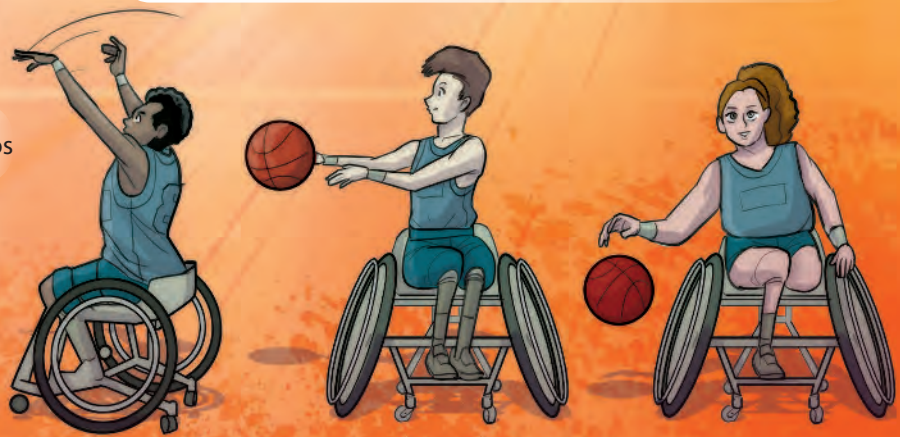




É a altura das tabelas paralímpicas (exatamente a mesma das Olimpíadas).

3,05 metros

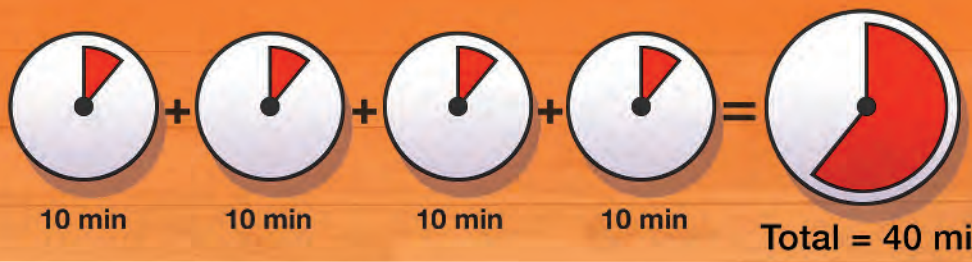
Após duas impulsões do atleta na cadeira de rodas, ele deve arremessar, passar ou quicar a bola.



GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

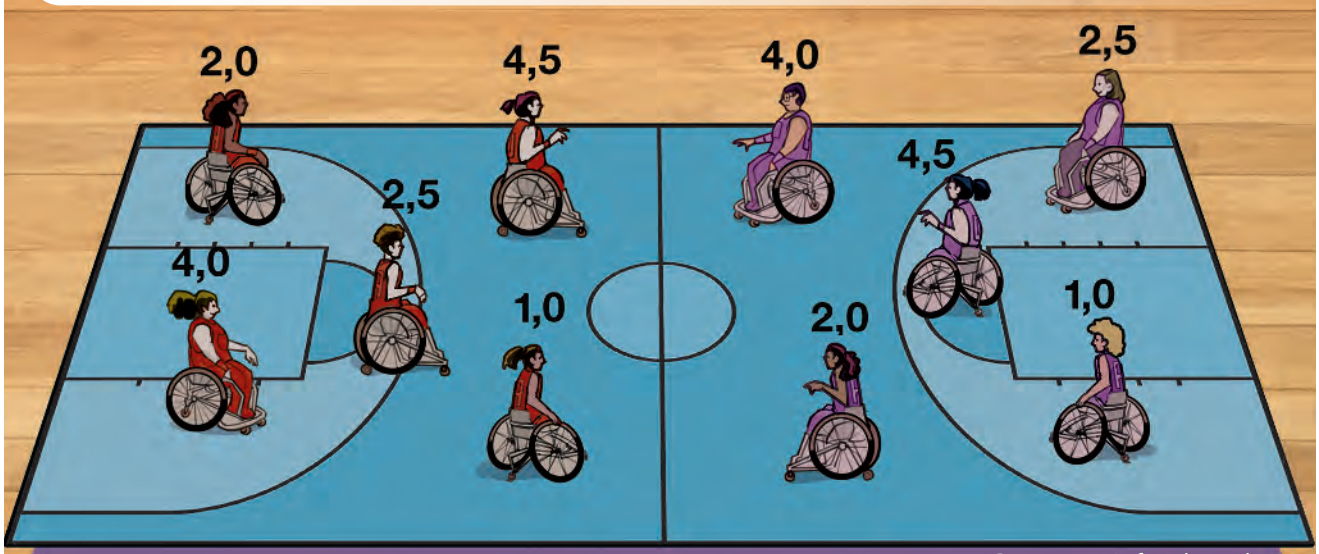
Tempo de jogo e composição da equipe



As partidas duram quatro quartos de dez minutos cada um.

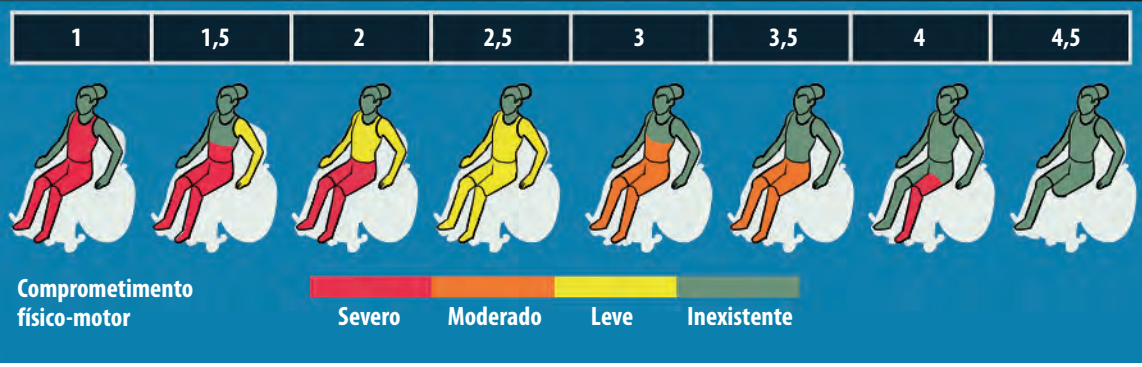
O relógio é pausado quando a bola sai da quadra e nos pedidos de tempo.

Cada equipe conta com cinco jogadores em quadra; cada atleta é classificado de acordo com o comprometimento físico-motor. A escala obedece aos números 1; 1,5; 2; 2,5; 3; 3,5; 4 e 4,5. Quanto maior o comprometimento, menor a classe.



Representação fora de escala.

As deficiências mais comuns consistem em amputação de membros inferiores e paralisia por causa da poliomielite ou de lesões na medula. Em quadra, o somatório dos números atribuídos aos atletas não pode ultrapassar 14. Se isso acontecer após alguma substituição, o técnico é penalizado.



Infográfico elaborado com base em: BRASIL. Rede Nacional do Esporte. **Basquete em cadeira de rodas**. Disponível em: http://rededoesporte.gov.br/pt-br/megaeventos/paraolimpiadas/modalidades/basquete-em-cadeira-de-rodas; COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. **Basquete em cadeira de rodas**. Disponível em: https://www.cpb.org.br/modalidades/61/basquete-em-cr; GERMANO, Felipe. Como funciona o basquetebol em cadeira de rodas. **Superinteressante**, 4 set. 2016. Disponível em: https://super.abril.com.br/comportamento/como-funciona-o-basquetebol-em-cadeira-de-rodas/; WHEELCHAIR Basketball. *LEXI*, 2024. Disponível em: https://lexi.global/sports/wheelchair-basketball. Acessos em: 14 ago. 2024.

GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

1. Resposta pessoal.
Pondere com a turma que a competitividade não é comprometida pelas adequações nas regras. Apesar de alguns parâmetros serem alterados em razão das deficiências dos atletas, as exigências competitivas são intensas.

Papo aberto sobre os textos

Durante a discussão das questões a seguir, procure auxiliar os estudantes na compreensão do sistema de classificação funcional, imprescindível para a vivência proposta no próximo **Bora pra quadra?**.

1. **O basquetebol em cadeira de rodas tem adaptações em relação ao basquetebol convencional, mas preserva deste uma série de características e regras, como o tamanho da quadra e a altura da cesta. Na sua opinião, essas diferenças e semelhanças afetam a competitividade do basquete em cadeira de rodas? Explique.**

2. Possibilitar que atletas com diferentes tipos e graus de deficiência possam jogar juntos.

Jogadora alemã em lance defensivo de partida entre Alemanha e Holanda, Paralimpíada de Tóquio 2021.



ADAM PRETTY/GETTY IMAGES

2. **Qual é o principal objetivo do sistema de classificação funcional?**

3. **A participação de atletas com diferentes graus de deficiência em um mesmo jogo é compatível com o princípio da excelência do esporte, o qual pressupõe a seletividade dos melhores atletas? Justifique sua resposta.**

4. **No basquete em cadeira de rodas, como você avalia o procedimento de classificação de atletas por pontos de acordo com o grau de comprometimento motor relacionado à sua deficiência? Por quê?**

3. Espera-se que os estudantes percebam que a participação, em um mesmo jogo, de atletas classificados em categorias associadas ao grau de comprometimento motor não ameaça o princípio de excelência do esporte, apenas o adapta à realidade motora de cada grupo de atletas.

4. Resposta pessoal.
Estimule os estudantes a considerarem a complexidade de se classificar as pessoas: por um lado, pode causar uma série de constrangimentos e dificuldades; por outro, abre possibilidades de participação democrática de pessoas com maior comprometimento físico-motor.

E SE A GENTE... APLICASSE A CLASSIFICAÇÃO FUNCIONAL EM UM JOGO FICTÍCIO DE BASQUETE?

CIDADANIA

ODS 4

O objetivo desta atividade é que os estudantes façam um exercício criativo e, ao mesmo tempo, de empatia com base na classificação funcional, refletindo sobre possibilidades de realizar um jogo em que as disparidades físicas, técnicas, táticas e de experiências com o esporte não sejam critério de exclusão dos considerados menos aptos ou menos experientes. O desafio de fazer que esse jogo fictício seja mais democrático o torna menos hipotético, pois, mais do que uma ficção, ele representa uma realidade tomada por exagero daquilo que muitas vezes acontece nas aulas de Educação Física. Ou seja, a ideia é que os estudantes, com base em uma situação utópica, repensem sua realidade imediata a fim de torná-la mais inclusiva e democrática.

No decorrer das discussões, estimule a turma a refletir sobre a importância de respeitar as diferentes competências e limitações de cada um. Considere que, ainda que em um jogo fictício, com apenas combinações hipotéticas de jogadores profissionais e estudantes, foi necessário pensar em critérios para tornar democrática a participação de todos. Nos jogos da turma, também é importante criar um ambiente mais colaborativo e respeitoso, que valorize a função de todos.

Dividam-se em dois grupos simétricos quantitativamente. Cada grupo deve fazer uma reunião na qual cada um dos estudantes escolherá um jogador para participar do jogo de basquete fictício. Esse jogador pode ser algum atleta da NBA, uma jogadora da WNBA (*Women's National Basketball Association*), um jogador ou jogadora da seleção brasileira ou de outra nacionalidade, ou algum colega da turma. Sim, a ideia é que os times necessariamente façam essa combinação entre atletas profissionais e adolescentes como você.

Em seguida, procurem classificar cada um dos jogadores com a pontuação da classificação funcional, atribuindo 4,5 pontos para os jogadores considerados os craques do time; 1,0 ponto para os de menor destaque; e pontuações intermediárias para os que não sejam considerados nem os craques nem os de menor expressão. Para essa pontuação, procurem considerar a experiência de cada jogador com a modalidade basquetebol, bem como seu reconhecido desempenho nessa modalidade – lembrem-se de que será necessário incluir na equipe jogadores com pontuações baixas, médias e altas.

Em seguida, cada grupo deve escalar cinco jogadores para iniciarem um jogo de basquete fictício, sem que o somatório extrapole 14 pontos. Cada time argumentará sobre as potencialidades e os limites de seus jogadores que justificam a pontuação.

Substituam todos os jogadores e façam novas escalações para os outros três tempos do jogo, realizando os mesmos procedimentos. Por fim, pensem em alternativas de regras ou outras estratégias que permitam que, em um jogo com tanta disparidade entre os participantes, os profissionais não monopolizem todas as ações. Ou seja, pensem em como tornar esse jogo genuinamente participativo para todos: o que pode ser feito para que todos se sintam incluídos de verdade no jogo?

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

Roda de conversa. Procure mediar a discussão de maneira que os estudantes reconheçam a importância de respeitar as diferenças em relação às experiências e às capacidades técnico-táticas. Pondere com eles que a classificação funcional proporciona uma inclusão mais democrática até mesmo no esporte de alto rendimento, que tem a seleção e a excelência como princípios orientadores. Partindo dessas premissas, leve-os a considerar que, nas aulas de Educação Física, os valores orientadores da prática esportiva não devem ser os da seletividade e o da excelência atlética, mas, sim, os da inclusão democrática e do acesso ao conhecimento, que podem ser inspirados pela lógica da classificação funcional.

Após terem escalado os times, discutam as questões a seguir.

- O que vocês acharam de jogar o basquete com classificação funcional?
- A classificação por níveis de experiência fez sentido para o jogo da turma?
- Para as aulas de Educação Física, você considera adequada a estratégia de autoclassificação por níveis de experiência e de jogarem todos juntos?

BORA PRA QUADRA? Jogo de basquete com classificação funcional

Para começar, realizaremos a classificação de todos da turma de acordo com o modelo de classificação funcional. No entanto, em vez de se classificarem pelo critério das diferenças nos graus de mobilidade, vocês devem se classificar com base na experiência que possuem com o basquete. Aqueles que se julgam nada experientes, por exemplo, podem se classificar como 1,0; aqueles que se consideram "quase profissionais" podem se classificar como 4,5.

É importante que as classificações sejam feitas de forma pessoal, cada um sendo o mais franco possível consigo mesmo e com os demais, bem como respeitando a opinião dos colegas.

ODS 4

Veja orientações específicas no **Suplemento para o professor**.

Após as classificações, dividam-se em dois grupos de modo que a quantidade de integrantes de cada pontuação seja proporcional, chegando a um somatório de pontos o mais parecido possível em cada equipe.

Com os times divididos, é hora do jogo! Dependendo do número de estudantes, é preciso definir quantos tempos de jogo serão necessários para que todos possam participar de maneira relativamente proporcional. Cada equipe deve escalar previamente o time que vai iniciar cada um dos tempos de jogo, respeitando o limite de 14 pontos para a soma de jogadores. Aqueles que estiverem de fora nos tempos de jogo terão a responsabilidade de contabilizar os pontos dos jogadores em quadra, para que, no caso de substituições, as equipes não extrapolem o teto estabelecido.

Roda de conversa

Após a realização dos jogos, discutam as sensações que experimentaram e as observações que puderam formular durante a experiência.

- Como foi classificar os jogadores e escalar o time?
- Como vocês imaginam que seria um jogo como esse simulado pela turma?
- Como vocês imaginam que seria adotar essa lógica para os jogos das diferentes modalidades esportivas em suas aulas de Educação Física?

Recado final

O importante é realmente apenas competir? Só os melhores vencem? Esperamos que, no decorrer do itinerário que percorremos, você tenha percebido que competir não significa anular o outro para se destacar, seguindo uma lógica estritamente meritocrática. Como as experiências do basquete 3 × 3 e do basquete em cadeira de rodas mostraram, a competição, apesar de ser uma importante experiência para a elaboração de sentimentos, angústias, desejos, frustrações, conquistas etc., precisa ser vivenciada de maneira crítica e democrática, permeada por valores como empatia, respeito, cooperação, honestidade, diálogo e justiça.

Além disso, é importante perceber que, no esporte de alto rendimento, além da meritocracia, existem outras variáveis na classificação dos atletas, por exemplo, os interesses da lógica de mercado.

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

Capítulo 5

NÃO É SÓ UMA BICICLETA!

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor.**

SAÚDE



FATCAMERA/GETTY IMAGENS

Estudantes pedalando em um parque. Ontário (Canadá), 2015.

Um brinquedo que pode se tornar um meio de locomoção, ora como objeto de lazer, ora como objeto de trabalho, ou ainda propiciar uma prática esportiva, de academia, visando à estética e à saúde, trazer uma memória afetiva, positiva ou negativa, ou, eventualmente, não significar nada para você...

Essa é a bicicleta! Um objeto que passou por muitas transformações desde sua origem e que neste capítulo será tratado como uma prática corporal de aventura (PCA).

O ciclismo pode ser uma atividade de lazer quando é realizado em um tempo livre de obrigações, trazendo satisfação e prazer ao praticante. É uma prática corporal de aventura terrestre que, se exercida regularmente, proporciona fortalecimento e resistência muscular, reduz o risco de doenças do coração, melhora a respiração, combate o sedentarismo, auxilia no emagrecimento e na redução do estresse, entre outros benefícios que promovem saúde física e mental, com a sensação de liberdade e aventura.

Vamos conhecer um pouco mais sobre o ciclismo!

ODS 3

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

A BNCC preconiza que, ao desenvolver reflexões acerca das práticas corporais e dos espaços e tempos de lazer, sejam discutidos aspectos que abrangem o campo da vida pessoal. A fim de que os estudantes pensem na importância do lazer, do descanso e do cuidado com a saúde física e mental e tenham experiências práticas, a proposta deste capítulo é o ciclismo. Nas atividades do capítulo será possível desenvolver os temas contemporâneos transversais Saúde e Ciência e Tecnologia. Os estudantes também vão refletir sobre o ciclismo paralímpico, divulgar os conhecimentos e vivenciar uma adaptação dessa modalidade. Sugerimos que você converse com o professor de Língua Inglesa para desenvolver um trabalho interdisciplinar que inclua a organização de um glossário, uma vez que, no universo do ciclismo, há muitas palavras e termos em inglês. Desenvolveremos principalmente as habilidades EM13LGG403, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG703 da BNCC.

Fala aí!

Você sabe andar de bicicleta? Se sabe, com quantos anos aprendeu? E com quem você aprendeu?

Estratégia: Recorra a seus familiares e aos registros que eles têm sobre quando você adquiriu essa habilidade. Conte aos seus colegas sua experiência, lembrando que se deve respeitar os turnos de fala de cada um.

Leitura 1

Fala aí! Organize os estudantes para que possam compartilhar suas experiências iniciais com a bicicleta. Pode ser que algum estudante ainda não saiba andar de bicicleta por diversos motivos. Abra espaço para que ele também conte esse fato aos colegas, caso se sinta confortável.

O **Texto 1** é parte de um artigo científico. O objetivo de mostrar esse fragmento é apresentar as diferentes formas, contextos e significados com que o ciclismo pode ser estudado e praticado. O **Texto 2** discorre sobre o crescimento da prática do ciclismo, traz dicas para realizá-la com segurança e aponta seus benefícios.

Texto 1

A cultura do ciclismo e o seu desenvolvimento como forma de lazer no contexto da pandemia de covid-19

O ciclismo se caracteriza como uma atividade multifacetada, que se desenvolve em diferentes esferas, como no esporte, no lazer ou na mobilidade urbana, permitindo aos seus praticantes múltiplas vivências corporais relacionadas à saúde, ao lazer, ao trabalho, entre outras dimensões da vida (Velozo; Kronbauer; Pacheco, 2020). Desse modo, entende-se que, por meio do ciclismo, signos sociais são produzidos e reproduzidos culturalmente e, portanto, podem ser interpretados de acordo com cada contexto.

No campo esportivo, por exemplo, o ciclismo pode aparecer enfatizando o refinamento das técnicas, o investimento financeiro, a racionalização do treinamento e os calendários árduos de competições. Além do campo esportivo, o ciclismo pode ser praticado por lazer, como mobilidade, por questões de sustentabilidade ou para locomoção ao trabalho. Ainda, durante a infância, a bicicleta pode aparecer no contexto do brincar, da recreação, e, posteriormente, se tornar parte integrante da vida do adulto, assim como, por vezes, pode ficar somente nas lembranças da infância.

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

[...] em 2020, a OMS recomendou o uso da bicicleta para deslocamentos essenciais durante a pandemia, por se tratar de uma modalidade individual, não poluente, com deslocamentos ao ar livre e, ainda, evitar aglomerações do transporte público (OPAS/OMS, 2020b). Nesse cenário, tal recomendação pode ter contribuído para intensificar a procura pelo ciclismo, que aparece como alternativa de lazer e de exercício físico realizado ao ar livre e de baixo ou nenhum contato físico. Os indicativos como as medidas de distanciamento social, as restrições de circulação em lugares antes triviais, o fechamento de academias e clubes da cidade podem ter refletido no aumento do uso da bicicleta, que apareceu como uma maneira individual e, por isso, mais segura em relação ao risco de contaminação.



DELFIM MARTINS/PULSAR IMAGENS

Ciclistas transitam por ciclovia à beira-mar. Fortaleza (CE), 2022.

Desde o início da pandemia, o crescimento exponencial do uso de bicicletas no país pôde ser verificado [...].

Referências

PACHECO, C. V.; KRONBAUER, G. A.; VELOZO, E. L. O ciclismo como conteúdo da Educação Física. *In*: ENCONTRO ANUAL DE EXTENSÃO, 13., 2020, [*S. l.*]. **Anais** [...]. Guarapuava, PR: Unicentro, 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS); ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). OMS lança novas diretrizes sobre atividade física e comportamento sedentário. **Paho**. Disponível em: https://www.paho.org/pt/noticias/26-11-2020-oms-lanca-novas-diretrizes-sobre-atividade-fisica-e-comportamento-sedentario. Acesso em: 5 ago. 2021.

Tá ligado!

Para a leitura do artigo científico e da notícia sobre o ciclismo, mobilize seus conhecimentos de Língua Portuguesa para observar como um mesmo tema é tratado em um texto que circula no campo das práticas de estudo e pesquisa e no campo jornalístico midiático.

PACHECO, Carla V.; KRONBAUER, Gláucia A.; VELOZO, Émerson L. A cultura do ciclismo e o seu desenvolvimento como forma de lazer no contexto da pandemia de covid-19. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, São José dos Pinhais, v. 16, n. 9, p. 1.6946-1.6964, 2023.

Texto 2

Dia Mundial da Bicicleta: uso de *bike* cresce 14% no Brasil

O Dia Mundial da Bicicleta, comemorado dia 3 de junho, foi instituído pelas Nações Unidas em 2018. A data é um lembrete e incentivo aos países em questão de mobilidade urbana e de preservação ambiental. De acordo com a Companhia de Engenharia de Tráfego (CET), as bicicletas são o **modal** preferido de 7% dos brasileiros.

Modal: tipo de transporte.

Com base no mesmo levantamento da CET, a adoção do meio de transporte aumentou 14% nos dois primeiros meses de 2023, em comparação com o ano anterior. A pesquisa foi feita na cidade de São Paulo.

[...]

Ao mesmo tempo em que o mercado cresce, aumenta também o número de roubos e furtos pelo estado de São Paulo. Em 2022, foram registrados 17.872 roubos e furtos. Foi um crescimento de 12% em comparação com o ano de 2021.

Segurança e infraestrutura

De acordo com o *site* Bicicletas Roubadas, foram 1.681 furtos e 683 roubos apenas no estado de São Paulo neste ano. Em segundo lugar está o estado do Rio de Janeiro, com 640 furtos e 286 roubos. O *site* é alimentado pelas próprias vítimas, que reportam os crimes.

Uma infraestrutura específica para o uso das bicicletas é essencial para o incentivo aos ciclistas. As cidades têm investido pouco em ampliação de ciclovias e ciclofaixas. A falta dessa estrutura ocasiona, dentre muitas situações, acidentes de trânsito. [...]

De acordo com o Sistema de Informações Gerenciais de Acidentes de Trânsito do Estado de São Paulo (Infosiga), 56,4% dos acidentes que aconteceram ao longo desses oito anos [2015 a 2023] foram em ruas e avenidas e 33,93% em rodovias. [...]

DIA Mundial da Bicicleta: uso de bike cresce 14% no Brasil. **Estadão**, São Paulo, 2 jun. 2023. Mobilidade.

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

Por dentro dos textos

1. Por que o autor do texto 1 define o ciclismo como uma prática multifacetada?

2. Em que contexto a prática do ciclismo cresceu com mais intensidade?

3. Segundo o texto 2, quais são as demandas sociais relacionadas ao aumento do uso da bicicleta como meio de transporte?

4. Com qual finalidade foi criado o Dia Mundial da Bicicleta?

1. Porque o ciclismo pode ser vivenciado como esporte, lazer, locomoção ou recreação.
Aproveite para conversar com os estudantes sobre o parágrafo que abre o capítulo, a fim de que verbalizem o que a bicicleta significa para cada um, individualmente (lazer, brincadeira, esporte, atividade física, locomoção, trabalho etc.).

2. De acordo com o Texto 1, a prática do ciclismo cresceu com mais intensidade durante a pandemia de covid-19, contexto em que a OMS recomendou o uso da bicicleta como transporte, uma vez que vários locais para o lazer e o exercício físico foram fechados. Nesse período, a prática de atividade física ficou mais evidente como um aspecto relevante para a saúde, sendo o ciclismo uma alternativa ao ar livre e de pouco contato social.
O aumento de praticantes de ciclismo durante a pandemia de covid-19 foi bastante estudado por pesquisadores da área.

3. São necessárias melhorias na segurança, pois houve aumento de roubos e furtos, bem como na infraestrutura das cidades, que deve ser adequada para o uso dos ciclistas, com a ampliação do número de ciclovias e ciclofaixas, o que contribui para a redução dos acidentes de trânsito.

4. Com a finalide de incentivar os países a refletirem sobre as vantagens da bicicleta para a mobilidade urbana e a sua importância na preservação ambiental.

Papo aberto sobre os textos

5. Você utiliza bicicleta em seu cotidiano?
   a. Se não utiliza, quais são os motivos?
   b. Se utiliza, como o faz?

6. Considere a quantidade de ciclistas que você percebe em sua cidade e responda às questões.
   a. A cidade tem ciclovias?
   b. Por que a ciclovia é importante em locais com muita circulação de ciclistas?
   c. Caso não haja ciclovias em sua cidade, embora se mostrem necessárias no momento, quais ações poderiam ser tomadas para que possam ser construídas?

7. Você conhece alguém que trabalha usando bicicleta? Se conhece, qual trabalho essa pessoa desenvolve?

8. No contexto em que você vive, é possível praticar o ciclismo como lazer? Explique o motivo.

5. a. Resposta pessoal.
5. b. Resposta pessoal.
Nessa questão, leve os estudantes a pensar como a bicicleta está presente em seu cotidiano, mesmo que de forma indireta, caso não tenham ou não a utilizem. Você pode aproveitar e fazer um levantamento de quantos estudantes têm ou não uma bicicleta, para organizar as atividades da seção **Bora pra quadra?**.
6. a. Resposta pessoal.
6. b. Porque ajuda a organizar o trânsito e a proteger os ciclistas.
6. c. Resposta pessoal. Essa é uma questão para pensar em políticas públicas relacionadas à mobilidade urbana nas cidades, em especial, à organização do trânsito, considerando os ciclistas como parte dele. Podem ser pensadas ações em grupo que levem os estudantes ao protagonismo comunitário.
7. Resposta pessoal.
8. Resposta pessoal.
Nesta questão, é importante que os estudantes reflitam sobre as condições para a prática do ciclismo como lazer analisando alguns aspectos. Primeiro, se eles têm tempo livre e se essa é uma prática que lhes proporciona satisfação e prazer. Segundo, se no contexto em que vivem, há ou não locais específicos para a prática – podem ser bairros afastados, condomínios, áreas de preservação ou ciclovias e parques próprios para o exercício de diferentes modalidades. Além do espaço, é preciso considerar as condições financeiras para a compra de uma bicicleta e dos acessórios indicados e para a consulta médica.

Investigue

Quais são os equipamentos importantes para a prática do ciclismo? Pensando em experimentar essa prática na escola, quais deles deveríamos ter?

Estratégia: Se possível, utilize buscadores da internet para fazer a pesquisa, tomando cuidado com *sites* comerciais, que podem indicar equipamentos e acessórios em excesso e/ou inadequados.

Investigue. Na pesquisa, é importante que os estudantes atentem para os equipamentos de proteção, como capacete, óculos, roupas especiais, tênis, luvas, joelheiras e cotoveleiras, buzina e iluminação. Segundo o Conselho Nacional de Trânsito, as bicicletas devem ter sinalização noturna dianteira, traseira, lateral e nos pedais, além de um espelho retrovisor do lado esquerdo. Este último item é dispensado se a bicicleta for para competição esportiva.

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

BORA PRA QUADRA? Experimentando o ciclismo

Com base nos dados pesquisados e no levantamento do número de estudantes que têm bicicleta, organize a atividade de modo que quem tem bicicleta possa levá-la à escola no dia combinado, a fim de que todos tenham a oportunidade de experimentar as práticas indicadas a seguir. Os equipamentos de segurança necessários, principalmente para os estudantes que nunca andaram de bicicleta, são: capacete, joelheira e cotoveleira. Esses itens podem ser feitos com materiais alternativos – pesquise vídeos sobre as possibilidades. Também será necessário ter, no mínimo, um cronômetro. Você pode dividir a turma em três grupos (os corredores, os cronometristas e os anotadores) ou dividi-los em trios: o importante é que todos realizem as funções, revezando-se até todos realizarem a tarefa.

De modo geral, no ciclismo, os resultados dos atletas são comparados por tempo, e influenciados pela velocidade ou pela rotina de manobras executadas. Que tal experimentarmos um pouco dessa prática corporal de aventura?

No dia combinado, traga para a escola sua bicicleta e os equipamentos de segurança. Caso não tenha uma, esse será o momento para compartilhá-la com seus colegas.

A partir da **atividade 2**, será necessário cronometrar o tempo de prova de cada um. Organize com seus colegas uma equipe para cronometrar, uma para anotar e outra para realizar a atividade, trocando de papéis para que todos experimentem as diferentes funções.

1. Conhecendo a pista

No espaço indicado pelo professor, você deverá dar voltas para conhecer e experimentar a pista demarcada. Depois de três ou mais voltas, sinalize ao professor se você está familiarizado com ela para, então, seguir para as próximas atividades.

Os estudantes que ainda não sabem andar de bicicleta devem ser acompanhados por mais dois colegas que saibam, um de cada lado, para auxiliá-los e garantir segurança.
Caso não haja quadra na escola, escolha algum espaço amplo interno (pátio, sala grande) ou externo (ruas sem saída/movimento, praça, gramado, terreno) que possibilite aos estudantes andar de bicicleta com segurança. Nesse espaço, desenhe uma pista com reta e curva (ver imagem da atividade 1), demarcando a linha de partida e a de chegada. Caso não dê para fazer a pista completa, desenhe apenas a pista em linha reta.
Na atividade, são desenvolvidas as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

ATENÇÃO

Por questão de segurança, indicamos que um estudante por vez realize as atividades. Os estudantes que nunca andaram de bicicleta e vão experimentar a prática pela primeira vez devem ser acompanhados lado a lado por outros colegas e ter muito cuidado. Fique sempre fora da pista, pois, quando menos se espera, um colega pode estar vindo com a *bike*. Caso você esteja com ela, ande apenas na pista.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Se esta é sua primeira experiência com a bicicleta, ainda precisará de muito treino na pista e talvez uma aula não seja suficiente para você aprender. Persista durante as aulas até que tenha segurança.

2. Largada

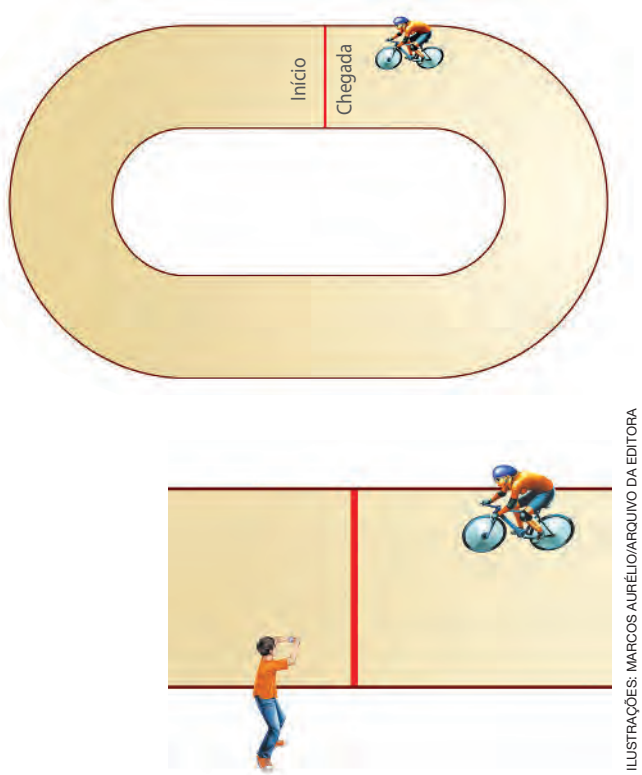
Como na maioria das provas de ciclismo, vencerá o atleta que chegar primeiro ou fizer o menor tempo nas provas individuais. Em nossa pista, cada estudante dará duas voltas seguidas, vencendo quem fizer esse percurso no menor tempo.

Sempre ao sinal do professor, um estudante por vez deve fazer o percurso e, ao cruzar a linha de chegada pela segunda vez, o colega do cronômetro deverá parar a cronometragem e passar corretamente o tempo ao colega que está anotando.

Se for apenas uma parte da pista, marque somente o tempo que cada estudante levou da linha de partida para a de chegada.

3. *Freestyle*

No ciclismo BMX, há uma modalidade chamada *freestyle*, na qual os atletas fazem acrobacias, saltos e manobras no circuito durante um minuto. Como vocês são iniciantes, só vamos tomar emprestado o nome da modalidade, que significa "estilo livre".



Representação esquemática de pista de ciclismo, com largada e chegada. (Imagem sem escala.)

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Para esta atividade, vocês devem se organizar em três grupos: competidores, árbitros e juízes.

Lembre-se de trabalhar com o professor de Língua Inglesa as palavras e as siglas que aparecem neste capítulo.

Competidores

- São os estudantes que vão competir.
- Durante a volta no percurso, deverão desviar-se dos obstáculos e fazer uma manobra, se souberem.

Árbitros

- O grupo da arbitragem deve ter um estudante para cronometrar e outro para anotar. Os demais devem organizar a pista.
- Façam com cones (bastões, caixas ou outros objetos) alguma passagem mais estreita, um zigue-zague, ou outras organizações, a fim de não colocar em risco os competidores.

Juízes

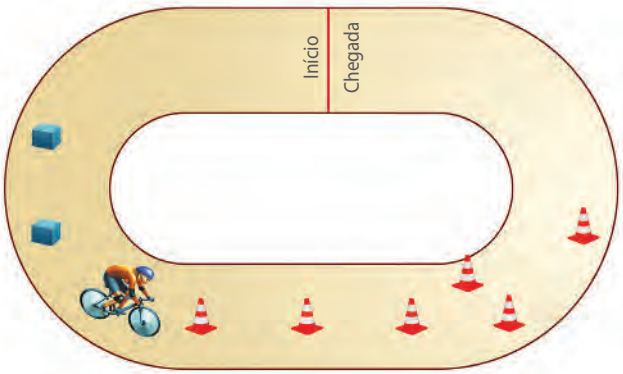
- São os estudantes que deverão julgar as manobras feitas pelos colegas.
- Cada juiz deve atribuir uma nota de 0 a 10 para cada competidor.
- A nota final de cada competidor deve ser a média das notas dadas pelos juízes. Façam a classificação final dos competidores (utilizem um programa de planilhas).

Dica de professor

Um computador com um programa de planilhas poderá ser utilizado para anotar o nome de cada estudante e o respectivo tempo de percurso e, depois, para organizar os nomes por ordem de tempo, do menor para o maior, classificando os competidores. O professor de Informática e/ou o de Matemática pode auxiliá-los com aulas prévias para que vocês consigam realizar essa tarefa, instruindo-os sobre a forma correta de marcar o tempo e de classificá-los no programa.

Dica de professor. Nessa atividade e nas seguintes, o professor de Informática e/ou o de Matemática poderá auxiliar, a fim de ensinar os estudantes a fazerem uma planilha com nome e tempo dos participantes e utilizarem a opção "classificar" para organizar os dados em ordem crescente.

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



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Representação esquemática de pista de ciclismo, com largada e chegada, e obstáculos (Imagem sem escala.)

A equipe de juízes pode elencar critérios a serem avaliados e aplicar a pontuação com base nesses critérios, como ser obrigatório passar pelos cones.

Cada competidor terá um minuto para realizar a volta do jeito que quiser, passando no meio dos cones, andando rápido, fazendo alguma manobra (se souber), segurando-se em uma mão só, entre outras possibilidades. Seja criativo e faça sua apresentação com segurança.

Se todos quiserem passar pelas diferentes funções, façam a troca quando todos os competidores finalizarem. Outra maneira de organizar a atividade é colocar apenas os estudantes que querem competir para formar o primeiro grupo, deixando na arbitragem e como juízes aqueles que não quiserem competir.

Deixe que os estudantes falem livremente. Se for preciso, estimule-os com perguntas dirigidas.
O estudante deve considerar sua resposta à questão 4 da seção **Papo aberto sobre os textos**, da **Leitura 1**, na qual elencou as possibilidades ou não do ciclismo como lazer de acordo com o contexto em que vive.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ ARQUIVO DA EDITORA

ATENÇÃO

Só faça uma manobra se souber fazê-la. Converse com seu professor sobre o que está planejando para que ele lhe dê dicas de segurança, podendo aceitar ou vetar a manobra.

4. Roda de conversa

Com toda a turma, converse sobre as experiências com a *bike*.

- Como você se sentiu ao experimentar andar de bicicleta buscando ser o mais rápido?
- Quais foram os desafios que encontrou nas atividades?
- Se você foi um competidor, conseguiu realizar alguma manobra?
- Como foi participar da equipe de juízes e/ou arbitragem (se tiver sido esse o caso)?
- Se você nunca tinha andado de bicicleta, compartilhe sua experiência com os colegas.
- Pensando em seu projeto de vida, você utilizaria a *bike* em seus momentos de lazer? Como? Explique aos colegas se já tem feito isso.

BMX. Para conhecer mais de perto o BMX, caso se sinta seguro, você pode levar os estudantes a um *skatepark* e fazer uma passagem simples pelos obstáculos e pelas rampas. Os equipamentos de segurança são indispensáveis.

BMX

O BMX surgiu pela admiração dos jovens estadunidenses pelo *motocross*. Eles utilizavam suas bicicletas nas pistas de terra para imitar as manobras do *motocross*. Por ser mais barato e mais fácil que o original, o BMX espalhou-se rapidamente entre os jovens. Atualmente, faz parte do programa olímpico nas modalidades *racing* e *freestyle*.



DAVID JENSEN/ICON SPORTSWIRE/GETTY IMAGES

Ciclismo BMX Racing feminino na Carolina do Sul, Estados Unidos, 2024.

TRABALHO E JUVENTUDES

O maior ciclista do Brasil, Henrique Avancini, aposentou-se em 2023, aos 34 anos. Teve contato com o esporte ainda bem novo, pois seu pai tinha uma oficina de bicicletas. Ganhou sua primeira bicicleta com 8 anos. Como atleta de elite, entre 2012 e 2013, percebeu a dificuldade de se manter no esporte, lutou para continuar e contribuir com o crescimento do ciclismo no país, finalizando sua carreira como bicampeão da maratona *cross country* no Campeonato Mundial de Ciclismo de 2023. Obteve o melhor resultado do ciclismo brasileiro nos Jogos Olímpicos, conquistando o 13º lugar em Tóquio, em 2020.

Pesquise.

1. Quais dificuldades um atleta de ciclismo pode ter durante sua carreira?

2. Qual é a importância do descanso para um atleta?

3. No mundo do trabalho, além de ser atleta de ciclismo, a bicicleta pode ser utilizada para diferentes ocupações. Quais são as possibilidades?



EZRA SHAW/GETTY IMAGES

Henrique Avancini, medalha de prata nos Jogos Pan-Americanos de Lima. 2019.

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

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Leitura 2

CIÊNCIA E TECNOLOGIA

No mundo do ciclismo, é possível verificar a importância da ciência e da tecnologia na evolução das bicicletas visitando-se um espaço cultural também destinado ao lazer: os museus.

Seis museus brasileiros que contam a história da bicicleta

Peças raras e especiais estão em exposição em acervos de encher os olhos e o coração de qualquer ciclista.

Vem de longe a ideia de o homem andar sobre um veículo de duas rodas, até que Leonardo da Vinci teria desenhado um protótipo do que viria a se tornar a bicicleta que conhecemos hoje, que ganhou pedais e pneus de ar comprimido no século 19. Pois essa jovem senhora, que segue se atualizando tecnologicamente, merece ser conhecida por suas várias etapas evolutivas, e é nos museus que podemos ver e entender melhor sua história.

[...] a cidade de São Paulo ganhou o seu próprio museu da bicicleta, mas outros cinco acervos espalhados pelo país também contam a trajetória dessa incrível tecnologia chamada bicicleta. Conheça a seguir um pouco mais dessas coleções e, quem sabe, elas não entram no roteiro de sua próxima viagem.

Memorial da Bicicleta – Joinville (SC)

Construído em 1947 como armazém de cargas da antiga Estação de Trem de Joinville, o prédio abriga hoje a Estação da Memória, onde está localizado o Memorial da Bicicleta. Lá se encontram 59 bicicletas de várias épocas, 21 delas cedidas para exposição pelos colecionadores Dilson e Dirceu Trapp e uma do cicloviajante Antônio Olinto Ferreira, que usou a *bike* para percorrer o mundo entre 1993 e 1996. As demais pertencem à prefeitura municipal. Réplicas de um celerífero e de um biciclo, que antecederam o pedal, se juntam aos curiosos modelos de uso militar [...] e outras de países como Alemanha, Suécia e Índia. Completam o acervo peças e ferramentas originais, acessórios, *banners* e fotografias que levam o visitante a uma viagem pelo tempo. [...]

Museu da Bicicleta da Pousada Alto Arroio Alegre – Santa Clara do Sul (RS)

Na zona rural de Santa Clara do Sul, a 150 km de Porto Alegre, existe uma Confraria da Bicicleta. Além de ponto de apoio com a oferta de água gelada e sombra, os ciclistas que passam pela porta também podem visitar o acervo de pouco mais de 40 bicicletas históricas de Vianei Augusto Wille. A coleção começou a ser montada há mais de 20 anos, quando Vianei restaurou a primeira bicicleta. A busca e pesquisa por peças originais acabavam trazendo outros modelos ainda mais raros [...]. "Além disso, sabendo que eu gosto e cuido da antiguidade, muitas pessoas acabam trazendo raridades. Quando me dei conta já tinha um acervo", diz ele [...]

Museu Rodas do Tempo – Pirenópolis (GO)

Na cidade natal da atleta Raiza Goulão, nossa maior representante feminina no *mountain bike*, a bicicleta também tem destaque no Museu Rodas do Tempo, localizado em uma das saídas para as cachoeiras. Ao lado de pavilhões onde estão motocicletas, motonetas e microcarros, um acervo com 63 *bikes* antigas e outras 17 motorizadas enchem os olhos dos ciclistas. Nos destaques, quatro bicicletas do século 19 e um conjunto de *bikes* femininas do começo do século 20. O museu,



POUSADA RURAL ALTO ARROIO ALEGRE

Museu da Bicicleta da Pousada Alto Arroio Alegre, em Santa Clara do Sul (RS). Fotografia de 2024.

Dica de professor

Alguns desses museus têm perfis em redes sociais e vídeos sobre seu acervo. Caso estejam muito distantes de você, vale a pena acessar o conteúdo *on-line* e conhecer um pouco das histórias que esses museus têm para contar!

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

que completa 13 anos em outubro, é de propriedade de Augusto Cesar Bittencourt Pires, professor da Universidade de Brasília (UnB – a 160 quilômetros de Pirenópolis), que escolheu a cidade goiana para realizar o sonho de juntar e expor os veículos de duas rodas que vinha resgatando e restaurando há mais de 30 anos. [...]

Museu José Felix – Tocantins (MG)

Na pequena Tocantins, cidade mineira perto de Ubá, a bicicleta ganha ares de nostalgia com o Museu José Félix, com 150 peças que datam de 1867 a 1969. É lá que está a inglesa Raleigh da década de 1940, que pertenceu a José Gonçalves de Oliveira, o José Félix, e que incentivou o neto, Flávio, e o bisneto, André, a montarem o acervo, em exposição desde 2020. A homenagem ao patriarca da família vem acompanhada da intenção dos fundadores do museu de despertar o interesse cultural local e levar o município ao conhecimento do Brasil e do mundo. Em meio às raridades, vale destacar ainda as mais antigas da coleção, uma [...] de 1867, uma [...] de 1881 e uma bicicleta de segurança de 1895. Também estão expostas peças e ferramentas originais de várias épocas, além de fotografias e vestuários antigos. [...]

Existe uma cidade brasileira em que não circulam carros; o principal meio de transporte utilizado pelos habitantes é a bicicleta. Ela se chama Afuá e fica no estado do Pará. Veja uma reportagem especial sobre a cidade em: https://www.nationalgeographicbrasil.com/cultura/2021/09/afua-a-cidade-das-bicicletas-na-amazonia (acesso em: 12 jun. 2024).

Flaus Bicycle – Sarandi (PR)

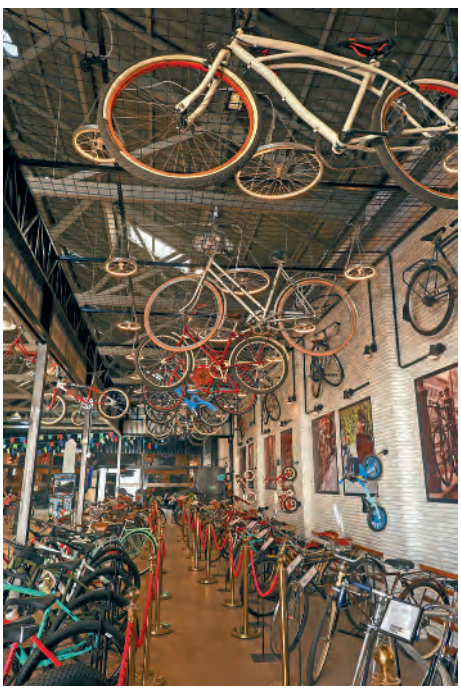
Marcos Flausino Dias, empresário do setor de autopeças, é apaixonado por antiguidades desde garoto, mas sua coleção de bicicletas, que hoje conta com mais de 600 modelos, começou a se formar quando a filha pediu uma *bike* antiga de presente. "Quando fui restaurar, descobri que havia pouca oferta de peças originais. Parei a linha de produção da minha empresa e passei a produzir algumas delas", lembra ele. "Nessa busca, as bicicletas iam aparecendo e não parei mais. A maior parte do acervo é original, mas também já fizemos algumas réplicas." Os destaques são as réplicas das Draisianas e a Penny-Farthing do final do século 19. "Mas há modelos de todas as décadas e nacionalidades."

Todo o seu acervo está organizado em um pavilhão de mil metros quadrados [...].

Garagem 55 – São Paulo (SP)

O primeiro Museu de Bicicletas de São Paulo foi inaugurado em julho [de 2023] no tradicional bairro da Mooca, na capital paulista. O acervo em exposição conta com mais de 100 bicicletas. Há modelos bem curiosos, como a de 1906 que foi adaptada para ser utilizada por bombeiros, e também aqueles objetos de desejo "mais recentes", [...], dos anos [19]70 e [19]80. A beleza de raridades de outras décadas, como anos 1950 e 1960, também encantam os visitantes.

ALIANÇA BIKE. Seis museus brasileiros que contam a história da bicicleta. **Aliança Bike**, São Paulo, 28 jul. 2023. Disponível em: https://aliancabike.org.br/6museusdabicicletanobrasil/. Acesso em: 12 jun. 2024.



RUBENS CHAVES/FOLHAPRESS

Museu de bicicletas localizado na capital paulista. São Paulo. Fotografia de 2024.

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

Papo aberto sobre o texto

1. **Os museus são espaços culturais que podem ser visitados para estudo, obtenção de informação e lazer. Você já visitou algum museu? Em caso de resposta afirmativa, com qual finalidade?**

2. **Nem todos os historiadores atribuem a Leonardo da Vinci a invenção da bicicleta. A primeira bicicleta foi fabricada em 1817 por Karl Von Drais e, desde então, vem sendo aprimorada. Em que os avanços da ciência e da tecnologia em relação à bicicleta foram importantes para nossa sociedade?**

1. Resposta pessoal. Os estudantes podem refletir sobre as visitas que já fizeram a museus no decorrer de sua vida: se foi para estudar os materiais expostos para conhecer e aprender mais sobre a temática da exposição, para apreciar as obras, entre outras finalidades. Caso algum estudante nunca tenha visitado um museu, sugira que reflita sobre com que finalidade gostaria de conhecer um.

2. Resposta pessoal. Nessa questão, é importante retomar com os estudantes aspectos discutidos anteriormente sobre as utilidades da bicicleta em nosso cotidiano atualmente: transporte, recreação, lazer, trabalho e esporte. Graças aos estudos científicos e tecnológicos, tem sido possível aprimorar as bicicletas e adaptá-las de acordo com esses diferentes usos. Além disso, é interessante os estudantes refletirem sobre os diferentes formatos e adaptações tecnológicas da bicicleta no ciclismo, pois cada uma tem uma estrutura específica de acordo com a modalidade praticada.

E SE A GENTE... Promovesse um passeio ciclístico?

Pensando no ciclismo como uma atividade física que, se realizada regularmente, promove a saúde do corpo e da mente, que tal conscientizar a comunidade sobre essa prática corporal de aventura para o lazer ou a recreação?

Antes de mais nada

Organizem-se em grupos para a estruturação de um passeio ciclístico. Cada um terá uma função que será importante para o sucesso do passeio.

Se a escola não tem o hábito de grandes eventos, pensem como público participante os amigos e familiares de todos os estudantes da instituição ou apenas daqueles das turmas de Ensino Médio. Caso a escola já se organize para esse tipo de atividade, é o momento de ampliar e convidar toda a comunidade para participar.

Se, por algum motivo, não for possível organizar o passeio ciclístico, atentem ao fato de que em algumas cidades existem trilhas recreativas de *mountain bike*. Informem-se sobre as condições e o custo para o uso dessas trilhas, pois pode ser uma opção para a realização da atividade.

Definam com o professor o dia do evento, a data do início da divulgação e a da inscrição. Não se esqueçam de que é um passeio para conscientizar o público sobre a importância da atividade física e sobre os benefícios do ciclismo!



RUBENS CHAVES/PULSAR IMAGENS

Passeio ciclístico em Santos (SP). Fotografia de 2023.

Além de você, eleja mais duas pessoas da escola (estudantes, professores, gestores ou outros funcionários) para auxiliar na gestão e na coordenação do evento, a fim de organizar as equipes de trabalho, tomar decisões importantes e gerenciar imprevistos.

Momento de planejar e organizar

Antes de se reunirem nas equipes de trabalho, definam coletivamente o local em que acontecerá o passeio ciclístico, desde o ponto inicial até o final. Vocês podem montar um trajeto considerando as ruas no entorno da escola ou optar por algum parque da cidade, se houver. Se escolherem essa última opção, procurem um profissional acostumado com o local para guiá-los.

Considerem que pode haver públicos de diferentes idades, incluindo crianças, idosos e pessoas com deficiência; por isso, a acessibilidade será importante.

Elaborem cartazes listando os benefícios do ciclismo, promovendo-o como uma prática para a saúde física e mental. Utilizem as informações presentes em diversas seções e boxes deste capítulo e façam uma pesquisa para obter outras mais. O objetivo do passeio é a conscientização e a demonstração, na prática, de como o ciclismo pode ser uma opção de lazer e recreação para os participantes.

Apresentem o trajeto à Secretaria Municipal de Trânsito, ouça os responsáveis e, caso seja necessário, adaptem o percurso. Conversem sobre outros serviços que devem estar disponíveis (Samu e guarda civil, por exemplo). Essa reunião deve ser feita com a presença do professor e dos demais coordenadores do evento. Peçam dicas para instruir os participantes sobre como andar de bicicleta no trânsito do bairro ou da cidade durante o evento e no dia a dia. Pode-se fazer um cartaz com essas dicas.

Os estudantes serão convidados a organizarem um passeio ciclístico. Seguindo as instruções, ajude-os no cumprimento de cada fase, inclusive na organização do passeio, convidando mais professores e a equipe gestora para participar da coordenação do evento. Nessa atividade serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG703 da BNCC.
O objetivo é que essa experiência ocorra no entorno da escola, fora do ambiente escolar; porém, se houver empecilhos, podem ser feitos apenas o texto e os cartazes ou fôlderes elencando os benefícios do ciclismo. Como é preciso pensar na segurança dos participantes, a Secretaria Municipal de Trânsito deve ser acionada. Você pode escolher uma turma ou mais do mesmo ano escolar para organizar o evento.

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

Dividam-se de acordo com a afinidade de cada um com as diferentes funções. Reúnam-se com as equipes de trabalho para organizar as tarefas. No quadro a seguir, são apresentadas algumas atribuições que cada um deve desempenhar. Pode haver outras funções ou equipes que vocês considerem importantes nessa organização, conforme seu contexto.

Equipes de trabalho	Exemplos de atribuições antes do evento	Exemplos de atribuições durante o evento
Secretaria	• Inscrever os participantes. • Demarcar o período de inscrição e o número máximo de inscritos. • Finalizar o texto de abertura do passeio ciclístico.	• Recepcionar os participantes. • Fazer a abertura do evento falando sobre os benefícios do ciclismo.
Apoio	• Montar o cronograma do passeio. • Reunir-se com a Secretaria Municipal de Trânsito para auxiliar na escolha do trajeto e interditar as vias.	• Auxiliar na recepção dos participantes fazendo um alongamento inicial. • Manter a organização e a limpeza do local. • Organizar a escola para receber os participantes.
Jornalismo	• Fazer a cobertura jornalística antes do evento como forma de divulgação. • Elaborar o cartaz e/ou a postagem de divulgação. • Escolher as mídias necessárias para divulgar e postar o evento ao vivo (com vídeos e/ou fotografias).	• Fazer a cobertura jornalística durante e após o evento. • Entrevistar os participantes.

Além das funções listadas, a equipe de apoio pode providenciar uma caixa ou um carro de som para tocar músicas durante o passeio. Para isso, é preciso criar uma *playlist* com músicas que agradem a públicos de diferentes idades.

A escola pode ficar aberta para que os participantes utilizem o banheiro e encham suas garrafas com água.

Façam quantas reuniões forem necessárias para alinhar os trabalhos tanto com a equipe em particular quanto com a turma toda.

Momento de divulgar

No dia programado, a equipe de jornalismo deve iniciar a divulgação do evento. No cartaz e/ou na postagem, devem constar o local e o horário do passeio ciclístico. Incluam também o período e o local de inscrição, que pode ser na secretaria da escola ou na saída dos estudantes.

Indiquem os equipamentos de segurança e peçam a todos que levem uma garrafa de água no dia do passeio.

Discutam o meio de divulgação mais acessível, no momento, aos estudantes, amigos e familiares. Vocês podem passar de sala em sala, fazer bilhetes ou fôlderes, utilizar as redes sociais da escola (se houver) e elaborar cartazes.

Momento de pedalar

Sugere-se que a equipe de jornalismo entreviste os participantes pedindo-lhes que relatem como foi compartilhar essa vivência.

No dia do passeio, cheguem mais cedo para recepcionar os participantes. No horário previsto, um ou mais membros da equipe de apoio devem se apresentar e iniciar a atividade com um alongamento. Depois, outro integrante da equipe de secretaria deve ler o texto escrito pela turma a todos os participantes.

Deem as instruções da organização do passeio com base nas leis de trânsito e na orientação da Secretaria Municipal de Trânsito. Conscientizem os participantes sobre o modo correto de andar nas vias públicas.

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

Pensem em equipes de pessoas para apoio do evento, uma para ir pedalando na frente demonstrando o percurso, outra para ir no meio dos participantes e outra, ainda, para ir atrás. Alguns membros da equipe podem ficar na escola durante o passeio para dar suporte a quem chegar atrasado ou precisar voltar antes de terminar o passeio.

Levem os cartazes confeccionados e tirem fotografias durante o passeio, criando um conjunto de imagens para serem divulgadas de modo impresso em um painel ou na rede social oficial da escola. O importante é divulgar as mensagens elaboradas.

A equipe de jornalismo pode entrevistar os participantes, fazendo perguntas sobre a participação e o que aprenderam com o evento.

Momento de avaliar

Finalizado o passeio ciclístico, reúnam-se para ver as fotografias e montar a exposição pós-evento. Todas as equipes podem ajudar nessa tarefa.

A equipe de jornalismo deve apresentar o resultado das entrevistas realizadas.

Em conjunto reflitam:

- Como foi organizar esse tipo de evento?
- O que deu certo no passeio e o que vocês mudariam, caso houvesse outro?
- O que cada um aprendeu de mais significativo?

Converse com os estudantes sobre a experiência, o que houve de positivo e/ou de negativo e qual aprendizagem tiveram tanto em relação à organização do evento quanto às pesquisas feitas sobre o ciclismo. Você pode retomar com os estudantes a questão referente à escolha do ciclismo como uma atividade de lazer, pois, com a realização desse evento, alguns podem mudar de ideia e começar a considerá-lo uma prática corporal regular.

MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE — Ciclismo paralímpico

Você sabe quais são as modalidades e categorias paralímpicas do ciclismo? Será que as pessoas que você conhece dentro e fora da escola sabem? Quem são os atletas de destaque em nosso país?

A proposta é que os estudantes reflitam sobre os ciclistas com deficiência, conheçam a organização das modalidades e os atletas paralímpicos brasileiros, divulguem esse conhecimento e, no final, experimentem colocar-se no lugar do outro. Serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG502, EM13LGG503 e EM13LGG703 da BNCC.

Parte 1 – Leitura e discussão do texto

Primeiro, vamos ler um texto que apresenta grandes conquistas dos atletas brasileiros no ciclismo paralímpico.

Lauro Chaman e Bianca Garcia conquistam sete ouros em Brasileiro de ciclismo de pista

OBJETO DIGITAL Infográfico clicável: Ciclismo olímpico

Os atletas da Seleção Brasileira de ciclismo Bianca Garcia (classe B2, baixa visão), Lauro Chaman (classe C5, que usam bicicletas convencionais) e Victor Luise (C2) foram alguns dos destaques do Campeonato Brasileiro de ciclismo paralímpico de pista, disputado em Indaiatuba, no interior de São Paulo, de 18 a 21 de janeiro [de 2024].

A paulista Bianca Garcia, ao lado da piloto Nicolle Borges, encerrou a disputa invicta, com três ouros, nas provas de velocidade, contrarrelógio e perseguição. A ciclista vinha de uma campanha com três medalhas nos Jogos Parapan-Americanos de Santiago, no Chile, em novembro, uma de ouro e duas de bronze. Ela também ganhou o Prêmio Paralímpicos como melhor atleta da modalidade no ano de 2023.

Já o paulista Lauro Chaman encerrou a competição em Indaiatuba com quatro medalhas de ouro e uma de prata. Ele foi o vencedor das provas contrarrelógio, perseguição, *omnium* e *scratch* e ficou na segunda colocação na de velocidade. Em Santiago, o ciclista obteve um ouro e duas pratas.

Bianca Garcia (atrás), com a piloto Nicolle Borges, participam de prova do Parapan de Santiago em 2023.



ALESSANDRA CABRAL/CPB

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

O goiano Victor Luise (C2), que esteve na Seleção participante dos Jogos Continentais no Chile, também levou quatro ouros e uma prata em Indaiatuba. O ciclista obteve a vitória na perseguição, velocidade, *scratch* e *omnium* e o segundo lugar no contrarrelógio.

A competição foi utilizada como seletiva para que a comissão técnica possa compor a equipe que irá disputar o Mundial de ciclismo de pista em março, no Rio de Janeiro.

O ciclismo é uma das 13 modalidades nas quais o Brasil já possui vagas asseguradas para os Jogos Paralímpicos de Paris, uma no masculino e outra no feminino. Elas foram confirmadas em fevereiro de 2023, a partir do *ranking* internacional por nação da modalidade.

COMITÊ PARALÍMPICO BRASILEIRO. Lauro Chaman e Bianca Garcia conquistam sete ouros em Brasileiro de ciclismo de pista. **Comitê Olímpico Brasileiro**, [*s. l.*], 24 jan. 2024.

Essas questões servem para sensibilizar os estudantes sobre o conhecimento que têm em relação a essa e outras modalidades paralímpicas e para levá-los a questionar por que há pouca veiculação midiática. Converse com eles sobre o capacitismo, a pouca cobertura midiática de eventos esportivos de pessoas com deficiência, a baixa audiência do público, o escasso patrocínio de grandes marcas, entre outros fatores.

Com seus colegas, faça uma reflexão sobre o texto.

- Você conhecia esses atletas e suas conquistas?
- Você conhece as classes de competição do ciclismo paralímpico?
- Se não conhece ou se conhece pouco, já parou para pensar na razão disso?

Parte 2 – Pesquisa

Para a pesquisa, você pode dividir a turma em dois ou mais grupos, a fim de que cada um investigue uma modalidade do ciclismo, ou pedir aos estudantes que, em grupos de cinco integrantes, façam a pesquisa completa. Auxilie-os na escolha da melhor forma de expor os resultados.

As pessoas com deficiência começaram a realizar disputas de ciclismo na década de 1980. Em 1984, esse esporte passou a integrar o programa dos Jogos Paralímpicos. Atualmente, são disputadas modalidades como o ciclismo de estrada e de pista para pessoas amputadas, com deficiência visual ou lesões medulares (cadeirantes) de ambos os sexos.

Em grupo, pesquisem quais são as modalidades do ciclismo paralímpico e as categorias de cada uma delas de acordo com a classificação funcional. Indiquem se homens e mulheres podem competir e quais brasileiros estão nas disputas. Ao final, escolham uma maneira para apresentar os resultados: fôlder, cartaz, postagem, vídeo, mapa conceitual, entre outros suportes. É interessante que esses resultados sejam compartilhados com a comunidade escolar para ampliar os conhecimentos de todos sobre o assunto.

Parte 3 – Atividade

Explique aos estudantes que no ciclismo realizado por pessoas com deficiência visual é utilizada a bicicleta tandem, na qual o guia (pessoa que enxerga) se senta na frente. Nessa atividade, faremos de outro modo a função do guia. É importante conversar com os estudantes previamente sobre os cuidados que devem ter e a responsabilidade de ser guia do colega. Destaque também que, quando estiverem na bicicleta, eles podem desistir de continuar caso não queiram prosseguir ou não se sintam bem.

Para refletir mais sobre o ciclismo paralímpico e despertar o olhar para o outro, a proposta é que você se reúna com dois colegas para realizarem mais uma experiência com a bicicleta.

Retomem a **atividade 2** do **Bora pra quadra?** e façam agora o percurso com uma venda nos olhos. Porém, enquanto um de vocês pedala, os outros dois colegas devem ficar a seu lado, guiando-o. Principalmente na primeira experiência, andem devagar, tentando se equilibrar e não sair da demarcação.

Troquem de lugar entre vocês para que todos passem pela mesma vivência. Quando você for o guia, ajude o colega com comandos para orientá-lo e segure-o pelo guidão ou banco da bicicleta para que ele não caia e consiga completar a prova. Respeitem o tempo e o limite de cada um. Vocês podem marcar o tempo se todos se sentirem confortáveis e seguros para explorar o percurso mais rapidamente.

Ao final, conversem sobre como foi a experiência e o que ela acrescentou em toda a reflexão que tiveram.

Recado final

Pedalar pode ter diferentes finalidades, não é mesmo? Neste capítulo, você conheceu e analisou o ciclismo em suas múltiplas faces; de modo mais enfático, refletiu sobre essa prática corporal de aventura como atividade de lazer pessoal e sobre seus benefícios para a saúde física e mental. No campo esportivo, o olhar foi para a profissão olímpica e paralímpica do ciclista. Tudo pensando em uma vivência significativa e prazerosa com a bicicleta durante as aulas práticas e no passeio ciclístico. Agora, você está um pouco mais preparado para definir se será espectador ou praticante do ciclismo.

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

UNIDADE 2

CORPO QUE SE EXPRESSA E RESISTE



LADANIFER/ISTOCK/GETTY IMAGES

Jovens em treino de futebol. Espanha, 2024.

Quando um corpo se expressa e resiste? Nosso corpo pode ser um instrumento de resistência?

Nesta unidade, você vai saber mais sobre a profissão de atleta, construir um portfólio de atleta profissional e simular a realização de uma peneira para seleção de jogadores de futebol. Vai discutir o MMA, inclusive em sua relação com a mídia, e se posicionar criticamente diante dos discursos em torno dessa luta. Além disso, vai explorar práticas corporais de aventura, como o *trekking* e o *plogging*, e as danças urbanas, como o passinho.

Vamos juntos investigar o poder do corpo que constrói identidades.

Capítulo 6

PROFISSÃO: ATLETA

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

TRABALHO



TIM CLAYTON/CORBIS/GETTY IMAGES

As tenistas profissionais estadunidenses Serena e Venus Williams, em Nova York, Estados Unidos, 2022.

Você já parou para pensar qual vai ser sua ocupação ou profissão? Em algum momento, já pensou em ser atleta profissional? Antes de tomar qualquer decisão relacionada ao trabalho, é importante refletir muito e pesquisar amplamente. Neste capítulo, para ajudar você, discutiremos, pesquisaremos e avaliaremos as possibilidades de profissionalização na área do esporte.

De acordo com o Código Brasileiro de Ocupações (CBO), os atletas profissionais são aqueles que "tomam parte como profissionais em competições e provas esportivas", participando delas individual ou coletivamente. As rotinas de trabalho dos atletas envolvem treinamentos regulares que visam à preparação física, técnica, tática e psicológica para competir em cenários de alto rendimento esportivo. A regulamentação da profissão é garantida por contratos de trabalho que prescrevem os direitos e deveres dos atletas. Dentro da classificação do CBO, a profissão de atleta se subdivide em algumas categorias, tais como atleta profissional de futebol, atleta profissional de luta, atleta profissional de tênis, profissional de atletismo e atleta profissional (outras modalidades), que engloba diversas categorias, como ginástica, natação, handebol, nado sincronizado, surfe e *windsurf*, voleibol e basquete, por exemplo.

Hoje um Atleta Profissional (Outras Modalidades) ganha em média R$ 3.969,30 no mercado de trabalho brasileiro para uma jornada de trabalho de 43 horas semanais.

As informações são de acordo com pesquisa do Salario.com.br junto a dados oficiais do Novo CAGED, que reúne dados do CAGED, eSocial e Empregador Web com um total de 1.514 salários de profissionais admitidos e desligados pelas empresas no período de outubro de 2022 a outubro de 2023.

A faixa salarial do Atleta Profissional (Outras Modalidades) fica entre R$ 1.600,00, salário mediana da pesquisa, e o teto salarial de R$ 11.719,80, sendo que R$ 3.860,00 é a média do piso salarial 2024 de acordos coletivos levando em conta profissionais em regime CLT de todo o Brasil.

O perfil profissional mais recorrente é o de um trabalhador com 20 anos, Ensino Médio completo, do sexo masculino, que trabalha 44 horas semanais em empresas do segmento de Clubes sociais, esportivos e similares.

A cidade com mais ocorrências de contratações e, por consequência, com mais vagas de emprego para Atleta Profissional (Outras Modalidades) é São Paulo – SP.

ATLETA Profissional (Outras Modalidades) – Salário, o que faz, piso salarial 2024. **Salario.com.br**, *[s. l.]*, jan. 2024.

De acordo com a BNCC, no Ensino Médio, além da experimentação de novas possibilidades oferecidas pelas práticas corporais vivenciadas no Ensino Fundamental (jogos e brincadeiras, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventura), devemos desafiar os estudantes a refletirem sobre elas de modo a ampliar seus conhecimentos a respeito dos limites e das possibilidades do corpo, bem como sobre os valores subjacentes a elas, contribuindo para a construção do projeto de vida.

Neste capítulo, no campo da vida pessoal, dialogamos com a experiência de levantar dados, informações e fazer reflexões sobre profissões e ocupações contemporâneas de interesse dos estudantes. A profissão de atleta será problematizada sob diferentes prismas, com destaque para a profissão de jogador de futebol, tendo em vista o fascínio que exerce na juventude brasileira, mobilizando, às vezes precipitadamente, seus projetos e suas trajetórias de vida.

No âmbito dessa perspectiva de Educação Física no Ensino Médio da BNCC, neste capítulo, contribui-se para o desenvolvimento das habilidades EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG303, EM13LGG305, EM13LGG502 e EM13LGG503.

FAIXA DE ÁUDIO **História de uma atleta**

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

E SE A GENTE... CONSTRUÍSSE O PORTFÓLIO DE UM ATLETA PROFISSIONAL?

Para que você se aproxime do campo de atuação profissional de um atleta, vamos conhecer um pouco dessa carreira! Muitos esportistas divulgam seu trabalho por meio de **portfólio**. Em grupos, vocês vão construir o portfólio de um atleta profissional.

Portfólio: compilação das características, competências, habilidades e conquistas de um profissional de qualquer área para divulgar seu trabalho e atrair empregadores, clientes e patrocínios.

Momento de pesquisar

1. Escolham um atleta profissional, de qualquer modalidade, gênero ou idade.
2. Pesquisem dados sobre esse atleta, como idade, altura, peso, modalidade praticada, principais características, trajetória, recordes e conquistas, e anotem no caderno ou em arquivo digital. Selecionem também imagens.

E se a gente... A construção de um portfólio propicia aos estudantes uma aproximação do mundo do trabalho e dá subsídios para refletirem sobre o projeto de vida deles mesmos. Estimule também a pesquisa de atletas de modalidades do paraesporte, além de valorizar a presença das mulheres em esportes disputados tradicionalmente por homens. A atividade pode ser feita com a ajuda do professor de Arte, e a pesquisa pode contar com as redes sociais. Oriente os estudantes a revisarem o portfólio com cuidado antes de considerá-lo pronto. Durante a discussão da atividade final, estimule-os a pensar se se identificam com a carreira esportiva.

Momento de elaborar

Com a ajuda do professor de Arte, distribuam as imagens e o texto verbal de forma harmônica em uma folha de papel ou usando um *software* de desenho. Lembrem-se de que o portfólio é um material de *marketing* e deve chamar a atenção do público. Como exemplo, segue um trecho do portfólio de uma atleta de boxe.



AL BELLO/GETTY IMAGES

"Eu sou uma garota, tenho que lutar como sou. Não lutar tentando ser um homem ou lutar tentando me adaptar a um padrão. Tenho que lutar apenas." (Jucielen Romeu, 2021). Foto tirada no Chile, 2023.

PERFIL

NOME: Jucielen Cerqueira Romeu

NASCIMENTO: 13/04/1996

NATURALIDADE: Rio Claro (SP)

PESO: 57 kg

ESTATURA: 1,68 m

CATEGORIA NO BOXE: peso-pena (até 57 kg)

ACADEMIA: Academia de boxe de Rio Claro (SP)

TRAJETÓRIA

- 11 anos de idade – Inicia a prática do boxe em um projeto social desenvolvido pela Academia de boxe de Rio Claro (SP)
- 2014 – Campeã brasileira juvenil (17-18 anos)
- 2015, 2016, 2017 – Três vezes medalha de prata no Campeonato Brasileiro Elite
- 2018, 2020, 2022, 2023 – Tetracampeã brasileira de boxe
- 2019 – Medalha de prata nos Jogos Pan-Americanos de Lima (Peru)
- 2020 – Representante brasileira na categoria peso pena nos Jogos Olímpicos de Tóquio
- 2018-2023 – Representante brasileira no Campeonato Mundial da Índia (2018), da Rússia (2019), da Turquia (2022) e da Índia (2023)
- 2022 – Medalha de ouro nos Jogos Sul-Americanos em Assunção (Paraguai)
- 2023 – Medalha de ouro nos Jogos Pan-Americanos de Santiago (Chile)
- 2023 – Classificada para representar o Brasil na categoria peso-pena nos Jogos Olímpicos de Paris 2024

Fontes usadas: Depoimentos de um dos treinadores da atleta, Breno Macedo, confirmados pela própria Jucielen, e consultas para confirmação de alguns dados em: http://cbboxe.org.br/memorias-tecnicas/; https://opopular.com.br/esporte/boxe-levou-jucielen-a-ler-e-se-perceber-como-mulher-negra-de-periferia-1.2289555; https://olympics.com/pt/noticias/jogos-sul-americanos-2022-confira-as-medalhas-do-brasil. Acessos em: 5 jan. 2024.

Momento de apresentar

1. No dia combinado com o professor, apresentem os portfólios para o restante da turma.
2. Conversem: A carreira esportiva lhes parece atrativa? Quais são os desafios?

Tá ligado!

Atente à sua postura corporal, aos gestos e ao tom de voz, conforme você já deve ter praticado em produções orais de Língua Portuguesa.

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

BORA PRA QUADRA? Peneira para selecionar jogadores e jogadoras de futebol

A atividade visa simular a realização de uma peneira para seleção de jogadores e jogadoras por um clube de futebol fictício que está formando uma equipe mista. É importante fazer a mediação desse processo, conferindo autonomia aos estudantes integrantes da comissão técnica para que conduzam a peneira, com todo o respaldo necessário.
No momento da triagem, oriente os participantes a se sentar à frente da comissão técnica, a qual permanecerá em pé próximo ao grupo. A comissão técnica terá em mãos uma planilha, na qual deverá inserir o nome dos candidatos em cada uma das posições: goleiros, defensores, armadores e atacantes, bem como dados sobre seu desempenho. Após todos terem escolhido suas posições, auxilie a comissão na formação das equipes, de modo a deixá-las relativamente equilibradas tecnicamente. Caso haja muitas pessoas em determinada posição e poucas em outra, indique que será necessário um rodízio de posições dentro das equipes, a fim de que todos joguem algum tempo na posição desejada e ajudem em algum momento cumprindo a função da posição em carência.
Ao final da peneira, é importante deixar que os estudantes expressem seus sentimentos sobre a participação nessa simulação e manifestem as impressões iniciais sobre como seria o processo de ingresso na carreira de profissional de futebol. Por fim, evidencie que, no decorrer do capítulo/aulas, eles vão compreender melhor as dificuldades enfrentadas pelos postulantes à carreira de atleta profissional de futebol e de outras modalidades esportivas, de maneira que a experiência anterior de elaboração do portfólio e a própria participação na peneira servirão de plataforma para as reflexões realizadas.
Tendo em vista que os papéis e a situação simulada evocam fortes emoções, é importante orientar o grupo da comissão técnica a deixar claro para a turma que atitudes agressivas ou violentas não serão toleradas, resultando na exclusão da peneira daqueles identificados como responsáveis pelos atos de violência/agressão.

ODS 5

Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Vamos realizar a simulação de uma atividade comum no contexto de seleção de jovens para as categorias de base dos clubes: as peneiras. As peneiras são eventos realizados pelos clubes que reúnem um grande número de jovens de determinada faixa etária interessados em se tornar atletas profissionais. Nesse processo, eles participam de jogos por um período específico sob o olhar crítico de avaliadores do clube.

O nome "peneira" não é ocasional; geralmente, das dezenas, centenas ou, às vezes, até milhares de candidatos que costumam participar desses eventos, poucos são selecionados.

Experienciando o mundo do trabalho



NICKYLLOYD/GETTY IMAGES

Jogadoras alongam-se em treino de futebol. África do Sul, 2023.

Todos poderão participar dessa simulação de peneira, buscando uma vaga em um clube de futebol fictício. A exceção será um pequeno grupo de três a seis estudantes, que assumirá o papel de comissão técnica do clube. Com o auxílio do professor, esse grupo definirá funções específicas para cada integrante (treinador, preparador físico, analista de desempenho etc.) e critérios para as avaliações que estipulem aspectos como o perfil dos jogadores almejados pelo clube, as características que esses jogadores devem ter, o número de vagas a serem preenchidas no clube e em quais posições, entre outras possibilidades. Um aspecto importante é que esse clube está formando uma equipe de futebol mista, ou seja, com meninos e meninas.

Para a organização da peneira, sigam estas orientações.

1. A comissão técnica fará a triagem inicial, dividindo os participantes segundo as posições de atuação que escolherem. Com a seleção sendo realizada em uma quadra de futsal ou espaço similar, as posições do futebol serão adequadas a esse espaço, consistindo em: goleiro, defensor, armador e atacante.
2. Após todos escolherem suas posições, serão divididos pela comissão técnica em equipes que se enfrentarão em jogos de curta duração (de 5 a 10 minutos).
3. A comissão técnica avaliará os participantes de acordo com os critérios preestabelecidos, fazendo suas observações e anotações para embasar as decisões que serão tomadas sobre os jogadores que serão contratados.
4. Depois dessas atividades, a comissão técnica reunirá todos os participantes e divulgará os aprovados, justificando os critérios.

Roda de conversa

A peneira foi uma simulação, e o fato de ser aprovado ou reprovado não significa qualquer tipo de vantagem ou desvantagem em sua formação escolar. Assim, expressem, em uma roda de conversa, seus sentimentos em relação à experiência de ter participado da peneira, tanto como jogador quanto como membro da comissão técnica. Discutam as

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

principais dificuldades enfrentadas nesse processo, se consideram que foram avaliados de forma justa e se o resultado foi adequado. Ao final, a comissão técnica apresentará a planilha que orientou a seleção e todos discutirão os sentidos atribuídos aos critérios adotados. Por fim, reflitam sobre o que significa ser aprovado na peneira para quem pretende se tornar um profissional de futebol. Seria uma garantia de sucesso profissional?

É importante que o grupo da comissão técnica defina de forma autônoma os critérios de avaliação e as funções que cada um de seus componentes vai desempenhar, para uma melhor análise dos participantes da peneira. O professor fornecerá todo o suporte necessário e poderá auxiliá-los, apresentando como sugestão alguns aspectos a serem considerados na planilha de avaliação: **a)** Relação com a bola: precisão no domínio; precisão dos gestos técnicos (condução, passe, finalização, domínio etc.); segurança das defesas (goleiro); precisão na reposição da bola (goleiro). **b)** Ocupação do espaço: ocupação adequada do espaço de acordo com a posição; movimentação adequada em relação à posição que ocupa e à circulação da bola; capacidade de acelerar e cadenciar a movimentação, otimizando a ocupação dos espaços; capacidade de explorar os espaços vazios para oferecer opções de passe a seus companheiros; em situação defensiva, capacidade de se colocar adequadamente entre seu oponente direto e a meta (gol) que defende; realização, de forma adequada, da transição de espaços (recuando ou avançando) nos momentos de contra-ataque (ofensivos e defensivos). **c)** Comunicação com companheiros e adversários: capacidade de orientar os companheiros sobre posicionamento; capacidade de chamar a atenção de seus companheiros sem anunciar suas intenções para os adversários; observação do jogo antes de agir, realizando as melhores escolhas antes de executar suas ações com a posse de bola.

Leitura

Nos textos a seguir, vamos ampliar nosso olhar sobre a profissão de futebolista. Acessaremos conhecimentos referentes aos percursos e aos riscos sociais relacionados a essa carreira, conhecendo um pouco da face oculta dessa profissão, geralmente glamorizada pelos meios de comunicação. Também colocaremos em foco as camadas adicionais de precarização dessa carreira vivenciada pelas mulheres, que, na maioria das vezes, mal recebem o reconhecimento de que exercem o futebol profissionalmente.

Texto 1

O estatuto dos jogadores de futebol

A face oculta da profissão

Diferentemente da ideia de que a vida dos **boleiros** é boêmia e desregrada, as rotinas de treinamento exigem dedicação integral, atitudes consequentes e disciplinamento do corpo e da alma. Os altos salários são restritos a um grupo minoritário, que ocupa as páginas das mídias especializadas e outras publicações destinadas aos amantes dos *pop stars*, causando a impressão de que ser jogador é uma forma de ganhar a vida fácil. Enfim, há uma série de impressões acerca da profissão e dos profissionais do futebol que se sobrepõem, encobrem e, segundo os próprios **nativos**, distorcem o que são e o que fazem cotidianamente.

[...]

Carreiras curtas, auge precoce, difícil **reconversão**, restrições de **mercado laboral** e **discrepâncias** salariais são características estruturais da profissão.

[...] Em parte porque o esporte moderno, no seu conjunto, dramatiza certos limites humanos, dentre os quais o biológico, a carreira de esportista é abreviada quando comparada a outras profissões, tendo os atletas seu apogeu na média de idade em que outros profissionais estão entrando no mercado. Acredita-se que, no futebol, o ápice profissional aconteça por volta dos 24-26 anos [...]. Os profissionais com mais de 35 anos de idade em atividade são objeto de curiosidade, **jocosidade** ou admiração. Raros são os que conseguem ultrapassar essa barreira sem comprometer significativamente seu *status*, como é o caso dos atletas que, por razões diversas, seguem exercendo a profissão mesmo quando o mercado lhes restringe as possibilidades, forçando-os a atuar em clubes de pouca expressão, e por salários bem abaixo do que receberam no passado, tendo um final de carreira melancólico.

Do ponto de vista dos atletas, o final da carreira é sempre dramático, mas há uma diferença entre "largar o futebol", o que equivaleria à aposentadoria, e "ser largado por ele", o que implicaria uma espécie de exclusão por deficiência técnica ou física. Ser largado pelo futebol implica, quase sempre, a necessidade de reconversão profissional, ao contrário da aposentadoria, cujo sentido atribuído pelos nativos comporta a ideia do fim de uma trajetória bem-sucedida também do ponto de vista econômico.

[...]

Neste momento, é muito importante a mediação do professor para que fique claro que se trata de uma simulação e que, caso fosse uma peneira real, esse resultado não seria garantia de que os selecionados já seriam profissionais do futebol. A principal intenção da atividade não é reafirmar ou legitimar o *status* de "craques de bola" daqueles estudantes que já se destacam na aula; ao contrário, trata-se de criar um espaço de vivência e reflexão que sirva de referência para uma análise criteriosa da inserção profissional e da carreira de jogadores de futebol, com ênfase na remuneração desses trabalhadores no Brasil.

Boleiros: forma popular para fazer referência a futebolistas.

Nativos: no texto, refere-se aos próprios jogadores de futebol profissional.

Reconversão: a reconversão profissional consiste na adaptação a outro ramo do mercado de trabalho a fim de estender a vida produtiva e suprir a saturação, o esgotamento da fonte anterior.

Mercado laboral: mercado de trabalho.

Discrepâncias: grandes desigualdades.

Jocosidade: característica daquilo que é engraçado.

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



RICARDOD89/SHUTTERSTOCK

Jovens jogando futebol de rua em Caracas, Venezuela, 2023.

Apesar de arriscada, a carreira é intensa, dentro e fora dos espaços de trabalho. Isso fascina os jovens, fazendo-os ignorar boa parte dos riscos. Investidos com a energia que é própria da idade, elevada à enésima potência pelo fato de se notarem *pop stars* em potencial, raros são os que têm a "cabeça no lugar" [...] para não se deixarem levar pelas promessas fugazes, que raramente se confirmam.

Além de ser uma profissão de "tiro curto", como dizem os boleiros, e de difícil reconversão, como tenho argumentado, ela não pode ser exercida de modo autônomo. Em primeiro lugar, há que se jogar em equipe, um constrangimento imposto pelas regras, que impede um sujeito de "abrir seu próprio negócio" ou, para usar um termo do mundo artístico, aventurar-se numa carreira "solo", como fazem músicos fartos da convivência, [...]. Em segundo lugar, é preciso considerar o monopólio exercido pela Fifa sobre o futebol de espetáculo, deixando poucas possibilidades de atuação para além dos clubes que participam do circuito por ela agenciado. Como o número de clubes tolerados pelas disputas agenciadas pela Fifa é restrito, e não tende a aumentar, antes a diminuir à medida que as disputas passam da escala local para a global, não há expansão de postos de trabalho, nem dentro e tampouco fora do circuito agenciado pela Fifa.

DAMO, Arlei Sander. **Do dom à profissão**: a formação de futebolistas no Brasil e na França. São Paulo: Aderaldo & Rothschild: Anpocs, 2007. p. 94-123.

Leitura. Nesta leitura, problematiza-se o postulado de que o futebol é uma profissão marcada pela realização pessoal e financeira irrestrita, sem maiores esforços que não sejam os físicos. Os estudantes são convidados a refletir sobre a realidade que se esconde por trás da glamourização do futebol pela mídia, exercitando o senso crítico e a capacidade de problematizar as informações veiculadas pelos meios de comunicação, atitudes essenciais para a construção do aspecto profissional de seus projetos de vida. Segundo o autor do texto, os dados sobre o mercado de "pés de obra" no Brasil são desencontrados, mas estima-se que existam entre 10 e 15 mil postos de trabalho, alguns deles sazonais e bastante precarizados. Existem, no Brasil, em torno de oitocentos clubes de futebol credenciados às subsidiárias da Fifa (agência internacional que mantém o monopólio do futebol de espetáculo), mas apenas um número reduzido, em torno de vinte (menos de 3%), detém 90% da predileção dos torcedores. Esse sistema, a que o autor denomina *clubismo*, está estabilizado há algumas décadas pelo menos. Assim, não há expansão da oferta de trabalho, mas apenas uma rotatividade intensa, com a competição direta entre os "pés de obra": para cada novo atleta incorporado ao clube, um antigo deve ceder seu lugar.

Biblioteca do professor. O livro *O jogo da minha vida*, do ex-futebolista Paulo André (São Paulo, Leya, 2013), retrata em primeira pessoa, de maneira bastante fidedigna, a carreira dos jogadores de futebol. Sugerimos a leitura do livro para subsidiar uma abordagem mais aprofundada do tema.

> Em sua pesquisa, Arlei Damo, autor do texto que você acabou de ler, revela que o processo de formação de futebolistas corresponde a um investimento volumoso e prolongado, equivalente, sob esse aspecto, a um curso de nível superior, compreendendo cerca de 5 mil horas entre treinamentos, jogos e outras rotinas de um centro de formação de algum clube de futebol.

Fala aí! Procure mediar uma discussão na qual os estudantes expressem suas opiniões sobre os motivos que levariam jovens a investir na carreira de atleta ignorando ou considerando os riscos e as dificuldades envolvidas. Busque estimular a turma para que aqueles que se identificam com essas situações exponham seus motivos, debatendo-se tais riscos e dificuldades com vistas à formação de consciência crítica sobre o assunto.

Fala aí!

O texto de Arlei Damo revela facetas da profissão de futebolista que nem sempre são de conhecimento do grande público. As conclusões de seu estudo contrariam o imaginário popular segundo o qual os atletas exerceriam uma profissão na qual fazem o que gostam e recebem altos salários para isso.

Você avalia que jovens de sua idade que projetam a vida "investindo todas as fichas" na carreira de atleta ignoram esses riscos e essas dificuldades da carreira? Ou acredita que fazem esse investimento mesmo conscientes das condições adversas? Como você avalia esse tipo de situação em que jovens estabelecem a profissão de atleta como única opção de projeto viável para a vida?

Estratégia: Procure analisar as perguntas tendo como base sua compreensão sobre os jovens de sua geração que elegem o futebol como projeto profissional, evitando, caso este seja um projeto pessoal, orientar-se exclusivamente pelas motivações pessoais.

Texto 2

Profissionalize-se como uma garota?

Efeitos das políticas de desenvolvimento do futebol de mulheres nas oportunidades da carreira esportiva no Brasil

Desde 1995, o futebol de mulheres ganhou espaço na agenda da Federação Internacional de Futebol (FIFA), quando Joseph Blatter, então presidente da entidade, previu que o futuro do futebol (e da FIFA) eram femininos – futuro esse que só se concretizaria quando a modalidade se tornasse lucrativa para a entidade. A Copa do Mundo de 2019, finalmente, materializou esse otimismo, atraindo mais de um milhão de espectadores pelo mundo. Esse crescimento não se limita apenas ao número de espectadores nos principais eventos da modalidade, mas também se reflete na quantidade de mulheres jogando futebol em nível competitivo, criando um significativo espaço para envolvimento e oportunidades de profissionalização para as atletas do esporte.

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

Apesar do crescente interesse pelo futebol de mulheres, a profissionalização da modalidade ainda é um desafio. Segundo a Federação Internacional dos Futebolistas Profissionais (FIFPRO), mais de 90% das jogadoras refletem sobre deixar o futebol precocemente devido a razões financeiras e de instabilidade de carreira. A média de remuneração mundial das jogadoras que recebem salário é de cerca de US$ 600 por mês ou menos para quase dois terços delas. Além disso, apenas pouco mais da metade das jogadoras têm contrato com clubes, com duração média de um ano, o que ilustra a instabilidade e precariedade do cenário da profissionalização do futebol de mulheres globalmente. Mesmo com o crescimento, a modalidade ainda precisa de melhorias substanciais nas condições de trabalho das jogadoras e na organização do mercado de trabalho.

ODS 5



WILLIAM WEST/AFP/GETTY IMAGES

A jogadora de futebol brasileira Marta disputa bola com adversária em partida da Copa do Mundo de 2023, na Austrália.

Como consequência, o futebol de mulheres caracteriza-se pela presença de três tipos de dedicação: amadora, semiprofissional e profissional. Embora a FIFA não reconheça formalmente esses três *status* de dedicação, os dados divulgados pela FIFPRO mostram que menos de 25% das jogadoras se identificam como profissionais. Isso significa que mais de 75% das mulheres que se dedicam ao futebol não têm estabilidade financeira para dedicar suas vidas ao esporte. No caso brasileiro não é diferente. Embora a seleção nacional tenha tido excelentes resultados no início dos anos 2000, foi apenas a partir de 2019 que ocorreu um maciço investimento de recursos na modalidade, ocasionado, sobretudo, pela regulamentação da Confederação Sul-Americana de Futebol (CONMEBOL) que obrigou os clubes tradicionais do futebol de homens a terem equipes de mulheres para poderem disputar campeonatos continentais. Mesmo com essa mudança recente, o *status* profissional ainda não era reconhecido para todas as jogadoras da Série A1 do Campeonato Brasileiro de 2021.

Além disso, outros tipos de vínculos e remuneração entre clubes e atletas são presentes, como a oferta de bolsas de estudos, contribuindo para borrar ainda mais a fronteira entre profissionalismo e amadorismo no futebol feminino. Esses tipos de auxílios oferecidos pelo clube, como uma forma de estabelecer um vínculo com as jogadoras, não são remunerados por meio de salário que lhes permita viver do esporte e colocam as atletas em um processo de conciliação da carreira esportiva com uma segunda carreira acadêmica ou vocacional, conhecido como dupla carreira esportiva. A FIFPRO destaca que 46% das jogadoras conciliam esporte e estudos, enquanto 30% combinam a carreira esportiva com o trabalho. Esses números refletem a falta de estruturação dos clubes, campeonatos e regulamentações que frequentemente obrigam as mulheres que desejam seguir uma carreira no futebol a conciliar o esporte com outra carreira, como forma de sobrevivência ou de planejar um futuro profissional, já que o esporte não oferece essa garantia.

Embora a situação de precariedade e de instabilidade da carreira também afete o futebol de homens, a marginalização do futebol de mulheres vem, muitas vezes, de seus organizadores, que o consideram menos importante, e seus patrocinadores, que o consideram menos atrativo e rentável. No caso das mulheres, ainda existem outras inseguranças, como questões de violência e assédio, ausência de direitos vinculados à maternidade e o enfrentamento cotidiano aos estereótipos de gênero, que ocasionam discriminações das mais diversas.

MARTINS, Mariana Z. *et al*. Profissionalize-se como uma garota?: efeitos das políticas de desenvolvimento do futebol de mulheres nas oportunidades da carreira esportiva no Brasil. **FuLiA/UFMG**, Belo Horizonte, v. 8, n. 3, p. 59-81, 2023.

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

Por dentro dos textos

1. **No início do texto 1, o autor desfaz um mito muito comum sobre o futebol profissional.**
   a. Que mito é esse?
   b. Que argumentos são apresentados para desfazer esse mito?
   c. Na sua opinião, esses argumentos se aplicam a outras carreiras esportivas? Por quê?

2. **O autor do texto 1 apresenta duas formas segundo as quais a carreira de um futebolista se encerra.**
   a. Quais são elas?
   b. Quais são as diferenças entre uma e outra?
   c. De acordo com o texto, qual delas é mais comum?
   d. Na sua opinião, por que isso acontece?

3. **No texto 1, o autor afirma que a carreira de jogador de futebol é intensa, o que fascina os jovens e os faz ignorar seus riscos. Você concorda com essa afirmação? Como avalia a carreira de jogador de futebol e seus riscos?**

4. **O autor do texto 1 afirma que a carreira profissional de futebolista tem como principais adversidades a condição de brevidade, ser de "tiro curto", como dizem os próprios futebolistas, a dificuldade de reconversão e a impossibilidade de ser exercida de forma autônoma. Sobre cada uma dessas limitações, responda às questões propostas.**
   a. O que significa a carreira ser de "tiro curto" e qual é o problema dessa condição?
   b. Que tipo de adversidade representa a dificuldade de reconversão profissional na carreira de um futebolista?
   c. Por que a carreira de futebolista não pode ser exercida de forma autônoma?

5. **No texto 2, as autoras chamam a atenção para o crescimento do futebol feminino, sobretudo a partir da Copa do Mundo de 2019, mas sinalizam alguns limites e certas dificuldades que ainda são enfrentados pelas mulheres, que jogam futebol.**
   a. Segundo a Federação Internacional dos Futebolistas Profissionais, mais de 90% das jogadoras cogitam abandonar sua carreira precocemente no futebol. Quais seriam os motivos para esse abandono precoce?
   b. Qual é sua opinião sobre essa tendência ao abandono precoce da carreira por mulheres futebolistas?
   c. Que indicadores trazidos logo no início do texto 2 apontam para a precariedade do futebol como profissão para mulheres?

6. **Dados da FIFPRO mostram que menos de 25% das jogadoras se identificam como profissionais.**
   a. Por qual motivo um percentual tão expressivo (75%) das mulheres futebolistas não se identifica como profissional?
   b. De que forma as mulheres futebolistas sem condições de se manter como profissionais estruturam suas carreiras?
   c. Por que a concessão de bolsas de estudo pelos clubes contribui para não deixar clara a fronteira entre amadorismo e profissionalismo?
   d. Como você avalia a falta de remuneração de salário que permita à maioria das mulheres futebolistas viver do esporte?

7. **Segundo as autoras do texto 2, embora a precariedade e a instabilidade da carreira também afetem o futebol de homens, no caso das mulheres, é possível acrescentar outras camadas de precarização. Quais seriam?**

1. b. A carreira de jogador de futebol profissional exige disciplina do corpo e da mente, dedicação total e responsabilidade.

1. c. Resposta pessoal. Compartilhe com a turma a reflexão de que, assim como no futebol, outras carreiras esportivas também exigem dedicação e responsabilidade; contudo, devido a uma cobertura midiática desproporcional, que sustenta uma monocultura do futebol, podemos dizer que o mito de altos salários e vida boêmia, em geral, não se aplica a outros esportes.

1. a. A ideia de que a vida dos jogadores de futebol é boêmia e desregrada, com altos salários e muita fama.

2. d. Resposta pessoal. Discuta com a turma o fato de haver no Brasil um excedente de "pés de obra" – potencializado pelo imaginário de carreiras de sucesso – e um número reduzido de postos de trabalho qualificados. Isso resulta em uma procura maior do que a oferta, o que faz com que os clubes descartem atletas que não atendam às suas expectativas.

2. a. Largar o futebol e ser largado pelo futebol.

2. c. Ser largado pelo futebol.

4. a. Significa que a carreira tem curta duração, tendo seu ápice entre os 24 e os 26 anos do futebolista e seu encerramento entre os 35 e os 40 anos desse profissional. Entre outros aspectos, essa brevidade da carreira implica, para o futebolista, a diminuição do tempo de trabalho remunerado e a impossibilidade de se aposentar apenas no exercício dessa profissão.

3. Resposta pessoal. Oriente os estudantes a justificar seu ponto de vista, se possível oferecendo exemplos.

5. a. Razões financeiras e instabilidade das carreiras.

6. a. Pelo fato de o futebol não lhes proporcionar estabilidade financeira para que se dediquem plenamente a essa profissão.

6. b. Segundo a FIFPRO, parte dessas futebolistas (46%) concilia esporte e estudos, enquanto outra parte (30%) combina a carreira esportiva com o trabalho.

6. c. Porque a remuneração concedida pelas bolsas não corresponde a um salário, que faria da jogadora uma profissional; ao mesmo tempo, mantém-na vinculada ao clube, o que muitas vezes a leva a ter "dupla carreira esportiva", conciliando a que tem no clube com outra, acadêmica ou vocacional.

6. d. Resposta pessoal. Cabe a discussão sobre a responsabilização que as autoras atribuem à falta de estruturação dos clubes, campeonatos e regulamentações. Isso frequentemente obriga as mulheres que desejam seguir uma carreira no futebol a conciliar o esporte com outra carreira, como forma de sobrevivência ou de planejar um futuro profissional, já que o esporte não oferece essa garantia.

2. b. Largar o futebol representa uma trajetória de carreira bem-sucedida, na qual o atleta atuou profissionalmente, obteve sucesso econômico e se aposentou. Ser largado pelo futebol representa o fracasso profissional antes do encerramento do ciclo profissional regular.

4. b. Ao deixar de exercer a profissão de futebolista, as possibilidades de recolocação no mercado de trabalho são muito restritas em virtude da dificuldade de aproveitar as competências e habilidades acumuladas no tempo de exercício da profissão em outro setor desse mercado. Isso é ruim se se considerar que o futebolista, ao encerrar sua carreira, ainda está em idade produtiva e sem a perspectiva de se aposentar.

4. c. Porque o futebol é jogado em equipe, exigindo a combinação entre pessoas para que a prática seja exercida. Além disso, a atuação profissional é administrada por uma instituição, a Fifa, que determina e regula o mercado, limitando o número de postos de emprego ao restringir os clubes autorizados a fazer parte de seu circuito de competições no mundo todo.

5. b. Resposta pessoal. Procure mostrar para a turma que esse tipo de situação aponta para a limitação dos projetos de vida de mulheres atletas, que não encontram condições adequadas para exercer o futebol como profissão.

5. c. A média de remuneração mundial das jogadoras que recebem salário é de cerca de US$ 600 por mês ou menos para quase dois terços delas e o fato de apenas pouco mais da metade das jogadoras ter contrato com clubes – e, mesmo nesses casos, os contratos têm duração média de um ano.

7. No caso das mulheres, acrescenta-se a marginalização sofrida por elas no futebol, muitas vezes conferida pelos próprios organizadores da modalidade, que consideram o futebol feminino menos importante, ou por seus patrocinadores, que o consideram menos atrativo e rentável. As autoras chamam a atenção ainda para outras formas de insegurança, vividas de modo mais intenso pelas mulheres, como questões de violência e assédio, ausência de direitos vinculados à maternidade e o enfrentamento cotidiano de estereótipos de gênero, que ocasionam discriminações das mais diversas.

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

Investigue. Caso necessário, auxilie na divisão da turma buscando manter grupos mistos, a fim de que todos tenham o ponto de vista de alguma menina ao menos. Oriente a turma a considerar uma visão ampliada de violência, que contemple diferentes formas de violência simbólica sofridas pelas atletas, tais como a exigência de uso de uniformes que apelem para a sensualização de seus corpos. Sugira que façam buscas de notícias sobre casos de assédio sofridos por mulheres atletas, indicando que combinem palavras-chave, tais como "assédio", "mulheres" e "atletas" em *sites* de busca.

Investigue

No texto 2, ao discorrer sobre a precariedade na carreira de mulheres futebolistas, as autoras acrescentam que "ainda existem outras inseguranças, como questões de violência e assédio, ausência de direitos vinculados à maternidade e o enfrentamento cotidiano aos estereótipos de gênero, que ocasionam discriminações das mais diversas". Em grupos preferencialmente mistos (meninos e meninas), pesquisem situações de violência e assédio sofridos por mulheres atletas. Apresentem os resultados para a turma em uma roda de conversa na qual possa ser feito um debate sobre os casos levantados.

Estratégia: É importante que, nos grupos, as meninas tenham suas falas ouvidas e respeitadas. Procurem fazer a pesquisa em *sites* de agências de notícias ou meios de comunicação consolidados e com credibilidade demonstrada por sua história e profissionais do jornalismo que dela fazem parte.

Bate-papo de respeito

Rita de Cássia Bove, futebolista profissional, iniciou a carreira em um time de Jaguariúna (SP), tendo atuado também em clubes de São Paulo e de Minas Gerais. Aos 33 anos, foi contratada pelo Grêmio de Porto Alegre.



VAN CAMPOS/FOTOARENA

Rita Bove durante partida em Santos (SP), 2021.

> É, eu "aprendi a viver" através do futebol. [...] Obviamente não posso dizer que tudo são flores, pois existiram e ainda existem muitas barreiras a serem vencidas todos os dias, principalmente para uma mulher, atleta de alto rendimento, estando dentro de um esporte tão carregado pelo "orgulho masculino". Mas também não há só percalços, pois trabalhar com o que se ama é gratificante demais.

BOVE, Rita de Cássia. O futebol e a menina do sítio. *In*: SOUZA JUNIOR, Osmar Moreira de *et al*. **Do futebol moderno aos futebóis transmodernos**: a utopia da diversidade revolucionária. São Carlos, SP: EdUFScar, 2023. p. 293-298.

Reúnam-se em grupos e discutam alternativas para projetos de vida voltados para a profissão de atleta que considerem tanto os percalços levantados por Rita e pelos textos da **Leitura** quanto a possibilidade de realização pessoal trabalhando com o que se ama, também expressada pela jogadora.

Recado final

A escolha de uma carreira é um processo desafiador, que leva tempo e exige muitas pesquisas, reflexões, discussões, planejamento e, sobretudo, autoconhecimento. No campo esportivo, não poderia ser diferente. Os atletas profissionais trabalham tanto quanto qualquer outro profissional e, como em qualquer outro meio, precisam investir sempre em educação e em carreiras alternativas. Se você se identifica com a carreira esportiva, continue suas pesquisas, planeje-se e acredite em você!

Classificação indicativa: 16 anos.

Biblioteca cultural



REPRODUÇÃO/VIDEOFILMES

Pôster do filme *Linha de passe* (Dir.: Walter Salles e Daniela Thomas, Brasil, 2008).

Se possível, assista ao filme brasileiro *Linha de passe* (2008), que apresenta a trajetória de um jovem que sonha ser jogador profissional e enfrenta o drama das peneiras. O longa-metragem pode ser encontrado em aplicativos de *streaming*.

Bate-papo de respeito. Dialogue com a turma buscando uma compreensão ampliada da carreira de atleta profissional, problematizando tanto a visão ingênua e romantizada de que será uma carreira bem-sucedida, desconsiderando os inúmeros riscos envolvidos, como a perspectiva pessimista que tende a rechaçar qualquer possibilidade de sonhar em viver do esporte. A busca por alternativas para projetos bem-sucedidos precisa considerar a possibilidade de uma formação ampla, que possibilite conhecer o mundo de modo mais pleno do que os aspectos voltados para o esporte ou para o mercado de trabalho, possibilitando, assim, lidar melhor com as intempéries da vida e do mercado.

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

No Ensino Médio, dando continuidade ao ciclo anterior, os estudantes devem aprofundar e diversificar suas experiências sobre as práticas corporais explorando diferentes conhecimentos, possibilidades e limites do próprio corpo, bem como analisar criticamente os diferentes discursos veiculados sobre as práticas corporais, posicionando-se em relação a eles, identificando e avaliando preconceitos, estereótipos, perspectivas de mundo, relações de poder e processos identitários. Nesse sentido, necessitam ser estimulados a desenvolver a curiosidade intelectual, a pesquisa e a capacidade de argumentação.

Neste capítulo, os estudantes vão conhecer a modalidade de luta chamada MMA: eles entrarão em contato com suas regras, sua história e as polêmicas que envolvem sua prática e difusão pela mídia, sendo convidados a se posicionar a respeito dos inúmeros aspectos socioculturais relacionados a essa modalidade em franca ascensão no Brasil. Ao final, em uma vivência prática, realizarão diversas atividades pautadas nos gestos envolvidos nas lutas, relacionando essas experiências com as questões debatidas anteriormente. O capítulo contribui para o desenvolvimento principalmente das seguintes habilidades: EM13LGG202, EM13LGG501 e EM13LGG502.

Capítulo 7

NÃO É BRIGA! É MMA!

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

MMA (*Mixed Martial Arts*, em inglês; Artes Marciais Mistas, em português): prática corporal cujos praticantes dominam técnicas de diferentes artes marciais, como jiu-jítsu, caratê, boxe, *muay thai*, judô, entre outras. O objetivo da luta é nocautear, forçar o oponente a desistir ou fazer o maior número de pontos. O confronto, geralmente, é realizado em uma arena com oito lados, delimitada por grades, o octógono, mas ainda existem eventos que utilizam o ringue, como o Shooto (Brasil) e o Rizin (Japão).



CHRIS UNGER/ZUFFA LLC/GETTY IMAGES

A brasileira Julia Polastri golpeia adversária sueca. Estados Unidos, 2024.

Muitas discussões sobre a prática do **MMA** têm sido realizadas atualmente para tratar, sobretudo, da integridade física dos atletas, da espetacularização da modalidade e da violência dos combates. Que tal debatermos, com o suporte de textos e vivências práticas, os vários pontos de vista que envolvem essa luta e a cobertura que a mídia faz dela?

Neste capítulo, você será convidado a exercitar diferentes olhares sobre a prática do MMA e a se posicionar de maneira crítica em relação a essa modalidade de luta.

Leitura 1

O texto desta seção, pertencente à esfera jornalística, traz alguns aspectos históricos e sociais referentes ao MMA, além de apresentar a evolução das regras e dos equipamentos dessa luta. Objetiva dar subsídios para o aprofundamento das discussões a respeito do MMA, que serão realizadas na **Leitura 2**, além de contextualizar as atividades do **Bora pra quadra?**, ao final do capítulo.

A reportagem a seguir discute e apresenta o histórico de implementação das regras unificadas do MMA moderno. Leia-a e aprofunde seus conhecimentos sobre a modalidade.

Vale tudo? Longe disso. Conheça as regras usadas pelo UFC

Se um dia foi chamado de vale-tudo, o MMA (sigla em inglês para artes marciais misturadas) hoje em dia tem várias regras que deixam impossível a utilização do antigo nome ao pé da letra. A "transformação" teve partida no início da década passada, quando as comissões atléticas dos Estados Unidos começaram a elaborar um conjunto de regras. Até que, em 2005, a do estado da Califórnia sancionou oficialmente o esporte, aproveitando um trabalho desenvolvido pela de Nevada. Desde então, comissões de outros estados passaram a adotar essas normas, que vão desde estabelecer o comprimento e a largura da área de luta, definir o peso das luvas, como também decidir os limites das ações dos lutadores durante os combates.



FRANCIS SPECKER/ALAMY/FOTOARENA

Anderson Silva celebra vitória. Las Vegas, Estados Unidos, 2006.

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

O UFC precisa seguir as regras dos estados em que vai realizar um evento. Fora dos Estados Unidos, o Ultimate também tem que se submeter à legislação local. Mas foram poucas as vezes que teve problema. Como no UFC 97, quando a comissão atlética de Quebec, no Canadá, queria vetar as cotoveladas e joelhadas e também que fosse aberta a contagem protetora após os ***knockdowns***. Os organizadores do Ultimate só conseguiram realizar a edição após longa negociação.

No conjunto de regras usadas pelo UFC, os competidores precisam usar luvas que pesam cerca de quatro onças (113 gramas). Algumas um pouco mais pesadas podem ser utilizadas, mas desde que sejam aprovadas pela comissão. Os lutadores são proibidos de usar camisetas ou qualquer tipo de calçados durante as lutas. E os *shorts* também têm [de] ser aprovados pela comissão atlética. Além disso, são obrigados a usar um protetor bucal e a coquilha, que protege a região genital.

Também foi-se o tempo dos duelos **Davi × Golias**. Hoje em dia, há nove categorias de peso no MMA, que vão desde os moscas (até 56,7 quilos) aos superpesados (acima de 120 quilos). Entretanto, o UFC ainda não tem nem a mais pesada. Os lutadores precisam atingir o limite de suas categorias nas pesagens, que acontecem no dia anterior às lutas, e há uma tolerância de uma libra, cerca de 450 gramas.

Se por acaso o atleta estiver com sobrepeso, a comissão pode permitir a realização do combate, desde que considere que esta [luta] ainda pode ser "justa, segura e competitiva". Em casos como esses, os lutadores costumam ser multados pelo evento.

Os combates no UFC são disputados em três *rounds*. A exceção fica por conta das disputas de cinturão e das lutas que encerram o evento, que podem ir até cinco.

Com o combate em andamento, há dezenas de itens que são considerados faltas (veja lista no fim da matéria). Todas essas restrições são avaliadas exclusivamente pelo árbitro que fica dentro da área de luta. Ele é o único autorizado a interromper a luta para advertir, punir os competidores com perda de ponto ou até mesmo desqualificá-los.



JOSH HEDGES/ZUFFA LLC/GETTY IMAGES

Jon Jones perdeu a luta para Matt Hamill por ter aplicado uma cotovelada ilegal. Las Vegas, Estados Unidos, 2009.

Dois [...] campeões do UFC, por exemplo, foram vítimas de desqualificações e sujaram seus cartéis por agirem contra a regra. O detentor do cinturão meio-pesado Jon Jones tem apenas um revés na carreira: tudo porque ele aplicou uma cotovelada ilegal em Matt Hamill, em dezembro de 2009. Já Anderson Silva acertou uma "pedalada" em Yushin Okami enquanto o japonês estava com quatro apoios no solo, em 2006, e também teve a derrota decretada. Foi a última do Spider [...].

Os polêmicos

Do lado de fora, o combate é avaliado por três jurados, que não são do UFC, e sim das comissões atléticas. Eles devem ficar em lugares diferentes, avaliando a agressividade na troca de golpes, as tentativas de finalização e o controle da área de luta. O trio não pode levar em consideração, na hora de julgar o *round*, alguma punição, com a perda de pontos, que o árbitro avaliou ser desnecessária.

Os jurados têm que pontuar o *round* da seguinte forma: 10 a 9 quando um lutador ganhar por uma leve vantagem; 10 a 8 se o vencedor dentro dos cinco minutos tiver grande vantagem; e 10 a 7 [em] caso de total domínio de um dos lutadores. Há também a possibilidade do empate (10 a 10), quando há completo equilíbrio, porém os jurados evitam ao máximo decretar a igualdade.

Como o julgamento é subjetivo, lutas que vão parar nas mãos dos jurados muitas vezes terminam em polêmica, gerando discussões entre os fãs e dando ainda mais tempero ao esporte.

Knockdowns: derrubadas; situações em que um lutador é derrubado pelo adversário e deve se levantar no tempo de o juiz contar até 10, ou perde por nocaute.

Davi × Golias: personagens bíblicos que aparecem na história de uma batalha entre filisteus e israelitas em que Golias, homem com mais de 2 metros de altura, desafiou os israelitas a vencê-lo numa luta, cujo resultado subjugaria o exército do perdedor ao outro; e Davi, jovem pastor, aceitando o desafio, matou o gigante.

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

Gongo: sinal de aviso sonoro que marca o fim de um *round*.

Confira o que é considerado falta dentro das regras utilizadas pelo UFC:

- Dar cabeçada
- Aplicar qualquer tipo de golpe que coloque o dedo no olho
- Morder
- Cuspir no adversário
- Puxar os cabelos
- Agarrar pela boca
- Atacar a região genital
- Manipular as juntas pequenas
- Golpear com o cotovelo de cima para baixo
- Golpear a espinha ou a parte de trás da cabeça
- Bater nos rins com os calcanhares
- Golpear ou segurar a garganta
- Agarrar, beliscar ou torcer a pele [ou o músculo]
- Agarrar a clavícula
- Chutar a cabeça de um adversário caído
- Aplicar joelhadas na cabeça de um rival caído
- Pisar em um oponente caído
- Segurar a grade
- Segurar as luvas ou os *shorts* do adversário
- Usar linguagem abusiva na área de luta
- Usar conduta antidesportiva que possa causar danos ao adversário
- Atacar um oponente no intervalo
- Atacar um adversário quando ele está sob cuidados do árbitro
- Atacar um oponente depois de o **gongo** ter tocado no fim do *round*
- Timidez, incluindo, sem limitação, evitar contato ou deixar cair o protetor bucal intencionalmente e consistentemente, ou simular contusão
- Arremessar um rival para fora da área de luta
- Desrespeitar as instruções dadas pelo árbitro
- Arremessar o oponente contra a lona sobre sua cabeça ou coluna
- Ter ajuda de membros da equipe
- Aplicar qualquer substância estranha no cabelo ou no corpo para obter vantagem

PESSANHA, Klima. Vale tudo? Longe disso. Conheça as regras usadas pelo UFC. **G1**, Rio de Janeiro, 11 nov. 2011. Disponível em: https://sportv.globo.com/site/combate/noticia/2011/11/vale-tudo-longe-disso-conheca-regras-usadas-pelo-ufc.html. Acesso em: 24 jul. 2024.

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

Por dentro do texto

1. **O título do texto inicia-se com uma pergunta. Explique o efeito de sentido que tal estratégia argumentativa exerce no texto.**

2. **No início do quarto parágrafo, o autor emprega uma analogia.**
   a. Identifique-a.
   b. Que função esse recurso exerce no texto?

3. **Responda às questões.**
   a. O que mudou entre as lutas do início do MMA moderno até a atualidade?
   b. Em sua opinião, como essas mudanças contribuem para diminuir o estigma do MMA como uma luta violenta?

Fala aí!

Você já assistiu a alguma luta de MMA? Você considera o MMA uma luta violenta? Justifique sua resposta.

Estratégia: Fundamente seu posicionamento com argumentos. Se necessário, recorra a informações apresentadas no texto lido.

Fala aí! Estimule os estudantes a falar sobre suas experiências prévias com a modalidade, descrevendo lutas às quais já tenham assistido, o que acharam, se costumam acompanhar a modalidade etc. Oriente-os a apresentar razões para seus posicionamentos, levando-os a construir suas justificativas tecendo relações com o texto lido. Pergunte a eles como as regras de uma modalidade podem influenciar o comportamento dos praticantes. Se algum estudante da sala for praticante de algum tipo de arte marcial, proponha a ele que exponha seu ponto de vista sobre a violência nas lutas. É importante não fechar a questão sobre o assunto, pois, na **Leitura 2**, eles ainda aprofundarão esse tema e, na seção **Bora pra quadra?**, realizarão vivências práticas para consolidar suas reflexões.

1. Ao iniciar o texto com a pergunta "Vale tudo?", o autor do texto indica que vai problematizar a ideia preconcebida de que o MMA é uma modalidade sem regras, em que apenas o mais forte vence. Ajude os estudantes a perceber também que, logo no início do primeiro parágrafo, o autor utiliza a expressão idiomática "ao pé da letra", que indica, no contexto, que o termo "vale tudo" não pode ser interpretado como ausência total de regras.

2. a. O autor do texto compara os duelos antigos ao embate bíblico entre Davi e Golias.

2. b. A menção a Davi e Golias é utilizada para iniciar a temática sobre o limite de peso no MMA moderno, indicando que lutadores com faixas de peso muito diferentes não podem lutar entre si.

3. a. No início, as lutas de vale-tudo eram levadas ao pé da letra, e os combates eram brutais, sem muitas regras. Na atualidade, o MMA tem uma lista extensa de regras unificadas que limitam as ações dos lutadores, tais como: critérios de julgamento; faltas; substâncias proibidas; número de *rounds* por luta e a duração de cada um deles; divisões de peso; requisitos médicos; trajes e equipamentos dos atletas.

3. b. Resposta pessoal. Leve os estudantes a perceber que a lista extensa de regras e proibições visa à manutenção da integridade física dos atletas.

Leitura 2

O texto da **Leitura 2** realiza uma discussão aprofundada acerca da apropriação midiática do MMA e levanta um debate importante sobre preconceitos e estereótipos a respeito do papel da mulher que circulam nos discursos sobre essa prática corporal. Auxilie os estudantes nos trechos de linguagem mais difícil, sobretudo no segundo e terceiro parágrafos.

O texto a seguir é um trecho de um artigo científico que circulou em uma revista especializada. Nele, os pesquisadores comentam a relação entre o MMA e a mídia, além de abordarem outras questões sociais que envolvem o esporte. Faça uma leitura atenta.

Artes marciais mistas: luta por afirmação e mercado da luta

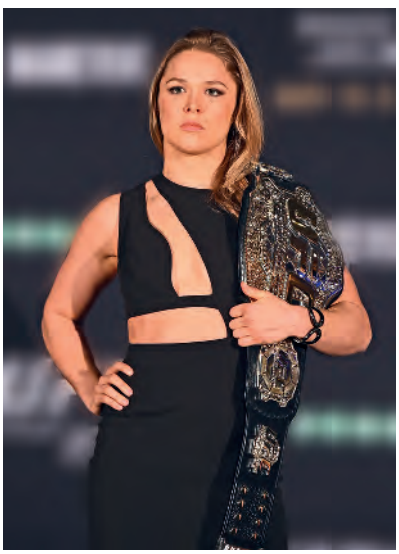
OBJETO DIGITAL
***Podcast*: Mulher vai à luta!**

Com o crescimento do público consumidor, [...] a modalidade [MMA] tem apelo midiático semelhante ao dos esportes mais populares. Em alguns veículos de comunicação brasileiros, especialmente em seus grandes portais jornalísticos da internet, o MMA aparece como a segunda modalidade esportiva mais noticiada, atrás apenas do futebol. Um indício que contribui para afirmar esse potencial no Brasil foi a cobertura e transmissão (ao vivo) feita – no início de 2012 – pelo principal canal aberto de televisão do Brasil, [...] que contou com a participação de seu mais conhecido narrador esportivo [...]. Outra indicação interessante é que essa mesma emissora abordou a temática do MMA em seu horário de maior audiência, em sua telenovela [...].

Pela forma com que tem se desenvolvido, a potencialidade de crescimento do MMA parece ser ainda maior do que a proporção já atingida. Sob essa perspectiva, o Brasil, que tem promovido a imagem de país do futebol, também pode vir a ser o país do MMA. Note que, mesmo que esteja muito distante da popularidade do futebol, e de seu **potencial mercadológico**, haveria pertinência numa **afirmação identitária** de nacionalidade, uma vez que a **gênese** do MMA, ou parte dela, pode ser localizada no vale-tudo desenvolvido no Brasil ao longo do século XX e, na atualidade, atletas brasileiros e americanos rivalizam pela supremacia no MMA.

No que se refere à participação feminina, uma primeira análise nos leva à compreensão de que, assim como no futebol, a construção da representação social do MMA tem um viés de gênero consideravelmente demarcado. O próprio UFC só passou a incluir mulheres em suas competições a partir de sua 157ª edição, em fevereiro de 2013. Apesar do crescimento da população de mulheres ligadas ao MMA, tanto entre as que o praticam quanto as que o consomem, e do [...] destaque da lutadora Ronda Rousey, cujas lutas estão entre as mais consumidas pelos espectadores do UFC, a participação de mulheres em lutas de MMA ainda é pequena se comparada com a dos homens. Essa característica pode estar ligada a uma questão de (não) aceitação social, pois a imagem dos lutadores de MMA está fortemente associada a uma noção de masculinidade. Nesse espectro, para conseguir se inserir e permanecer nas grandes empresas uma lutadora profissional precisa conviver com a **ambivalência** de ser forte, agressiva e competitiva sem se distanciar de uma representação conservadora e, em alguma medida, erotizada do que é ser mulher. Para ser valorizada no meio, além de vencer suas lutas, essa mulher precisa explorar uma imagem corporal sensualizada.

[...]



JOSH HEDGES/ZUFFA LLC/GETTY IMAGES

Ronda Rousey saiu do MMA em 2017, tendo acumulado doze vitórias e duas derrotas, uma delas por nocaute para a brasileira Amanda Nunes. Austrália, 2015.

Potencial mercadológico: chance de atingir grande audiência e, consequentemente, de gerar lucros para seus patrocinadores.

Afirmação identitária: ato de sustentar como verdade um conjunto de características que define algo.

Gênese: surgimento.

Ambivalência: característica daquilo que comporta qualidades opostas; ambiguidade.

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

2. a. No MMA, existe uma grande desigualdade na participação de homens e mulheres. Além disso, as mulheres que conseguem se inserir na modalidade têm de cultivar uma imagem ambivalente de brutalidade e erotização para serem aceitas no meio.
Estimule os estudantes a pensar nos prejuízos que a imposição de um estereótipo pode causar no esporte.

2. b. Resposta pessoal. Os estudantes podem pensar em campanhas de conscientização para valorizar a mulher no esporte, em abordagens midiáticas que não objetifiquem seu corpo, em mais competições femininas na modalidade, entre outras propostas.

2. c. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes respondam que a desigualdade de gênero existe em boa parte dos esportes, como no futebol, em que há uma discrepância enorme nos salários pagos a homens e mulheres.

Junto com a profissionalização [do MMA] veio um trabalho mais denso de exposição midiática, que repercutiu no crescimento dos canais de comunicação que têm incluído o MMA em suas pautas e também no aumento considerável da intensidade com que noticiam essa modalidade. Para conseguir essa exposição, eventos como o UFC têm se valido de diferentes estratégias, desde a geração intencional de polêmicas entre os atletas, em grande parte dramatizações, até a criação de um *reality show* [...]. O fato é que tais estratégias lograram êxito e o nome MMA se popularizou e despertou o interesse dos patrocinadores, que identificaram um público cada vez mais diverso – crianças, adultos, homens e mulheres, lutadores ou não.

JEFF BOTTARI/ZUFFA LLC/GETTY IMAGES



Amanda Nunes, uma das maiores lutadoras de MMA, campeã nas categorias peso-pena e peso-galo do UFC, decidiu deixar o octógono em 2023. Canadá, 2023.

MILLEN NETO, Alvaro R.; GARCIA, Roberto A.; VOTRE, Sebastião Josué. Artes marciais mistas: luta por afirmação e mercado da luta. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, v. 38, n. 4, p. 408-412, out. 2015.

3. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes percebam e discutam o caráter antiético da manipulação dos fatos e da teatralização de alguns aspectos da modalidade para aumentar os níveis de audiência.

Papo aberto sobre o texto

1. Resposta pessoal. Peça aos estudantes que afirmam notar o aumento do espaço dado ao MMA pela imprensa que confirmem a resposta com exemplos.

1. **O artigo sugere que o MMA tem alcançado grande popularidade graças à atenção da mídia. Você também percebe esse processo? Explique sua resposta.**

2. **Apesar de, como vimos, o MMA ser regido por regras rígidas dentro dos ringues, ainda persistem muitas injustiças fora deles.**
   a. De acordo com o terceiro parágrafo do texto, que injustiças são essas?
   b. O que seria possível fazer para corrigir tais injustiças?
   c. Você acha que esse tipo de injustiça existe em outros esportes? Justifique sua resposta.

3. **O último parágrafo do texto revela alguns aspectos de como tem sido feita a cobertura midiática do MMA. Como você avalia as estratégias empregadas pelos meios de comunicação para aumentar a visibilidade do MMA?**

Investigue. Defina uma data para que os estudantes tragam o resultado para discutir com toda a turma. Nessa pesquisa, espera-se que compreendam que a mídia reconfigurou o MMA e atualmente fomenta-o com *sites*, *blogs* e revistas eletrônicas específicas, ampliando o conteúdo veiculado sobre essa prática; além das redes sociais, que colocam em evidência o dia a dia dos lutadores, promovem e divulgam os grandes eventos com ídolos da modalidade, trazendo notícias e resultados.

Investigue

Em sua história, o MMA teve suas regras modificadas, tornando-se um produto de entretenimento e lazer pelos meios de comunicação de massa (internet, canais abertos e fechados de televisão). Pesquise quais são as ações recentes para o MMA manter-se em alta na mídia. Elenque-as e, depois, compartilhe-as com os colegas.

Estratégia: Realize uma análise crítica de duas ou mais informações encontradas na pesquisa e nos textos trazidos anteriormente para confrontá-las, forme sua opinião e apresente-a ao grupo.

É lógico!

A emissão de uma opinião envolve várias etapas do pensamento computacional: você analisa o conjunto de conhecimentos sobre o MMA e sobre o futebol para reconhecer aqueles que permitem a discussão da identidade; encontra padrões que possibilitam compará-los e escolhe, entre eles, informações que sirvam ao posicionamento.

Compreender de modo crítico que essa luta é um objeto de consumo é importante para desenvolver com os estudantes o tema contemporâneo transversal Educação para o Consumo.

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

As atividades desta seção compõem alguns jogos de lutas possíveis de serem desenvolvidos na escola, sem que seja preciso ter uma formação especializada em lutas. O objetivo é levar os estudantes a compreender as características e a lógica interna das lutas em geral e do MMA de modo específico, bem como experimentar diferentes jogos de oposição. Para isso, a organização didático-pedagógica das atividades foi pautada no modelo de classificação das lutas baseado nas distâncias das ações motoras empregadas.

BORA PRA QUADRA? Os jogos de lutas

Como discutimos nas seções anteriores, o MMA é uma luta e, como tal, tem diversas regras, valores e código de ética que o diferenciam de uma agressão física, pautada apenas pelo desejo de machucar. Que tal vivenciarmos com os colegas alguns movimentos presentes em diversas artes marciais? Poderemos, assim, expandir nossas reflexões e aprofundar nossa compreensão sobre o MMA, posicionando-nos de forma mais consistente.

Para compreender melhor as lutas, utilizaremos como estratégia os "jogos de lutas", que simulam ludicamente alguns princípios básicos das diferentes modalidades, sem desconsiderar os princípios universais das lutas, que são: enfrentamento físico direto/indireto; regras; oposição entre indivíduos; alvo móvel personificado no oponente; determinado nível de contato; ações de caráter simultâneo; e imprevisibilidade/previsibilidade.

A distância das ações motoras durante o combate é uma maneira de aprender as lutas na escola. Que tal compreender, experimentar e fruir lutas a partir da classificação em diferentes distâncias?

Biblioteca do professor. No livro *O ensino das lutas na escola*: possibilidades para a Educação Física, de Luiz Gustavo Bonatto Rufino e Suraya Cristina Darido (Porto Alegre: Penso, 2015), você encontrará uma fundamentação teórica e outras possibilidades de jogos para o ensino das lutas na escola nessa perspectiva.

ATENÇÃO

Respeite o corpo de seu colega! Não dê golpes fortes, não agrida, não machuque e respeite os seus limites e os de seu colega. Apesar de haver disputa, trata-se de uma atividade lúdica e investigativa, não de uma competição.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Lutas de curta distância

Como a própria classificação diz, nessas lutas os golpes são aplicados mais próximos ao oponente, sendo mais recorrentes os movimentos de agarre e corpo a corpo. São exemplos de lutas de curta distância o judô, o jiu-jítsu, o sumô, a luta olímpica, entre outras modalidades.

a. Desequilibrando

Fiquem um de frente para o outro, com o pé direito à frente de modo que a parte de fora de ambos os pés se toque. O objetivo é desequilibrar o colega, puxando-o para a lateral ou para a frente, ou, ainda, empurrá-lo a fim de que tire o pé do chão ou saia da posição inicial.



Desequilibrando.

b. Saiu, perdeu

Na atividade **b**, combine com os estudantes o tamanho do círculo a ser desenhado para o combate. Caso não seja possível desenhá-lo, utilize cordas para delimitar o espaço, ou até mesmo os círculos das quadras (se houver).

Em um círculo desenhado no chão, fiquem no meio do espaço, frente a frente. O objetivo será tirar o colega do círculo; para isso, vocês podem se empurrar com as mãos agarradas ou com ombros e costas. Vence quem conseguir tirar o colega primeiro.



Saiu, perdeu.

c. Vira a tartaruga

Em todas as atividades, pergunte aos estudantes se conseguem visualizar as características gerais das lutas, favorecendo a compreensão da lógica interna dessas práticas corporais. Defina o tempo de 1 minuto e 30 segundos para os combates. Aumente ou diminua esse tempo de acordo com o desempenho dos estudantes, de modo que não tenham de esperar muito pela finalização nem tenham tempo suficiente para fruir das atividades. É provável que as atividades de longa distância necessitem de um tempo maior. O ideal é que os estudantes atinjam os objetivos. Com exceção da atividade "Cuidado com a bola!", todas devem ser feitas em duplas; cuide para que os estudantes troquem de duplas a cada atividade. Fique atento para que nenhum estudante se machuque e avise-os para, no dia da atividade, vestirem roupas leves.

Um dos colegas deve ficar em posição de tartaruga (de joelhos e braços no chão, como na imagem), e o outro deve tentar virar ou tirar o colega do lugar. Depois, troquem de posição.



Vira a tartaruga.

Lutas de média distância

Consulte as orientações para esta atividade no **Suplemento para o professor**.

Nesse tipo de luta, as ações motoras são realizadas de forma mais distanciada e não são utilizados implementos durante o combate, sendo mais frequentes golpes de toque (chutes, socos, joelhadas, cotoveladas, entre outros). São exemplos de lutas de média distância o caratê, o *kung fu*, o boxe, o *muay thai*, o *kickboxing*, o *krav maga*, a capoeira, o *tae kwon do*, entre outras modalidades.

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. **O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física**. Porto Alegre: Penso, 2015.

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

a. Agarre o prendedor

A atividade inicia-se com um colega de frente para o outro. O objetivo é pegar os cinco prendedores (pregadores) de roupa distribuídos no corpo do outro antes de o tempo estipulado terminar. Não é permitido agarrar o colega durante o confronto. Ao final, troque de colega e, ao aviso do professor, reinicie a luta.



Agarre o prendedor.



Pega-fita.

b. Pega-fita

Cada estudante deve ter uma fita presa pela calça. Vence quem conseguir pegar primeiro a fita do outro. Não se esqueça de proteger sua fita enquanto pega a de seu colega.



Cuidado com a bola!

c. Cuidado com a bola!

Nessa atividade, você poderá experimentar chutes, socos e esquiva. Ao sinal do professor, chute ou soque a bola suspensa, ao mesmo tempo que desvia do rebote dela.



Pega-bola.

d. Pega-bola

Segurem, com firmeza, uma bola embaixo do braço. O objetivo é tirar a bola do colega com toques, ao mesmo tempo que você protege a sua. Não dê tapas no corpo do colega; procure atingir apenas a bola, que é seu principal alvo. Vence quem tirar a bola do colega primeiro.

Espada. Se possível, antes da luta, construa com os estudantes espadas feitas de jornal. É um processo rápido e simples, que necessita apenas de jornal e fita adesiva. Verifique as instruções em plataformas de vídeos, buscando por "como fazer uma espada com jornal". Oriente os estudantes a construir espadas do mesmo tamanho. Se as condições permitirem, molhe as pontas das espadas com tinta guache, para facilitar a visualização dos pontos atingidos.

Lutas de longa distância

Em geral, nesses tipos de luta o objetivo é tocar o corpo do oponente por meio de implementos para o combate, como a espada. Para melhor eficácia na execução dos golpes, a distância entre os lutadores é maior do que nas outras duas classificações. São exemplos de lutas de longa distância a esgrima, o *kendo*, algumas ações do *kung fu*, entre outras modalidades.

É lógico!

Cada atividade proposta trabalha com padrões específicos relacionados ao tipo de distância entre os atletas. Use a abstração para construir sua definição de cada tipo de luta, deixando apenas os elementos essenciais.

Espada

Realizem uma luta com espadas de jornal. O objetivo será tocar o tronco do colega com a espada. A cada toque realizado, marca-se um ponto. Ao final do tempo, vence quem pontuar mais.



Luta com espadas.

Ilustrações elaboradas com base em: RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. **O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física**. Porto Alegre: Penso, 2015.

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Preste especial atenção à segurança dos estudantes nestas práticas, pois, em alguns momentos, eles podem ser levados ao chão. Certifique-se de que haja colchões, colchonetes ou tatames. Para a atividade **c**, utilize os mesmos prendedores de roupa usados em atividade anterior.

Lutas de distância mista

Nessas lutas, ocorre a combinação de duas ou três distâncias das lutas anteriores. As ações técnicas e táticas no combate são mais complexas devido ao aumento de possibilidades de golpe. Como você já deve ter percebido, o MMA é um exemplo desse tipo de luta, pois combina curtas e médias distâncias. Outros exemplos são o M-1 Medieval e as lutas de defesa pessoal.

a) Toque e agarre

Em duplas, o objetivo é tocar o joelho do colega e, em seguida, agarrar suas pernas, nessa ordem. Vence quem primeiro fizer essa combinação de golpes (e não apenas um deles).

b) Cuidado com o pé

Desenhe no chão um retângulo com 3 metros de comprimento e 1 metro de largura. O objetivo é tirar o colega do espaço empurrando-o (com as mãos agarradas ou com ombros e costas) ou pisar em um de seus pés. Vence quem conseguir pisar no pé do colega ou tirá-lo do espaço primeiro.

c) Abraço, não!

Comecem o confronto um de frente para o outro, cada um com cinco prendedores de roupa presos pelo corpo (dois nas mangas da camiseta, dois na cintura e um nas costas). Você deverá acumular o maior número de pontos de duas formas: pegar um prendedor vale 2 pontos; abraçar o colega, deixando os braços e as mãos imóveis, vale 10 pontos. Não é permitido abraçar o colega e pegar o prendedor ao mesmo tempo. A cada abraço, a luta recomeça da posição inicial. Vence quem pontuar mais durante o tempo estipulado.



Toque e agarre.



Cuidado com o pé.



Abraço, não!

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO /ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. **O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física**. Porto Alegre: Penso, 2015.

Roda de conversa

Finalizadas as atividades, sentem-se em roda e discutam as seguintes questões.

- Quais foram suas impressões a respeito das lutas? Foi uma atividade agradável?
- De quais gostaram mais? De quais não gostaram?
- Quais foram as mais cansativas? Quais foram as mais fáceis?
- Tiveram dificuldade em alguma luta específica?
- Vocês compreenderam, com as vivências, o MMA como uma luta de distância mista?

Agora, em relação às lutas que vivenciamos e retomando os textos que lemos e as atividades que fizemos anteriormente, pensem nas seguintes questões:

- O que as lutas podem nos ensinar?
- Elas são necessariamente violentas?
- Podemos aprender valores e nos aproximar das pessoas com as lutas?
- As lutas podem reproduzir estereótipos ou preconceitos?
- O que pode impedir as mulheres de participar de atividades de luta?

Estimule a fala de todos os estudantes, mesmo daqueles que apresentaram mais dificuldade para a realização das atividades. Conduza a discussão no sentido de evitar que façam comparações entre o desempenho, a força e a habilidade de um ou de outro. Estimule-os a pensar nas práticas corporais como momentos privilegiados para o estabelecimento de relações construtivas, éticas, colaborativas, empáticas e de respeito às diferenças, como indicado na habilidade EM13LGG501, além de propiciarem o autoconhecimento e o respeito ao próprio corpo e ao corpo do outro. Caso tenha havido algum conflito durante a prática, retome-o e leve os estudantes a entendê-lo e a resolvê-lo.

Recado final

As práticas corporais estão presentes em nosso dia a dia e muitas delas recebem grande atenção da mídia e dos meios de comunicação. Muitas vezes, porém, a cobertura midiática reproduz preconceitos, estereótipos e visões distorcidas da realidade. Por esse motivo, lembre-se sempre de desenvolver um olhar crítico e contextualizado em relação a todo e qualquer texto jornalístico. Além disso, não deixe de vivenciar as práticas corporais em seu cotidiano sem qualquer tipo de prejulgamento e desfrute dos grandes ensinamentos que elas nos trazem, como a empatia e o respeito a si e ao outro.

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

Capítulo 8

IDENTIDADES PLURAIS NO ESPORTE

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor.**

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS

ODS 5

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Você conhece a frase "O futebol faz parte da identidade cultural do povo brasileiro"? Essa ideia, presente na cultura popular, tem raízes na paixão que historicamente os brasileiros têm por este que é o esporte mais popular do mundo. Mas será que podemos mesmo assumir que essa máxima resume a identidade de todos os brasileiros?



FG TRADE/ISTOCK/GETTY IMAGES

Adolescentes jogam futebol em equipe mista. Brasil, 2024.

Tá ligado!

A reflexão proposta aqui, sobre esporte, corpo e identidade, contribui para as discussões que permeiam seus estudos das linguagens. Pense, por exemplo, nas relações entre língua e identidade, exploradas em Língua Portuguesa e Língua Inglesa, e nas relações entre manifestações artísticas, expressão e identidade, pelo viés da Arte.

Neste capítulo, você entrará em contato com as identidades plurais que se apropriam do futebol e são atravessadas por ele, e pelo esporte de modo mais amplo.

Vai conhecer também alguns olhares sobre as formas pelas quais as pessoas se identificam com os esportes e pelos esportes, levando-as a assumi-los como traços de suas identidades: Como esse esporte está presente em nosso dia a dia e até que ponto define nossa identidade? Essa questão afeta de modo diferente meninos e meninas? Levante suas hipóteses antes de prosseguir.

Leitura 1

Leitura 1. O texto trata da normatização dos corpos, no contexto esportivo, que tende a segregar, discriminar e excluir das quadras, tatames, piscinas, campos e outros espaços esportivos os corpos considerados inaptos ou inadequados à prática esportiva. Nesta leitura, busca-se tensionar o enquadramento desses corpos como "minorias no esporte", na medida em que são maioria minorizada pelos padrões e pelas convenções que operam no campo esportivo e na sociedade de maneira mais ampla.

Você já parou para pensar que alguns corpos são socialmente mais aceitos como corpos esportivos enquanto outros são identificados como corpos não adequados para o esporte? O que nos levaria a fazer essa classificação que estabelece uma normatização dos corpos identificados como esportivos? Leia o texto a seguir e conheça um ponto de vista sobre esse tema.

Neste capítulo, são abordados os processos identitários e seu atravessamento por questões culturais no âmbito dos esportes, sobretudo do futebol. Com base em uma vivência em que os estudantes replicam, em quadra e de forma "invertida", situações de desigualdade de gênero historicamente estabelecidas, são discutidos os elementos que podem influenciar, de modo diferente, os processos identitários de meninos e de meninas, convidando os estudantes a se posicionar crítica e ativamente sobre o assunto. No âmbito dessa perspectiva de Educação Física no Ensino Médio da BNCC, neste capítulo são contempladas as habilidades EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG303, EM13LGG502 e EM13LGG503.

Biblioteca do professor. O texto "'Pelo direito de torcer': a experiência de grupos e coletivos de torcedorxs de futebol contra a cultura de que futebol é coisa pra macho", de Maurício Rodrigues Pinto e Aira Bonfim (Seminário Internacional Fazendo Gênero 11 & 13th Women's Worlds Congress [Anais Eletrônicos], Florianópolis, 2017, ISSN 2179-510X), traz narrativas de coletivos de torcedores que têm questionado a ideia de que o futebol no Brasil é um "jogo pra macho", o que naturaliza o homem cisgênero e heterossexual como o legítimo participante e interlocutor desse esporte.

Minorias no esporte?

Tempos atuais têm deflagrado certas inconsistências em relação à vida em sociedade, pelo menos no que diz respeito às opiniões comuns sobre assuntos cotidianos. Em primeiro lugar, muita gente opina sobre coisas que não conhece ou julga corretas informações passadas por terceiros – e, a partir disso, pela ausência de checagem sobre a fidedignidade dos fatos, tais pessoas inundam o mundo com as *fake news*, ou notícias inventadas, irreais, falsas. Em segundo lugar, como se não bastasse a proliferação desses absurdos, há, em dadas áreas, uma reprodução de opiniões naturalizadas, que são tão **perniciosas** quanto as notícias falsas. Eis uma delas que ouvi na academia de musculação, dia desses: "Hoje, cada vez mais, minorias exigem seus lugares de direito no esporte".

Perniciosas: que podem causar dano moral, intelectual ou outro.

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

A luta pelo reconhecimento de direitos, que na sociedade contemporânea aparece quase cotidianamente nos meios de comunicação, não apenas faz parte do modo de funcionamento dos discursos de grupos excluídos da atual fase do capitalismo pós-industrial, como é um mecanismo legitimado, há tempos, na própria história da Humanidade. Quando opiniões se voltam, especificamente, contra sujeitos que habitam quadras, piscinas, tatames, pistas ou raias e que não se adéquam à normatividade instituída (isto é, a valores como magreza, beleza, masculinidade, feminilidade, músculos à mostra, e, sobretudo, heterossexualidade), elas decidem agregar todos esses corpos sob a denominação "minorias", em relação à adjetivação "sexuais", "sociais", ou mesmo, "étnicas".

Ora, quem seriam essas "minorias" no esporte? Seriam os autoidentificados homossexuais masculinos da ginástica artística, da equitação e do salto ornamental, que participaram dos Jogos Olímpicos do Rio, em 2016? Ou seriam os/as atletas transgêneros que fizeram parte do mesmo certame? Ou, ainda, seriam os jogadores estrangeiros de futebol de campo presentes na Copa do Mundo da Rússia, em 2018? As "minorias no esporte" seriam identificadas numericamente e a partir de megaeventos? Como classificá-las? "Minorias" em relação a que ou a quem?

O modelo **hegemônico** instituído e que informa o senso comum acerca de um "padrão" legítimo de comparação com o "resto" é baseado no homem branco, magro e musculoso, belo, heterossexual e cristão. Qualquer dissidência relativa a estas características é colocada no caldeirão das exceções, das "anormalidades"; em uma palavra, as "minorias".

Aqui no Brasil se toma o futebol de campo masculino como a referência e aquele praticado por mulheres passa a ser a cópia do modelo, tão minoritário e tornado insignificante, que mobiliza, inclusive, ódio e desconsideração dos homens brasileiros. Ora, o mesmo futebol no Canadá é esporte nacional de mulheres e, de modo amplo e irrestrito, ocupado por elas (dos gramados aos cargos de comando). Mulheres seriam minorias nesse caso ou haveria, aí, um olhar do "macho futebolista" que orienta as considerações das mídias ocidentais?

No mesmo futebol de campo ou mesmo no voleibol, casos de homofobia e transfobia têm sido veiculados constantemente, pelo menos, há mais de uma década. [...]

[...]

Um ponto delicado é que o modo pelo qual as chamadas "minorias" são apresentadas e consideradas na mídia hegemônica (esportiva, por exemplo) tem impacto direto sobre a maneira como as tratamos no dia a dia. E nem pensamos nisso... As opressões contra as "minorias sociais, sexuais e étnicas" são tantas e **sistemáticas**, que operam em vários níveis, todos claramente perigosos para o convívio social: na linguagem, na veiculação **imagética**, na edição de discursos, na reprodução de falas descontextualizadas, nas imagens apelativas capturadas, todas as formas como esses sujeitos são mostrados e tratados por uma mídia, cuja ética é a da audiência e do apelo ao espectador mediano.

A ideia deste pequeno texto é **desestabilizar** as certezas dos argumentos relacionados à temática "minorias no esporte". Colocar em suspeição **nominações** usadas pelos meios de comunicação e reproduzidas pelas pessoas sem aparato crítico. As "minorias no esporte" não são tão minoritárias assim, se tomadas sob olhar clínico. O que qualifica tais pessoas como "minorias" se, em tomadas juntas, possivelmente ultrapassam em número as expressões do modelo hegemônico (as "maiorias")? Pensar a partir de "outros minoritários" no esporte pode ser a chave para talvez **postular,** criticamente, outro modelo esportivo – e, como consequência, novos modelos corporais destas práticas esportivas. Mas esse é tema para uma próxima coluna!

CAMARGO, Wagner Xavier de. **Leituras de gênero e sexualidade nos esportes**. São Carlos (SP): EdUFSCar, 2021. p. 63.

Investigue

Considerando o que o autor do texto da **Leitura 1** afirma sobre os impactos sociais negativos das opiniões sem base em verificação de fatos, pesquise mais sobre *fake news* e medidas práticas para combatê-las. Depois, compartilhe com seus colegas o que você descobriu.

Estratégia: Para ampliar os resultados de sua pesquisa, busque também por expressões relacionadas, como "pós-verdade", "desinformação" e "checagem de fatos".

Investigue. Oriente os estudantes a priorizarem fontes que deixem clara a metodologia aplicada, ou seja, a forma como os dados foram colhidos e as conclusões, elaboradas.

Biblioteca do professor. A websérie "*Fair Play*: o futebol LGBT" (disponível em plataformas de vídeo), idealizada e dirigida por Mayara Akie como trabalho de conclusão do curso de Jornalismo na PUC-SP, apresenta, em três episódios, relatos de pessoas LGBTQIAPN+praticantes de futebol e depoimentos de Wagner Xavier de Camargo, antropólogo e pesquisador da temática esporte LGBTQIAPN+. Assista aos episódios da websérie e ponha em discussão com os estudantes o modo como a diversidade de corpos se expressa nas experiências de futebol apresentadas e o que isso significa para pensarmos em identidades plurais ligadas ao futebol e ao esporte de modo mais amplo.

Hegemônico: dominante.

Sistemáticas: que seguem um método; persistentes.

Imagética: que se expressa por imagem.

Desestabilizar: fazer perder a resistência; abalar.

Nominações: denominações; formas de se referir a algo ou a alguém.

Postular: requerer; exigir que se faça.

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

Por dentro do texto

1. **O autor inicia o texto fazendo um alerta quanto à reprodução de opiniões naturalizadas em determinadas áreas. Para isso, traz como exemplo a seguinte frase ouvida por ele na academia de musculação: "Hoje, cada vez mais, minorias exigem seus lugares de direito no esporte".**
   a. Qual é a preocupação manifestada pelo autor em relação a afirmações como essa?
   b. Que sujeitos são vítimas desse tipo de opinião naturalizada?
   c. Em oposição a essas supostas "minorias no esporte", qual seria o modelo hegemônico, segundo o autor, que instituiria a normatividade no campo esportivo? Qual é a principal crítica do autor a essa normatização?

2. **O autor apresenta os exemplos do futebol brasileiro e do canadense para expor a fragilidade do conceito de minorias no esporte. Quais são o dado e o argumento apresentados para contestar essa ideia de minoria?**

3. **Segundo o autor, de que maneira discussões como as propostas no texto podem ajudar no enfrentamento de opressões sofridas pelas ditas "minorias sociais, sexuais e étnicas"?**

1. a. O autor preocupa-se com a reprodução acrítica de opiniões que se voltam contra sujeitos que buscam ocupar os espaços esportivos, mas que são tratados como minorias, como meio de negar o direito do esporte a seus corpos. Estimule os estudantes a expressar suas opiniões e garanta que todos tenham suas falas ouvidas e respeitadas. Nesse momento, o importante ainda não é que compreendam totalmente as ideias trazidas pelo autor ou definam um ponto de vista único, mas apenas que se posicionem em relação à forma como as interpretaram e que expressem suas ideias sobre o tema. As opiniões dos estudantes serão muito importantes para as análises posteriores. Ao mesmo tempo, é fundamental demarcar a reprovação de opiniões que reproduzam discurso de ódio e preconceito contra os corpos não normatizados no contexto esportivo.

1. b. São os sujeitos que habitam os espaços esportivos e não correspondem à normatividade instituída para esses espaços, o que inclui valores como magreza, beleza, masculinidade, feminilidade, músculos à mostra, heterossexualidade.

1. c. Segundo o autor, o corpo que corresponderia, para o senso comum, ao "padrão legítimo" no cenário esportivo seria o homem branco, magro e musculoso, belo, heterossexual, cisgênero e cristão. A principal crítica refere-se ao fato de essa normatização transformar todos os outros corpos em "anormalidades" ou simplesmente "minorias".

2. O dado é o fato de, no Brasil, assumirmos o futebol de campo masculino como referência, enquanto o praticado por mulheres é desqualificado e tornado uma cópia desse modelo, minoritário e insignificante. No Canadá, diferentemente do que ocorre no Brasil, o mesmo futebol é o esporte nacional das mulheres. O argumento do autor é que não se trata de as mulheres serem minoria nem no Brasil nem no Canadá, mas de um olhar machista que as converte em minoria no Brasil.

3. Desestabilizando as certezas dos argumentos relacionados à temática das "minorias no esporte", colocando sob suspeita nominações usadas pelos meios de comunicação e reproduzidas pelas pessoas de forma ingênua e acrítica. Enfim, contribuindo para a constatação de que, ao serem analisadas criticamente, não se trata de minorias, mesmo porque, quando tomadas juntas, possivelmente ultrapassam em número as expressões do modelo hegemônico, tomado de modo equivocado como "maioria".

Biblioteca cultural

Biblioteca cultural. O vídeo possibilita discutir o modo como associamos intuitivamente o esporte à figura de atletas homens e os motivos dessa propensão. Isso estaria ligado a uma série de disposições sociais pelas quais somos socializados e que nos levam a compreender o esporte como um espaço majoritariamente masculino.

Uma campanha lançada em 2016, no Brasil, mostrou um vídeo, *Invisible players*, testando o conhecimento do público de esportes sobre o papel da mulher na prática esportiva. Se possível, assista ao vídeo, que está disponível em plataforma digital. Converse com os colegas sobre a razão das respostas dadas nos três exemplos exibidos.

Bate-papo de respeito

No dia 28 de janeiro de 2020, o volante Flávio Medeiros da Silva, então no time de futebol do Bahia, entrou em campo com a camisa 24, número associado de forma discriminatória à homossexualidade. A ação, batizada de Número de Respeito, teve como objetivo lutar contra a homofobia no futebol e em outros espaços.



MAURO AKIN NASSOR/FOTOARENA

O futebolista Flávio Medeiros. Salvador (BA), 2020.

Flávio comenta sobre ação do Bahia 'Camisa 24'. **Bahiaço**. Disponível em: https://www.bahiaco.net.br/2020/01/29/flavio-comenta-sobre-acao-do-bahia-camisa-24/. Acesso em: 16 maio 2024.

Considerando a campanha do Bahia, discuta com seus colegas as questões a seguir.

- Como você avalia o engajamento do clube em uma campanha contra a homofobia?
- Você considera que ações desse tipo podem alterar a opinião de torcedores em relação aos clubes que as desenvolvem? De que forma?
- Quais seriam os impactos dos posicionamentos de um clube, dos seus jogadores e dos seus torcedores no modo como você se relaciona com ele?

Bate-papo de respeito. As respostas são pessoais e devem servir de base para uma reflexão sobre os processos de identificação que construímos a partir de posicionamentos compartilhados com pessoas e/ou instituições. Organize a discussão permitindo que os estudantes se expressem e ouçam os colegas respeitosamente. Pondere com a turma a pluralidade de modos de se relacionar com os clubes de futebol, que definem diferentes formas de identificação, algumas marcadas por mais rigidez, e outras, por mais fluidez.

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

BORA PRA QUADRA? Futebol generificado

Agora que já compreendemos melhor as relações que estabelecemos com o futebol e como elas afetam diferentemente a cada um de nós, movendo nossos interesses e processos identitários, chegou o momento de experimentar as emoções emergentes na prática do jogo de futebol. Assim, a proposta é vivenciar um jogo, o **futebol generificado**, que servirá de pano de fundo para pensarmos em como homens e mulheres identificam o futebol em seus processos de socialização.

O futebol generificado foi um jogo criado para servir de pano de fundo para a discussão de questões de gênero, sobretudo aquelas ligadas às desigualdades de acesso ao mercado de trabalho, ao esporte e ao lazer e à divisão das tarefas domésticas. O nome "futebol generificado" representa, justamente, a estrutura do jogo, que atribui aos participantes papéis determinados pelo gênero. No caso da proposta deste capítulo, a opção foi inverter a lógica do futebol generificado, colocando os meninos na situação de inferioridade imposta pelas regras, a fim de que eles exerçam a alteridade ao experimentar as formas de opressão vivenciadas pelas mulheres. A sugestão é que a atividade ocorra antes das reflexões, justamente para servir de plataforma de discussões, considerando a potência de sensibilização gerada por experiências vividas "de corpo inteiro". A intenção é partir de reações emocionais que o jogo pode provocar nos participantes e, aos poucos, mediar esses sentimentos com base nas leituras e nos debates já realizados e nos que virão. Explique as regras do jogo, faça a mediação no decorrer da partida e procure observar como meninos e meninas participam para que essas ações sejam recuperadas posteriormente nos debates. Caso seja possível, filme alguns trechos ou o jogo todo para que esses registros também sirvam de parâmetros para as análises e o debate.

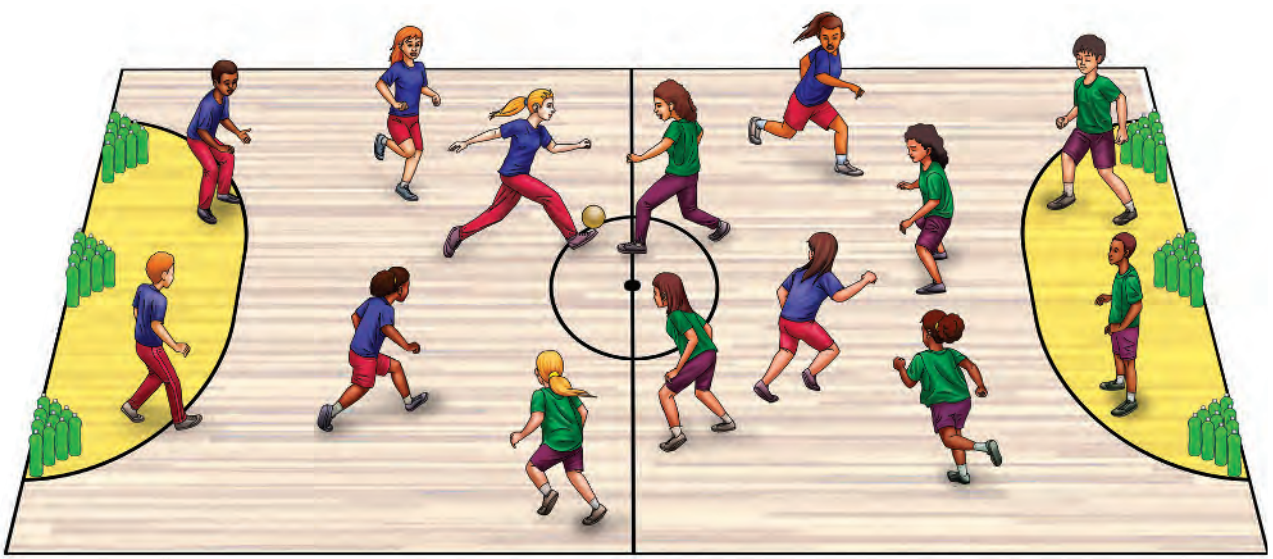
Regras do jogo

Cada equipe deve ser formada por dois meninos e quatro ou cinco meninas cada uma. Os meninos deverão atuar apenas nas áreas de meta da quadra de futsal (ou de algum espaço similar) como defensores. As meninas não podem entrar nas áreas de meta defensiva e ofensiva. No restante da quadra, em um jogo muito similar ao futsal convencional, elas se enfrentam com o objetivo de acertar os inúmeros alvos (podem ser garrafas ou cones) espalhados pela linha de fundo da quadra, defendida pela equipe adversária.

Cada alvo derrubado contabiliza um ponto para a equipe atacante. Os meninos devem repor a bola em jogo antes de reorganizar os alvos; caso mais alvos sejam derrubados nesse intervalo de reorganização, a pontuação da equipe adversária é dobrada devido à demora.

Após algum tempo, em uma segunda etapa, novas regras são acrescentadas ao jogo: é concedida a possibilidade de os meninos saírem da área de defesa para participar do ataque, com a restrição de que apenas eles podem proteger os alvos defensivos. Além disso, a pontuação dos meninos vale apenas metade da obtida pelas meninas, ou seja, cada acerto contabiliza meio ponto.

Depois de mais algum tempo, em uma terceira etapa, acrescenta-se outra regra: os meninos só poderão sair da área e atacar quando sua equipe estiver com a posse da bola, sendo obrigados a retornar para a área defensiva toda vez que seu time perder a bola.



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

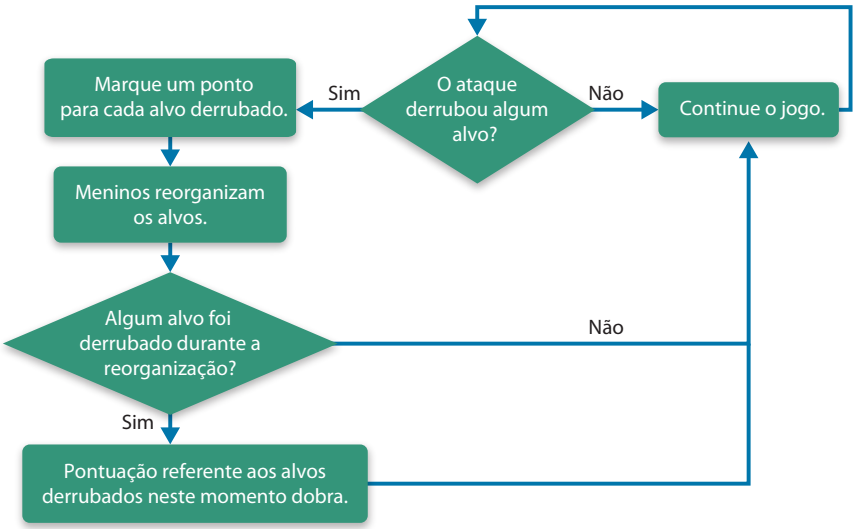
Representação de jogo de futebol com meninas e meninos. (Imagem sem escala.)

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

É lógico!

As regras de um jogo são orientações indispensáveis para a resolução de um problema, no caso, a execução do jogo. Essas regras descrevem os procedimentos necessários para que o jogo se desenvolva de forma organizada e justa. Correspondem, portanto, a um algoritmo.

Um algoritmo pode ser representado por meio de um fluxograma, um tipo de representação gráfica que utiliza principalmente símbolos, texto escrito e setas para ilustrar etapas de um processo, facilitando a visualização do fluxo. Veja um exemplo.



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Roda de conversa

Roda de conversa. É importante fazer a mediação da conversa para garantir direito de fala a todos que tiverem interesse, buscar incentivar os mais tímidos e estabelecer uma relação de respeito mútuo. Outro aspecto que deve ser valorizado nessa discussão é o reconhecimento de que meninos e meninas tiveram experiências diferentes no jogo e que isso os afeta de maneiras diversas.

Após o término da atividade, discutam, em grupos, as questões a seguir.

1. Como vocês se sentiram durante o jogo?
2. Existem estereótipos tradicionalmente associados a homens e a mulheres. O que costuma ser esperado da mulher?
3. E do homem, o que é esperado?
4. Vocês repararam que esses papéis foram expressos durante o jogo? Como isso ocorreu?
5. A partir de certo momento no jogo, houve uma mudança das regras para que os meninos pudessem participar mais ativamente. Como vocês se sentiram com essa alteração?
6. Como vocês relacionam essa forma de participação com os papéis generificados atribuídos a homens e a mulheres?
7. Com base nas experiências proporcionadas pelo jogo de futebol generificado e considerando as discussões realizadas na **Leitura 1**, respondam: como o futebol impacta, de modo diferente, a socialização e, consequentemente, a construção da identidade de meninos e de meninas?

5. Resposta pessoal.

7. Resposta pessoal. Estimule os estudantes a refletir sobre o fato de, culturalmente, o futebol no Brasil estar vinculado ao universo masculino e o fato de constituir uma das primeiras experiências de definição da identidade em uma esfera mais ampla, o que acaba impactando também na maior dificuldade de acesso à vida pública pelas mulheres.

Fala aí!

Observe a fala da garota na charge a seguir, publicada em uma revista estadunidense.

Essa fala não faria muito sentido se a charge fosse brasileira, pois no Brasil, diferentemente do que ocorre em outros países, o futebol é mais praticado por homens, apesar de as mulheres terem conquistado muito espaço nos últimos anos.

Como podemos analisar essa diferença do ponto de vista da construção das identidades de meninos e meninas nos dois países?

Estratégia: Esteja atento às falas dos colegas para, quando estiver com a palavra, poder reafirmar, reformular ou rejeitar de modo consistente o ponto de vista que deseje comentar.



WEYANT STUDIOS

WEYANT, Christopher. Revista **The New Yorker**, 19 jul. 1999.

1. Como provocação, questione os estudantes sobre a forma como esses afetos se manifestam na construção de suas identidades.
2. Costuma ser esperado da mulher um papel cuidador, realizando funções domésticas e cuidando dos filhos.
3. Costuma ser esperado que o homem frequente a esfera pública da sociedade, trabalhando e provendo o sustento da casa e dos filhos.
4. Espera-se que os estudantes cheguem à conclusão de que o jogo coloca meninos e meninas em situações opostas aos papéis que, culturalmente, são atribuídos a homens e a mulheres em nossa sociedade. Ou seja, o jogo inverte a lógica binária do homem provedor e da mulher cuidadora.
6. Espera-se que os estudantes concluam que, na lógica invertida do jogo, mesmo quando as mulheres (representadas pelos meninos) conquistam seu espaço no mercado de trabalho, continuam sendo responsabilizadas pelos afazeres domésticos, assumindo a dupla ou tripla jornada laboral (fato dramatizado pela necessidade de atacar e defender ao mesmo tempo). Além dos aspectos sugeridos para a discussão, é importante abordar o comportamento de meninos e meninas no jogo para mediar uma discussão sobre como foi a responsabilidade deles em continuar cuidando da defesa a partir do momento em que foram autorizados a atacar. É provável que, nessa situação, alguns tenham abandonado a primeira função, o que suscita um importante debate. Feche a discussão comentando que os papéis tradicionalmente atribuídos a homens e a mulheres têm sofrido alterações significativas nos últimos anos e que, por isso, também a atividade deve ser analisada de um viés crítico.

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

Fala aí! O objetivo da atividade é fazer os estudantes problematizarem o estereótipo de que "futebol é coisa de homem", fruto de uma falsa ideia de determinismo biológico, que coloca uma série de barreiras para a construção da identidade das meninas que gostam de futebol no Brasil. Leve-os a perceber que masculinidades e feminilidades são, na realidade, construídas e reconstruídas pela cultura e, portanto, sempre sujeitas às negociações de sentidos. O mesmo raciocínio vale para as identidades, que não devem ser tomadas como fixas, mas como processos móveis.

Biblioteca cultural

A primeira Copa do Mundo de futebol de homens organizada pela FIFA aconteceu em 1930, no Uruguai. Já as mulheres foram proibidas de jogar futebol em muitos países ao longo da história, inclusive no Brasil, que proibiu sua prática em 1941 e só voltou a permiti-la em 1979. Copa do Mundo de futebol feminino organizada pela Fifa ocorreu apenas em 1991, o que não significa que as mulheres não jogaram futebol durante esses períodos de interdição; prova disso é a Copa do Mundo de 1971, que não teve a chancela da Fifa e foi quase completamente apagada dos registros históricos do futebol feminino.



MUSEU NACIONAL DO FUTEBOL, INGLATERRA

Final da Copa do Mundo de Futebol Feminino. México, 1971.

Após um longo período de ostracismo, com as mais diversas formas de boicote, o futebol feminino vive hoje um momento de muitas conquistas, tanto nacional como internacionalmente. Nada disso é fruto de concessões, mas sim de muita resistência e luta de mulheres que sempre colocaram em disputa a identidade do futebol como reserva masculina.

Discuta com os colegas a importância da luta de outras gerações de mulheres futebolistas para as conquistas colhidas pelas futebolistas da geração atual, como as competições nacionais e internacionais, com grande cobertura midiática, e a participação de clubes, de seleções e de jogadoras de primeira linha. Entre essas conquistas, cabe destacar o fato de o Brasil ter sido escolhido como país-sede para a Copa do Mundo de futebol feminino de 2027. Para contribuir para essa discussão, se possível, assista ao documentário dirigido por Rachel Ramsay e James Erskine, *A Copa de 1971*, disponível em plataformas de *streaming*.

Se possível, exiba o documentário para os estudantes, a fim de que todos tenham essa referência comum para a discussão. Chame a atenção para as contradições entre o interesse do público mexicano pelo evento de 1971, a motivação e a dedicação das jogadoras das diferentes seleções e as investidas para a marginalização e a invisibilização do evento – e do futebol feminino, de modo geral. Discuta também a importância da luta das mulheres, ocupando espaços na mídia, nas comissões técnicas, nos cargos de gestão etc., e a relevância de o Brasil organizar uma Copa do Mundo de futebol feminino para a afirmação de políticas de igualdade de gênero no esporte e na sociedade.

Leitura 2

O texto a seguir trata da desigualdade de gênero no cenário esportivo com base nas questões salariais. A proposta é articulá-lo com o conhecimento adquirido durante a vivência do futebol generificado, tecendo relações com os processos identitários.

Por uma série de razões, homens e mulheres têm seu desempenho no esporte reconhecido de maneira muito desigual. Leia o trecho de uma reportagem e entenda algumas das razões para essas diferenças.

Mulheres recebem menos na maioria dos esportes

Se recebessem por gol que fizeram na seleção brasileira, Neymar embolsaria R$ 900 mil por cada, enquanto Marta ganharia R$ 12 mil

Em um caso que ganhou destaque recentemente, o time brasileiro vencedor da Liga Mundial de vôlei feminino de 2016 levou pra casa um cheque de 200 mil dólares, valor cinco vezes inferior ao recebido pelo primeiro lugar da Liga Mundial masculina.

[...]

As contas bancárias dos atletas refletem essa diferença. Na última classificação divulgada [por uma revista] entre os cem atletas mais bem pagos do mundo há apenas duas mulheres: as tenistas Serena Williams, que recebe US$ 28,9 milhões, e Maria Sharapova, com US$ 21,9 milhões por ano, respectivamente 40º e 88º no *ranking*. Valores altos, mas nem metade do que recebe a estrela masculina do tênis Roger Federer, US$ 67 milhões.

Se no tênis, um dos esportes mais **equânimes** em termos de gênero, onde todos os principais torneios oferecem prêmios idênticos nas disputas femininas e masculinas, a diferença de salários e patrocínios dos primeiros do *ranking* ainda é considerável, no futebol ela atinge seu ápice.

Neymar e Marta são dois expoentes dessa paixão nacional [...]. Ela já foi eleita cinco vezes melhor jogadora do mundo pela Fifa e marcou 103 gols com a camisa da seleção. Ele conquistou o terceiro lugar na última votação para melhor do mundo e chegou a 50 gols defendendo o Brasil. Mas é na conta bancária que a diferença entre os dois sobressai: Marta recebe de salário anual US$ 400 mil contra US$ 14,5 milhões de Neymar, de acordo com a

Equânimes: justos, imparciais.

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

Investigue. Nessa proposta é possível que a pesquisa seja tanto individual – de modo que cada estudante traga seus resultados para serem apreciados e compilados coletivamente para uma análise mais ampla – quanto coletiva, com a formação de grupos temáticos que pesquisem determinadas modalidades a serem analisadas posteriormente de maneira conjunta, ou por meio de pesquisas comuns, nas quais todos os grupos realizem uma pesquisa mais ampla sobre todos os esportes que encontrarem e, depois, façam a análise e a compilação dos dados. Com base nos resultados das pesquisas, é importante que se faça uma discussão sobre as constatações em relação aos cenários apresentados no texto da **Leitura 2** e sobre os dados obtidos nas pesquisas da turma, avaliando se, com o passar dos anos, as desigualdades de gênero no esporte no que tange a salários e premiações de atletas se sustentaram, se ampliaram ou diminuíram. Também é importante avaliar o que essas mudanças ou permanências sugerem em termos de igualdade ou desigualdade de direitos para a sociedade de um modo mais amplo.

1. Resposta pessoal. Considere, durante a discussão, ao menos duas linhas de pensamento predominantes: uma que defende a igualdade de gênero ou ao menos a diminuição da desigualdade de gênero; e outra que defende a manutenção da lógica de mercado, indicando que, se os homens arrecadam mais, eles têm o direito de receber mais. Essas perspectivas precisam ser colocadas em foco para que sejam problematizadas no decorrer do debate.

Investigue

A reportagem, reproduzida em partes na **Leitura 2**, é de 2016. Passados alguns anos de sua publicação, será que as desigualdades de gênero nos salários e nas premiações de atletas nas diferentes modalidades esportivas continuam tão expressivas? Após a realização de uma pesquisa, compartilhe com a turma os resultados encontrados, para uma compilação dos dados obtidos e uma análise coletiva sobre a pergunta que orientou a pesquisa: o que mudou da reportagem de 2016 para os dias atuais em relação às desigualdades de gênero no esporte?

Estratégia: Pesquise o tema acessando notícias recentes e buscando plataformas digitais que trazem dados comparativos de salários de atletas homens e mulheres em diferentes modalidades esportivas.

[**revista**]. Se fossem pagos por gols, cada bola na rede da Marta valeria cerca de US$ 3,9 mil (cerca de R$ 12,2 mil), enquanto as do Neymar valeriam US$ 290 mil (cerca de R$ 905 mil).

Pode ser moralmente escandaloso que Marta receba tão menos que Neymar? Em um mercado movido a patrocínios, tudo parece justificável. As receitas patrocinadas da Copa do Mundo masculina chegaram a US$ 529 milhões. No mundial feminino, US$ 17 milhões de investimentos privados.

Visibilidade e popularidade são palavras-chave para entender por que os esportes femininos atraem menos patrocínios. "A mídia dá pouca visibilidade às conquistas das mulheres, aos campeonatos das mulheres", explica Silvana Goellner, professora da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e especialista em questões de gênero no esporte. "A mídia produz muito a representação do esporte para os homens, então como vamos tê-las como inspiração?", questiona Silvana.

Os acordos de transmissão e direitos televisivos exercem uma poderosa influência nos negócios esportivos. A popularidade dos jogos, com o comparecimento aos estádios para ver as equipes femininas, também afeta diretamente a receita dos campeonatos e o interesse das emissoras. Quanto menos pessoas prestigiam as atletas, menos elas são noticiadas e televisionadas. Quanto menos são noticiadas e televisionadas, menos pessoas têm o interesse despertado e as prestigiam. Um círculo vicioso que explica em grande parte a batalha para equalizar economicamente as competições feminina e masculina.

MAZOTTE, Natalia. Mulheres recebem menos na maioria dos esportes. Revista **Exame**, 10 ago. 2016.

Papo aberto sobre os textos

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

1. **Após a leitura do texto, discuta com os colegas e posicione-se: qual é sua opinião sobre as diferenças salariais e de premiações entre homens e mulheres no esporte?**

2. **Releia a seguinte passagem do texto.**

> Pode ser moralmente escandaloso que Marta receba tão menos que Neymar? Em um mercado movido a patrocínios, tudo parece justificável. As receitas patrocinadas da Copa do Mundo masculina chegaram a US$ 529 milhões. No mundial feminino, US$ 17 milhões de investimentos privados.

   a. De acordo com a autora, qual é a justificativa, no contexto da lógica de mercado, para Marta receber um valor tão inferior ao de Neymar?
   2. a. A quantidade de patrocínios que cada atleta recebe.
   b. Qual é sua opinião sobre a adoção da lógica de mercado para determinar salários e premiações de homens e mulheres no esporte?
   2. b. Resposta pessoal.

3. **No desenvolvimento do texto, a pesquisadora Silvana Goellner acrescenta um importante fator a ser considerado nas análises das diferenças salariais entre homens e mulheres esportistas.**
   3. a. O fator trazido pela pesquisadora é a falta de cobertura midiática para a participação das mulheres no esporte.
   a. Qual é esse fator?
   3. b. A falta de representatividade de mulheres no cenário esportivo implica a ausência de referências de mulheres atletas para inspirar as meninas que se interessam por esportes.
   b. De acordo com a pesquisadora, esse fator tem um efeito importante na construção da identidade das mulheres. Que efeito é esse?
   c. Você concorda com a pesquisadora? Justifique.
   3. c. Resposta pessoal. Solicite aos estudantes que apresentem argumentos para sustentar o posicionamento deles.

4. **Relacione as experiências vivenciadas no Bora pra quadra? com as desigualdades de gênero nos salários e nas premiações de esportistas. Em seguida, discuta com os colegas como foi vivenciar essa inversão de papéis e o que ela lhe ensinou sobre desigualdade.** **4.** Resposta pessoal.

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

A reconquista da identidade esportiva roubada

Etapa 1 – Leitura coletiva de textos

O tema do capítulo reivindica a pluralidade de identidades no esporte, o que não é uma realidade para todas as pessoas, conforme fica evidente nas diferentes seções aqui apresentadas.

O educador Paulo Freire, em boa parte de sua vasta produção, discute as relações de opressão presentes na sociedade. No texto 1, a seguir, você entrará em contato com alguns conceitos formulados por esse pensador em sua clássica obra *Pedagogia do oprimido*, e, no texto 2, conhecerá um pouco da história de Ale Antoniazzi, uma pessoa comum, que relata de forma crítica e afetiva sua experiência de interdição e recuperação do esporte na relação com sua identidade. A intersecção entre essas duas leituras possibilita inúmeras reflexões críticas que ajudarão a ampliar nossa compreensão sobre a importância da perspectiva da pluralidade de identidades no esporte reivindicada neste capítulo, e neste livro de modo geral.

Nesta primeira etapa, façam coletivamente a leitura dos textos 1 e 2, a seguir.

Texto 1

Humanização e desumanização na *Pedagogia do Oprimido* de Paulo Freire

Humanização e desumanização, dentro da história, num contexto real, concreto, objetivo, são possibilidades dos **homens** [seres humanos] como seres inconclusos e conscientes de sua inconclusão.

Em *Pedagogia do oprimido*, Paulo Freire usa "homem" com o sentido de ser humano universal, mas depois reconhece que sua escrita era sexista e defende sua revisão. Usamos entre colchetes "ser humano" para honrar com essa reparação pós-vida do mestre.



REPRODUÇÃO/PAZ E TERRA

Capa do livro *Pedagogia do oprimido*, de Paulo Freire (84. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2019).

Mas, se ambas são possibilidades, só a primeira nos parece ser o que chamamos de vocação dos homens [seres humanos]. Vocação negada, mas também afirmada na própria negação. Vocação negada na injustiça, na exploração, na opressão, na violência dos opressores. Mas afirmada no anseio de liberdade, de justiça, de luta dos oprimidos, pela recuperação de sua humanidade roubada. A desumanização, que não se verifica apenas nos que têm sua humanidade roubada, mas também, ainda que de forma diferente, nos que a roubam, é distorção da vocação do *ser mais*. É distorção possível na história, mas não vocação histórica. Na verdade, se admitíssemos que a desumanização é vocação histórica dos homens [seres humanos], nada mais teríamos que fazer, a não ser adotar uma atitude cínica ou de total desprezo.

A luta pela humanização, pelo trabalho livre, pela desalienação, pela afirmação dos homens [seres humanos] como pessoas, como "seres para si", não teria significação. Esta somente é possível porque a desumanização, mesmo que um fato concreto na história, não é, porém, *destino dado*, mas resultado de uma "ordem" injusta que gera a violência dos opressores e esta, o *ser menos*.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 84. ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra: 2019. p. 40-41.

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

ACERVO PESSOAL



Foto de Ale Antoniazzi. São Paulo (SP), 2020.

Texto 2

"Nunca imaginei que eu também pudesse jogar" (Ale Antoniazzi)

Cheguei pela primeira vez no Natus FC no dia 19 de março de 2016, aos 37 anos. Antes desse dia, eu nunca tinha jogado em um time de futebol. No dia seguinte, um domingo, comprei também pela primeira vez na minha vida um par de chuteiras e uma bola de futsal. No dia anterior, o Roger, que jogava no time na época, me deu as chuteiras dele pra eu jogar. Dois meses mais tarde o time completaria o seu primeiro ano de existência e, mesmo sem ter consciência disso, eu teria entrado para o time que é uma das coisas mais importantes da minha vida.

[...]

Na época eu tinha 34 anos e estava passando por um momento de mudança de fase. Já tinham mais ou menos 4 anos que eu tinha voltado a colocar atividades físicas na minha vida. No fim da infância, e por boa parte da adolescência, eu pratiquei natação, por recomendação médica por conta das crises de bronquite. Cheguei também a me interessar por vôlei, na mesma época, mas minha mãe fez com que eu me afastasse do esporte, sem que eu percebesse. Muitos anos depois, eu já jogava no Natus, e ela, numa conversa bem emocionada, um dia antes do Dia das Mães, disse que se dava conta de como o esporte era importante pra mim e quanto fazia bem pra minha vida. Foi nesse dia que ela me presenteou com uma confissão que me ajudou a me libertar de um pedaço do passado que me fazia mal. Ela disse que fez eu me afastar do vôlei porque achava que fosse esporte de menina. Eu nunca tinha me dado conta de que ela pudesse ter pensado assim e que tivesse feito isso.

Desde sempre, principalmente por toda a minha adolescência, meus pais me disseram para estudar. Na minha primeira infância, na primeira metade dos anos 80, eu era uma criança afeminada e minha mãe me masculinizou à base de tapa. [...] Meu pai não interagia comigo. Tenho dois irmãos mais novos e com eles meu pai deu uma educação que "se dá a meninos". Pra mim os comandos eram pra estudar e ser bonzinho, comportado. Pra mim sempre foi natural que meus dois irmãos jogassem bola e eu ficasse em casa estudando. Foi naturalizado pra mim que eu gostava mais de ler e meus irmãos eram meninos "como os outros". Aos 19 anos, assumi para os meus pais e meus irmãos que eu era *gay*. Meu pai disse que sempre soube e parou a conversa por ali, minha mãe se enfureceu [...], meu irmão do meio apagou a informação e seguiu me tratando como se eu não tivesse dito nada. Meu irmão mais novo, na época com 12 anos, se aproximou mais de mim e, do jeito dele, como ele podia, começou a cuidar de mim. Ainda hoje, mesmo tendo criado a sua própria família, com esposa e filho, ele ainda cuida de mim. E eu cuido dele.

[...]

Terminando esse relato da minha experiência no Natus FC, eu quis citar o máximo de times que eu conheci nesses últimos 6 anos – jogando pelo time que me pôs pra dentro do universo do futebol –, porque amo meu time, mas não acho que o Natus seja mais especial do que qualquer outra equipe LGBT+. Mas, sem dúvida, é especial demais qualquer reunião de pessoas que estão fazendo uma atividade juntos por afinidade a uma paixão comum, sem o objetivo de fazer dinheiro, mas com o propósito de passar tempo em companhia, interagir e se divertir. Cooperar, fazer algo com outras pessoas, porque faz bem pras pessoas envolvidas. Toda vez que isso acontece é muito especial e acho que isso falta demais na nossa sociedade. É por isso, e não por ser melhor do que as outras equipes, que acho o Natus muito especial. Que o futebol de LGBT+, como tudo o que falta na nossa sociedade, pra gente viver melhor, se multiplique pra tudo que é lado.

ANTONIAZZI, Ale. Nunca imaginei que eu também pudesse jogar. *In*: SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira de; CARVALHO, Ricardo Souza de; PRADO, Denis (org.). **Do futebol moderno aos futebóis transmodernos**: a utopia da diversidade revolucionária. São Carlos: EdUFSCar, 2023. p. 301-310.

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

Etapa 2 – Discussão dos textos em suas intersecções

Após a leitura, discuta os textos com os colegas procurando estabelecer relações entre os conceitos tratados no texto 1 e as experiências narradas no texto 2. Algumas perguntas podem ajudar no estabelecimento dessas relações, mas não se restrinjam a elas pois são apenas disparadoras da discussão.

- Paulo Freire afirma que a vocação do ser humano é *ser mais*, ou seja, viver sua vida de forma plena, com dignidade. Quais indicativos da história de vida de Ale apontam para a interdição dessa concretização do *ser mais*?
- Lendo os conceitos apresentados por Paulo Freire relacionados à humanização e à desumanização e o relato de Ale Antoniazzi, como vocês compreendem a importância do esporte para as pessoas?
- Ao ter a prática do esporte negada em sua vida, é possível afirmar que Ale sofreu um processo de desumanização?
- Vocês identificam que Ale teve sua vocação de *ser mais* negada "na injustiça, na exploração, na opressão, na violência dos opressores"? Quais relatos confirmam essas situações?
- Como Ale subverteu essa relação de opressão a que foi submetido em sua vida e como tal subversão evidencia que a desumanização não é um *destino dado*?

Acompanhe todo o processo, instigando a turma desde a leitura dos textos, procurando fazer pausas para avaliar se os estudantes estão compreendendo os conceitos, sobretudo no texto 1, em que são mais complexos, mas também na articulação entre os textos, buscando reconhecer os conceitos do primeiro na história de vida de Ale Antoniazzi, do segundo texto. No momento de gravação da série de *podcasts*, valorize os conhecimentos da turma, tanto no uso dos recursos tecnológicos, como no processo criativo de elaboração do roteiro e de organização da série.

Etapa 3 – Elaboração de uma série de *podcast*

Com base na leitura e na discussão dos textos, dividam-se em grupos de cinco integrantes para a elaboração de uma série em *podcast* sobre o tema desta seção, "A reconquista da identidade esportiva roubada". Para essa produção, siga os passos indicados.

1. **Planejamento estrutural:** pensem inicialmente em subtemas que possam ser tratados em cada episódio, de modo que cada grupo fique responsável por um dos subtemas. Definam como deve ser a estrutura geral de abordagem em cada episódio: duração, estrutura narrativa, recursos tecnológicos etc.
2. **Preparação dos episódios:** em um segundo momento, cada grupo vai elaborar o roteiro de seu episódio e estruturar a organização desse roteiro, dividindo as funções entre seus integrantes.
3. **Gravação dos episódios:** cada grupo gravará seu episódio de acordo com as orientações acordadas coletivamente.
4. **Compilação dos episódios:** nesse momento, os episódios serão compilados sequencialmente, com a inserção de vinhetas de transição, apresentação e encerramento de cada um.
5. **Apresentação do *podcast*:** para finalizar o processo, compartilhem a série de *podcasts*. Avaliem com o professor se o compartilhamento será feito apenas internamente, em alguma rede social da turma, ou se poderá tornar-se público com compartilhamento em redes abertas.

Recado final

A ideia do esporte como área reservada masculina que se expressa por meio de uma identidade do homem atleta traz uma ideologia opressora em relação ao direito de corpos diversos se associarem a essa identidade esportiva. Por isso, é essencial assumir o protagonismo tanto no combate às desigualdades quanto na construção de nossa identidade, que, como vimos, não é fixa, imóvel, natural ou neutra, sendo desenhada em consonância com a maneira como cada um de nós negocia sentidos, representa e é representado no mundo em que vive.

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

Capítulo 9

A INFORMAÇÃO QUE GERA AVENTURA

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

CULTURA DIGITAL

Neste capítulo, os estudantes serão levados a ampliar seus conhecimentos sobre as práticas corporais de aventura (PCA), como o *trekking* e o *plogging*, por meio de pesquisa e experimentação corporal. Eles exercitarão práticas de pesquisa privilegiando o uso consciente, ético e reflexivo das tecnologias digitais de informação e comunicação (TDIC), para construir um guia para novatos sobre o *trekking*. Em seguida, vivenciarão o *trekking* e o *plogging*, refletindo sobre essas práticas corporais e sobre os benefícios para os praticantes e para o meio ambiente, avaliando o impacto que a pesquisa e a construção do guia tiveram na experiência do *trekking*. As principais habilidades desenvolvidas no capítulo são a EM13LGG501, a EM13LGG503, a EM13LGG701 e a EM13LGG704.

Envolver-se em aventuras, experimentar desafios corporais, enfrentar riscos controlados e superar limites são ações intrínsecas às práticas corporais de aventura (PCA), as quais podem ser muito prazerosas.



BETO CELLI/PULSAR IMAGENS

Praticantes de *trekking* no Parque Nacional da Chapada Diamantina. Ibicoara (BA), 2022.

Práticas corporais de aventura

As práticas corporais de aventura (PCA), competitivas ou não, envolvem perícia e proeza corporal por serem imprevisíveis e imporem risco controlado a ser superado. Ocorrem em diferentes ambientes (urbano, aéreo, terrestre, aquático, misto) e podem ser classificadas de diversas formas (urbanas e na natureza, por exemplo). As práticas sistematizadas que envolvem todos esses aspectos recebem várias denominações, como esportes radicais, esportes de aventura, esportes extremos, atividades físicas de aventura, atividades de aventura na natureza, entre outras.

Biblioteca do professor. Para ampliar sua reflexão e dar exemplos de trabalho com as PCA, sugerimos o artigo "A presença das atividades de aventura nas aulas de Educação Física", de Alexander Klein Tahara e Sandro Carnicelli Filho (*Arquivos de Ciências do Esporte*, Uberaba, v. 1, n. 1, p. 60-69, 2013).
Na dissertação de Laercio Claro Pereira Franco, você encontrará mais exemplos de como trabalhar com o *trekking* nas aulas de Educação Física: *Atividades físicas de aventura na escola: uma proposta nas três dimensões do conteúdo* (Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Rio Claro (SP): Universidade Estadual Paulista, 2008).

Você conhece alguma dessas práticas? Sabe de reportagens ou vídeos sobre elas? A proposta é que você faça uma pesquisa para ampliar seus conhecimentos sobre algumas PCA e sobre os benefícios que podem proporcionar à saúde pessoal e ao meio ambiente.

Você conhece o *trekking*? E o *plogging*? Vamos nos aventurar nessas práticas depois de nos informar criteriosamente sobre elas?

Leitura 1

Possibilitando desenvolver com os estudantes o TCT Ciência e Tecnologia, o texto a seguir apresenta orientações para uma boa pesquisa em meio digital. Essas orientações auxiliarão os estudantes a realizarem a pesquisa na seção **E se a gente construísse um guia para novatos no *trekking*?**.

Antes de iniciar a pesquisa, é importante saber que a experiência de se informar envolve algumas condutas e procedimentos prévios para se ter segurança de que as informações encontradas sejam confiáveis e gerem conhecimentos sólidos e embasados. No texto a seguir, conheceremos alguns desses procedimentos.

CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Como pesquisar em fontes confiáveis e otimizar sua pesquisa?

A internet possui bilhões de conteúdos disponibilizados nos mais variados *sites* e portais. Como identificar fontes confiáveis de pesquisa? Como identificar os principais itens a serem observados ao se realizar uma pesquisa?

No momento de fazer pesquisas é necessário redobrar os cuidados em relação às fontes citadas. Ainda mais quando você, pesquisador, estiver utilizando textos retirados da internet. Diante de milhares de páginas e resultados, a internet pode apresentar dados questionáveis e inconsistentes – ou seja, de nada adianta fazer apenas uma busca e utilizar o primeiro resultado que aparece como sendo certo e confiável, especialmente porque, por exemplo, "enciclopédias" colaborativas podem ter seus conteúdos alterados por qualquer pessoa a qualquer momento.

Apresentamos, a seguir, alguns aspectos que auxiliam a qualidade da pesquisa e o uso de fontes confiáveis:

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

Dica 1 – Refinamento de palavras-chave

Quanto mais refinados forem os termos da busca, mais fácil será encontrar resultados específicos sobre seu tema de pesquisa.

Dica 2 – Envolvimento com o tema

Ao encontrar algumas fontes que você julgue serem relevantes, analise seu conteúdo para verificar quais resultados estão mais de acordo com o tema de sua pesquisa, buscando diferenciar meras opiniões de resultados e informações referenciadas e confiáveis.

Dica 3 – Avaliação das fontes

Resultados de fontes confiáveis citam outras fontes. Ao selecionar um artigo, pesquisa, dados ou mesmo reportagens, verifique se há referência às fontes consultadas, data e nome do autor responsável pela informação original ou artigo e credibilidade do site em que este resultado se encontra.

Dica 4 – Fontes com credibilidade

Utilize como fonte conteúdos disponibilizados em *sites* de instituições de estudos reconhecidas, centros de pesquisas e universidades ou em sites de grandes especialistas da área, revistas científicas especializadas com registro ISSN, ISBN e/ou DOI, repositórios digitais reconhecidos e portais acadêmicos.

Como pesquisador, é importante que você desenvolva um olhar crítico e analise os resultados que aparecem durante as pesquisas realizadas. Não basta permanecer, portanto, com a informação da primeira pesquisa, no primeiro resultado.

PARANÁ. Secretaria do Estado da Educação. Como pesquisar em fontes confiáveis e otimizar sua pesquisa?. **Escola digital:** Professor. Disponível em: https://professor.escoladigital.pr.gov.br/pesquisa_fontes_confiaveis. Acesso em: 25 jul. 2024.

Investigue. Para um trabalho interdisciplinar, essa atividade poderá ser realizada com o professor de Informática a fim de auxiliar os estudantes no uso de diferentes buscadores nas tecnologias digitais de informação e comunicação. Esse motor de busca poderá ajudá-los, em grande medida, nas pesquisas que realizarão na seção **E se a gente construísse um guia para novatos no *trekking*?**.

Investigue

Os buscadores da internet têm um sistema de pesquisa avançada para buscas mais específicas. Digite "pesquisa avançada" e o nome do buscador. Diferentes opções de termos, símbolos e funções vão aparecer. Explore-os.

Estratégia: Defina um tema de pesquisa, escolha as opções de busca e use as diferentes ferramentas para delimitar seus resultados.

Fala aí!

Você ou alguém conhecido já acreditou em *fake news*? Que prejuízos isso trouxe a você ou aos grupos que acreditaram nessa falsa notícia? Explique sua resposta.

Estratégia: Compartilhe sua história e reflita sobre as consequências da desinformação veiculada pelas mídias.

Fala aí! Organize uma roda de conversa e incentive os estudantes a contarem quais foram as notícias falsas em que acreditaram, quais foram as consequências e como descobriram que se tratava de *fake news*. Caso algum estudante não tenha acreditado em *fake news*, pergunte quais práticas realiza para saber se a informação é verdadeira. Reforce a importância da verificação da informação, de acordo com as indicações do texto da seção **Leitura 1**.

Por dentro do texto

1. Quais procedimentos o texto apresenta para se fazer uma pesquisa na internet com qualidade e em fontes confiáveis?

1. Refinar as palavras-chave; analisar o conteúdo dos resultados mais relevantes; avaliar as fontes consultadas e utilizadas no texto encontrado; utilizar fontes de pesquisa que tenham credibilidade, como *sites* e portais institucionais e governamentais.

2. De acordo com o texto, quais são os cuidados que devemos ter durante a pesquisa?

2. Ter atenção e ser crítico aos dados encontrados, pois nem sempre o primeiro resultado é o mais confiável. Outro cuidado é em relação aos conteúdos das enciclopédias colaborativas, pois, como qualquer pessoa pode alterá-los, nem sempre se pode confiar neles.

E SE A GENTE... Construísse um guia para novatos no *trekking*?

Veja orientações no **Suplemento para o professor**.

Agora que você já conhece um pouco melhor os cuidados para obter informações na internet, é hora de dar início à aventura de se informar e compartilhar conhecimentos. O *trekking*, uma prática corporal de aventura na natureza muito apreciada, será nosso objeto de pesquisa e aprendizagem.

Em grupos de três a cinco integrantes, vocês vão construir um guia para novatos no *trekking* que, mais adiante, os ajudará a realizar a vivência prática.

É lógico!

Nesta atividade, sua criatividade – uma habilidade relacionada ao pensamento computacional – entra em ação para realizar etapas definidas, as quais condizem com um algoritmo.

Antes de mais nada

- Busquem imaginar o que deve constar em um guia para novatos no *trekking*.
- Façam um levantamento de possíveis fontes para a pesquisa, como consulta a especialistas e praticantes, *sites* específicos, livros, *podcasts*, fóruns de praticantes, manuais, reportagens, filmes, vídeos tutoriais, *blogs*, redes sociais etc.

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

Momento de planejar

Um guia para novatos é um documento produzido com linguagem clara e acessível para orientar pessoas a realizar determinada atividade com a qual não estão muito familiarizadas ou nunca tiveram contato, como o do exemplo apresentado a seguir. Com isso em mente, vocês podem tomar como base para a pesquisa o seguinte roteiro.

- Definição de *trekking*.
- Movimentos corporais envolvidos no *trekking*.
- Quem pode praticá-lo.
- Modalidades de *trekking*.
- Roupas e materiais necessários para a prática do *trekking*.
- Benefícios do *trekking* para o praticante.
- Relação do *trekking* com a preservação da natureza.



Guia para novatos no vôlei sentado.

- Lugares mais famosos do Brasil para praticar *trekking*.

Planejem o guia respondendo às seguintes questões.

- Que informações sobre o *trekking* devem ter destaque?
- Que imagens o guia pode conter para introduzir a prática?
- Que recursos devem ser usados para facilitar a localização e a compreensão das informações?
- Como o guia deve ser formatado e diagramado para que a leitura seja agradável, mesmo para não praticantes de *trekking*?

Após responder às questões, definam com o(a) professor(a) se o guia será impresso ou digital. Façam, então, um esboço do guia, predefinindo o número de páginas e a função de cada uma delas, indicando os blocos de informação com seus títulos, decidindo a inserção ou não de fotografias ou esquemas etc. Não deixem de reservar páginas para capa e quarta capa, caso optem pelo formato físico.

A cada fonte pesquisada, lembre os estudantes de anotar título, autor, ano e endereço do *site*, se for o caso. Chame a atenção deles para o fato de não ser permitido copiar textos de autoria alheia no guia, o que é considerado plágio.

Momento de elaborar

Agora, com base no esboço do guia de vocês, iniciem a pesquisa, lembrando-se sempre de manter o foco no que já foi definido. Acrescentem seções ao guia apenas se as julgarem indispensáveis.

Após o levantamento das informações, redijam os textos que deverão constar do guia, atentando à melhor forma de expor cada parte: texto com parágrafos (em meio digital, os parágrafos são indicados não pelo recuo da margem, mas por um espaçamento maior entre um e outro); lista de tópicos; fotografias com legendas; esquemas etc.

Com os textos devidamente finalizados e as imagens escolhidas, construam uma primeira versão do guia, prestando atenção ao uso das cores e à hierarquia das informações. O guia pode ser feito com o recurso de um programa de edição de textos ou pode contar com páginas manuscritas. Nos dois casos, o mais importante é a qualidade das informações e a boa organização dos dados.

Não se esqueçam de inserir no guia, além do título, o nome dos integrantes do grupo.

ACERVO MINISTÉRIO DO ESPORTE/GOVERNO FEDERAL

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

Momento de avaliar

Os estudantes não precisam esgotar todos estes pontos, mas passar por alguns deles.

Troquem os guias entre os grupos e avaliem os seguintes pontos, tecendo comentários a respeito deles.

1. O conteúdo apresentado é atual e relevante para um novato compreender o *trekking*?
2. Estão indicadas as fontes de pesquisa?
3. As fontes são suficientemente variadas e confiáveis, isto é, são escritas por pessoas ou instituições com experiência na área?
4. As informações estão organizadas de forma clara e coerente?
5. As imagens ajudam a compreender melhor as informações sobre o *trekking*?

Momento de reescrever

Com base na avaliação anterior, reescrevam o guia, buscando corrigir os problemas apresentados pelos colegas. Passem a limpo a versão final.

Momento de apresentar

Apresentem a produção de vocês para o restante da sala, conversando sobre o que aprenderam em relação ao *trekking* e explicando as etapas que tiveram de seguir para chegar ao resultado apresentado. Os guias em formato digital poderão ser publicados no *blog* da turma, em uma rede social ou em outra plataforma digital autorizada pela escola para receber comentários. Divulguem em formato de *link* ou *QR Code*. Se estiverem em formato físico, poderão ser disponibilizados em um local da escola, como a biblioteca, para que os estudantes de outras turmas possam ler e conhecer melhor essa prática corporal de aventura.

Incentive os estudantes a falarem sobre o que aprenderam a respeito do *trekking*, se ficaram entusiasmados para vivenciar a modalidade e quais dificuldades experimentaram durante a pesquisa, relacionando-as à experiência de se informar e aos desafios inerentes a ela. Solicite que expliquem, por exemplo, a razão de terem escolhido determinada diagramação, os motivos para o uso de algumas imagens etc.

Leitura 2

EDUCAÇÃO AMBIENTAL SAÚDE

Antes de partirmos para a vivência prática, vamos ler o trecho de um texto científico com mais algumas informações sobre o *trekking* e suas modalidades. Em seguida, conheceremos o *plogging*, por meio de um fragmento de matéria jornalística que reúne informações sobre o surgimento e os desdobramentos da prática em diversas partes do mundo. Ambos trazem reflexões sobre Educação Ambiental. Leia-os com atenção.

Texto 1

No texto a seguir, são apresentadas diversas informações sobre o *trekking*. Os objetivos são consolidar as informações encontradas durante a pesquisa e realizar algumas discussões mais aprofundadas antes da vivência prática.

Uso de espaços amazônicos e a prática *trekking*

O *trekking* é uma caminhada orientada através de mapas, bússolas ou equipamentos de orientação por satélites (GPS), realizada em ambientes naturais. Em regra, é feito em grupo de 3 a 6 pessoas, visando atitudes de companheirismo e interações com a natureza (Bitencourt; Amorim, 2006). Pode ser praticado de várias formas, a depender do objetivo proposto e da metodologia utilizada. Quando realizado, algumas alterações podem ocorrer desde que não perca a característica principal, que é a caminhada orientada em espaços que tiveram pouca ou nenhuma interferência do homem. Os tipos de *trekking* são o individual, em grupo ou organizado, assistido e de competição.

O *trekking* individual, conforme a própria nomenclatura, é feito de forma solitária, em que o praticante define seu próprio percurso e materiais a serem utilizados. Nessa modalidade em específico, não há o auxílio de nenhuma equipe ou empresa que organize o trajeto.

Já o *trekking* em grupo ou organizado é feito por mais pessoas envolvidas, na maioria das vezes produzido por empresas, e nele os vários grupos participantes se utilizam de orientação do trajeto para realização da trilha. Trazendo isso para dentro da educação, percursos definidos

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



VITOR MARIGO/TYBA

Praticantes de *trekking* em Trilha do Morro do Açu, no Parque Nacional da Serra dos Órgãos. Petrópolis, Rio de Janeiro, 2014.

pelos professores e meios para orientações configuram-se mecanismos de se desenvolver este tipo no ambiente educacional, orientado na busca de um fim na atividade.

O *trekking* assistido medeia os dois tipos anteriores, e nele um dos participantes de cada grupo terá a responsabilidade por todo o equipamento e sobre sua equipe, porém será auxiliado por outras pessoas, como guias e carregadores, por exemplo.

No *trekking* de competição, conhecido também como enduro ou *rally* a pé, migrou dos enduros de jipes e motos, incorporando-se ao *trekking*. É uma caminhada de competição, praticada por equipes de 3 a 6 pessoas, com provas variando em percurso e tempo. Vários esportes podem ser acrescentados ao trajeto, como rapel, tirolesa, escalada, e outros, sem a obrigatoriedade da prática (Bitencourt; Amorim, 2006). Este se divide em *trekking* de regularidade, de velocidade, de longa distância e de um dia. O primeiro possui um percurso preparado com antecedência, com a caminhada sendo realizada dentro do mesmo e no tempo estipulado, vencendo a equipe que mais se aproximar do tempo definido. Já no de velocidade, o objetivo é chegar o mais rápido possível ao ponto final do trajeto. No de longa distância ou travessia, os percursos são bem mais longos, durando horas e até mesmo dias, desafiando a persistência dos praticantes, e exige uma maior infraestrutura para sua organização. O *trekking* de um dia tem percursos de até 10 quilômetros e sem a necessidade de passar a noite no local, praticado mais por lazer do que na forma competitiva.

Os locais para realização dessas práticas em geral são áreas de preservação ambiental, sem a ação humana, podendo ser qualquer terreno, limitando-se a uma altitude de 6 000 metros, realizadas por caminhos sem cobertura asfáltica, terrenos e trilhas com vários tipos de obstáculos, com recompensas trazidas pelo contato e imersão na natureza com vistas e paisagens exuberantes, imperceptíveis na área urbana de uma localidade. Ideal é sempre realizar essas atividades com o uso de equipamentos adequados, tais como roupas leves e de secagem rápida, tênis ou bota que ofereçam estabilidade, boné, protetor solar, óculos escuros, comida, água, mochila, saco de dormir ou barraca caso haja pernoite, *kit* de primeiros socorros, bússolas ou GPS, mapa da região, além de produtos de higiene.

Segundo Rodrigues, Oliveira e Kira (2015), no *trekking* de regularidade a trilha deve ser por ambientes naturais, com sua prática permitindo uma interação entre os participantes e um senso de responsabilidade compartilhado. [...] dentro do percurso podem ser introduzidas tarefas voltadas à questão ambiental, geografia, como leitura e construção de mapas com os pontos de GPS coletados, pontos cardeais, bússolas, magnetismo da terra, ângulos, sustentabilidade, reciclagem, preservação, conteúdos da área de educação física, como exercícios aeróbicos, condicionamento cardiorrespiratório, gasto calórico e frequência cardíaca. Tanto na modalidade de lazer como na de competição, o *trekking* integra estudantes e comunidades, podendo ser trabalhado dentro ou fora do ambiente escolar (Rodrigues; Oliveira; Kira, 2015).

Nesse contexto, o *trekking* enquanto atividade de aventura permite certo afastamento de expressões homogêneas que permeiam o cotidiano urbano, por meio do contato com a natureza, mediante relações humanas mais diretas e intensas, agregando altas doses de aventura. São práticas carregadas de experiências estéticas e de relações sociais, podendo levar os praticantes a níveis de consciência importantes sobre diversas relações humanas (sociais, ambientais etc.).

Referências

BITENCOURT, V.; AMORIM, S. *Trekking*: enduro/rally a pé. *In*: DACOSTA, L. (org.). **Atlas do esporte no Brasil**. Rio de Janeiro: Confef, 2006.

RODRIGUES, R. J.; OLIVEIRA, M. S. de; KIRA, K. *Trekking* ambiental: praticando conceitos e educação ambiental para o ensino médio. *In*: CONGRESSO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA UNESP, 8., 2015. **Anais** [...]. São Paulo: Unesp, 2015. p. 1-17.

LIMA, Jefferson T. S. de *et al. Trekking* como prática pedagógica em espaços amazônicos: uma perspectiva aos Institutos Federais. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, Vitória, n. 4 (Especial), p. 38-54, 2020. [Título do texto ("Uso de espaços amazônicos e a prática *trekking*") atribuído pelos autores deste volume.]

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

Papo aberto sobre o texto

Para responder às questões, os estudantes devem recorrer à pesquisa realizada, além das informações do texto 1. Reúna estudantes de diferentes grupos de pesquisa para que um complemente a informação do outro ou a conteste, obrigando-os à checagem dos dados.

1. **Em grupos, comparem os conhecimentos contidos no guia que elaboraram na seção anterior com os do texto que acabaram de ler. Em seguida, respondam às questões.**
   a. O que as pessoas que praticam o *trekking* têm como objetivo?
   b. Quais indumentárias e equipamentos são necessários para a prática do *trekking*?
2. **É possível praticar o *trekking* em sua cidade? Comente.**
3. **Com base no título do texto e no guia elaborado, é possível saber em que tipos de espaços ocorre a prática do *trekking*?**
4. **Considerando a experiência da pesquisa e a leitura do texto, reflitam sobre as seguintes questões.**
   a. Qual é a especificidade do *trekking* que o diferencia das outras práticas corporais de aventura?
   b. O que diferencia as práticas corporais de aventura das demais práticas corporais (danças, lutas, jogos, ginásticas)?

1. a. Aventura, lazer ou competição, interação com a natureza ou social, companheirismo.

1. b. Para a prática, são indicados roupas leves, com tecidos de secagem rápida, calçados adequados ao tipo de trilha, mochila, água, acessórios (bonés, óculos de sol), protetor solar, *kit* de primeiros socorros, comida, produtos de higiene, barraca ou saco de dormir, entre outros. Em competições, bússola, GPS e mapas da região também são itens obrigatórios. Todos os equipamentos e as indumentárias utilizados devem ser de boa qualidade para maior segurança do praticante.

2. Resposta pessoal.
Caso a resposta seja negativa, incentive os estudantes a pensarem nas razões e nos problemas de não existirem espaços naturais destinados à atividade física desse tipo em algumas cidades e suas proximidades, o que desestimula a prática.

3. Espaços naturais de preservação ambiental, com pouca ou nenhuma interferência humana.
Embora o trecho aqui reproduzido não trate dos "espaços amazônicos", o título do artigo científico aponta para esses espaços como escopo do estudo.

4. a. O *trekking* é um tipo de caminhada, mas de longa duração e realizada em trilhas naturais com pouca ou nenhuma intervenção humana.
Incentive os estudantes a expressarem suas percepções a respeito do *trekking* e das práticas corporais de aventura, levando-os a refletir sobre o *trekking* como uma linguagem com características singulares. Será um importante preparo para a vivência prática.

4. b. Na própria definição, é possível verificar essa diferença. As práticas corporais de aventura envolvem perícia e proeza corporal por serem imprevisíveis e oferecerem risco controlado a ser superado, além de possibilitarem ao praticante a descoberta de seus limites e a interação com a natureza. O conjunto desses aspectos não está presente nas demais práticas corporais.

Texto 2

O que é *plogging*? Como se juntar a essa tendência na próxima vez que sair de férias

A atividade tem atraído pessoas no mundo todo ao unir exercício físico e cuidado com o meio ambiente. [...]

Quando Erik Ahlström, um esportista com mais de 30 anos de experiência, retornou a Estocolmo após 20 anos vivendo em Åre, uma pequena comunidade de esqui no norte da Suécia, ele ficou chocado com a quantidade de lixo que havia na natureza. Foi então que decidiu fazer a diferença e começou a recolher o material enquanto se exercitava, o que ficou conhecido como *plogging*.

"Lembro que não fez grande diferença para ninguém além de mim", recorda Ahlström sobre aqueles dias em 2016. Então, ele convidou seus amigos que amavam a natureza para também coletar o lixo, como ele, e o que aconteceu foi que descobriram uma nova maneira de se exercitar em sintonia com o cuidado com o meio ambiente.

Assim nasceu o *plogging*, que é uma combinação da palavra sueca *plogga* (pegar) e da palavra inglesa *jogging* (correr) e significa correr e pegar lixo, como diz Ahlström, criador do Plogga – uma organização que divulga informações e organiza eventos desse tipo.

[...]



PLOGGING_BAHIA

Homens, mulheres e uma criança, com uniforme de praticantes de *plogging*, coletam lixo em uma praça, usando luva em uma das mãos. Bahía Blanca, Argentina, 2023.

Como se pratica o *plogging*

Ainda que tenha começado usando a corrida como esporte, para praticar o *plogging* não é preciso ser, necessariamente, um corredor. De acordo com o Plogga, isso pode ser feito caminhando, andando de bicicleta, remando, nadando ou praticando qualquer outra atividade física que o indivíduo mais goste.

Quanto ao tempo e a maneira de fazer a prática, cada grupo de *plogging* pode ter uma dinâmica diferente.

Os entrevistados concordam que tudo o que se precisa são bons sapatos para o esporte, luvas de pano ou borracha reutilizáveis e sacolas também de mais de um uso (as *ecobags* são recomendadas por sua durabilidade).

[...]

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

Investigue

Para ampliar seus conhecimentos sobre a modalidade, faça uma pesquisa (relembrando as dicas obtidas na seção **Leitura 1**) visando levantar as seguintes informações: benefícios do *plogging* para a saúde; cuidados durante a prática de *plogging*; dados sobre o impacto do *plogging* no meio ambiente; grupos de *plogging* próximos a você; entre outras curiosidades.

Todas essas informações podem ajudá-lo a praticar o *plogging* regularmente, como uma atividade física ou como lazer, se for de seu interesse. Pense nisso!

Estratégia: Cheque sempre as informações em mais de uma fonte. Seja crítico e verifique as referências em que estão baseadas as informações encontradas.

Tempo para pensar, a chave para criar o *Plogging Bahía*

Em 2020, no início da pandemia da Covid-19, Silvano Polla, professor de Educação Física e salva-vidas da Cruz Vermelha argentina, já estava familiarizado com o que era o *plogging*, mas ainda não havia praticado a modalidade porque não tinha tempo suficiente.

Foi nessa época que um colega o convidou a recolher latas de alumínio para arrecadar fundos para uma fundação. "Comecei a investigar e percebi a amplitude do que estávamos fazendo. Não era apenas correr e coletar, havia muito mais do que latas. A partir daí, tornou-se um hábito e encontramos pessoas que estavam na mesma sintonia que a gente", lembra Polla.

"A pandemia me deu tempo para pensar e refletir. Sempre vi esses resíduos jogados na natureza e sei que é errado, mas nunca fiz nada a respeito", diz o professor de Educação Física.

Então, ele fundou o *Plogging Bahía*, grupo dedicado ao tema, e transformou seu estilo de vida. "Eu costumava consumir muito plástico e jogá-lo fora, tentei reduzi-lo, comecei a separar o lixo e agora tento fazer com que tudo o que consumo seja reciclável. O *plogging* me fez mudar tudo."

[...]

No fim das contas, ao praticar esse esporte, as pessoas não apenas se exercitam e cuidam da saúde. Elas também compartilham, visualizam o problema do desperdício, mudam hábitos e inspiram outras.

O QUE É *plogging*? Como se juntar a essa tendência na próxima vez que sair de férias. **National Geographic Brasil**, 27 fev. 2023.

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

Por dentro do texto

5. **A matéria traz informações sobre o *plogging*. Você já conhecia essa prática? Em que ela consiste?**

6. **Quais benefícios o *plogging* proporciona ao meio ambiente?**

7. **É necessário ser corredor para praticar? Explique.**

8. **Quais são as indumentárias e os instrumentos para a prática do *plogging*?**

5. É uma prática que reúne o pegar (*plogga*) o lixo enquanto se realiza uma corrida (*jogging*), unindo a prática de atividade física ao cuidado com o meio ambiente.

6. Os praticantes recolhem o lixo do percurso em que realizam a corrida, reciclam os materiais encontrados, podendo até transformar seu modo de consumo.

7. Não. O lixo pode ser recolhido durante uma caminhada, natação ou qualquer outra atividade física.

8. Calçados adequados, luvas de pano ou borracha e sacolas reutilizáveis – indicam-se as *ecobags* por terem mais durabilidade.

BORA PRA QUADRA? O *trekking* e o *plogging* na prática

Depois de se aventurar na coleta de informações e na pesquisa sobre o *trekking* e o *plogging* e seus benefícios ao meio ambiente, é hora de vivenciar essas práticas. Para isso, é necessário tomar cuidados consigo escolhendo as indumentárias e os equipamentos apropriados, além de encontrar com seu(sua) professor(a) um local adequado para as práticas, ponderando os riscos e as possibilidades para uma caminhada tranquila, porém desafiadora. Vamos denominar as práticas indicadas nas atividades *trekking*, embora saibamos que serão necessárias várias adaptações para realizá-las efetivamente. Desejamos, no entanto, incentivar a inclusão do termo no repertório dos estudantes e sua consideração como prática corporal possível.

Com o(a) professor(a), você e os colegas podem optar por realizar a atividade dentro da própria escola ou em um ambiente externo – em praças, parques, jardim botânico, horto florestal, entre outros espaços de natureza existentes em sua cidade que contenham trilhas seguras, ou em locais especializados para essas práticas.

Bora pra quadra?. Neste momento, é importante considerar a realidade escolar, adaptando as práticas aos locais disponíveis – dentro ou no entorno da escola ou ainda em saída pedagógica. Se optar por uma saída pedagógica, verifique previamente as dicas e as recomendações de segurança. Lembre-se da autorização dos responsáveis e de levar materiais de primeiros socorros. Conte com outros membros da equipe escolar para acompanhá-los, ajudando na organização. Caso a prática seja realizada na escola, considere todo o espaço disponível, a fim de que os estudantes possam vivenciar o *trekking* e o *plogging* de modo prazeroso. Veja nas orientações específicas do **Suplemento para o professor** indicações para desenvolver um trabalho interdisciplinar. A atividade escolhida deve propiciar sensações positivas aos estudantes, independentemente do local, para que eles possam apreciar essa e outras práticas corporais.

Em ambiente externo

- Considerem praças e parques de sua cidade que tenham preservação ambiental.
- O percurso deve ser previamente conhecido pelo professor ou por um guia.
- Verifiquem a distância e o tempo do percurso, pois pode haver colegas que não estejam acostumados a caminhar por longo tempo.
- Consultem previamente o tipo de terreno da trilha e preparem o calçado mais adequado.
- Atentem às roupas e aos acessórios que serão utilizados durante a prática: blusas leves, bermuda ou calças adequadas para a prática de atividade física, boné (caso seja norma, utilize o uniforme da escola).
- Portem sempre crachás ou etiquetas que contenham seu nome, o nome da escola e telefones para contato, tanto de um familiar quanto da escola.
- Consultem a previsão do tempo, pois, em caso de chuva e frio, recomenda-se o uso de casaco, corta-vento, capa de chuva, entre outros.

Especificamente para o *trekking*

- Verifiquem a existência de locais para parada e descanso.
- Preparem, no dia anterior, a mochila com cantil, protetor solar, repelente e *kit* de primeiros socorros. Coloquem nela apenas o necessário.

Especificamente para o *plogging*

- Não levem mochila: passem previamente o repelente e o protetor solar, pois o percurso a ser escolhido tende a ser menor. Um colega ou agente escolar pode ficar no final do percurso com as garrafas de água dos estudantes. O *kit* de primeiros socorros deve estar próximo ao professor durante o caminho.
- Levem luvas de borracha ou de pano e sacolas reutilizáveis para recolher o lixo com segurança. Cuidado com os materiais cortantes.

Dentro da escola

Na escola, uma opção é organizar, com a ajuda do professor, uma prática parecida com a modalidade *trekking* de velocidade. Também chamada de corrida de aventura, consiste em passar por pontos de controle no menor tempo possível, escolhendo o melhor caminho, com o uso de cartas de navegação e bússolas.

- Dividam-se em quatro grupos, atribuindo uma cor e um nome para cada um.
- Escolham sete localidades da escola para serem os pontos de controle, como quadra, biblioteca, sala de informática, jardim etc.
- Com o professor, desenhem e marquem no mapa a localização desses pontos para facilitar o *trekking*.
- Após a largada, os grupos devem percorrer os pontos de controle no menor tempo possível, comprovando sua passagem por eles com *selfies* em celulares, por exemplo. O grupo deve percorrer os pontos sempre em conjunto.
- Vence o grupo que atravessar o percurso em menos tempo.

Roda de conversa

Ao final da experiência, conversem sobre os pontos seguintes.

- O que cada um achou da vivência do *trekking* e do *plogging*?
- Teve alguma dificuldade durante o trajeto?
- A pesquisa e a construção do guia para novatos ajudaram na vivência?
- Quais foram as implicações dessas práticas para você e para o meio ambiente?

O *hiking* também é uma caminhada na natureza, porém é mais acessível e rápido que o *trekking*. Não dura mais que um dia – sendo considerado um bate e volta na trilha; portanto, não é necessário levar equipamentos para acampamento nem mochilas grandes.

Veja orientações nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

É lógico!

A reflexão final prevê uma avaliação da experiência. As perguntas decompõem o problema em vários aspectos para facilitar a visão das partes e incentivar uma construção mais eficiente do todo.

Recado final

Neste capítulo, você refletiu sobre os cuidados durante a busca de informações na internet e sobre os cuidados consigo e com o meio ambiente durante a realização de uma atividade física. As práticas corporais de aventura representam oportunidades de uso do corpo e do movimento em contato direto com o meio ambiente, em situações que envolvem riscos e desafios, permitindo aos praticantes explorar seus limites corporais no espaço urbano ou na natureza. Antes de praticá-las pela primeira vez, no entanto, é importante realizar uma pesquisa criteriosa, que forneça conhecimentos que gerem experiências prazerosas, seguras e desafiadoras. Esperamos que, agora, você esteja apto a se aventurar!

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

Capítulo 10

DANÇAS URBANAS: RABISCA NO PASSINHO

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo no **Suplemento para o professor**.

Neste capítulo, entraremos no universo das danças urbanas, ou seja, daquelas que tratam das manifestações que emergem do contexto das cidades, em especial de suas zonas periféricas. Nessa categoria, o *hip-hop* e o *funk* assumem grande destaque, com os diferentes estilos de dança que compõem cada um desses movimentos, como *locking*, *popping*, *breaking*, *waacking* e o próprio passinho.
As produções culturais e corporais das danças urbanas surgem, muitas vezes, como forma de resistência; isso porque, com frequência, os jovens que moram nas regiões periféricas das cidades não têm o mesmo acesso aos bens culturais que os jovens das regiões mais privilegiadas. Assim, neste capítulo, por meio de leituras, vivências e produções escritas, além das experiências pessoais dos estudantes, será possível discutir alguns conceitos e valores que fazem parte das danças urbanas. Serão abordadas principalmente as habilidades EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG201, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG601, EM13LGG602, EM13LGG701 e EM13LGG702 da BNCC.

Tá ligado!

Danças urbanas como o passinho podem ser estudadas também em Arte, considerando elementos formais da dança e a contextualização de seus aspectos culturais e sociais.

Biblioteca do professor. Simone Pereira de Sá, em seu artigo "Apropriações *low-tech* no *funk* carioca: a Batalha do Passinho e a rede de música popular de periferia" (**Revista Fronteiras**: estudos midiáticos, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 28-37. jan./abr. 2014), aborda a Batalha do Passinho entre jovens dançarinos do *funk* carioca e a visibilidade conquistada por meio de vídeos postados nas redes sociais.

Sugere-se abordar como dança urbana o passinho, mas é possível selecionar outra dança de maior relevância e significado em seu contexto social.



MARIO TAMA/GETTY IMAGES

Jovens dançando passinho, Rio de Janeiro (RJ), 2014.

As danças urbanas, como o próprio nome sugere, referem-se às manifestações que surgem nas cidades. Misturam elementos sociais, econômicos, políticos e culturais que fazem parte da vida dos jovens, assumindo um caráter identitário e com múltiplos significados para quem está inserido no contexto dessas práticas corporais.

Os movimentos *funk* e *hip-hop* são os principais representantes da categoria de danças urbanas e ilustram como os fatores socioculturais interferem nos processos de criação, transformação e expansão dessas práticas. Os jovens da periferia, que frequentemente não têm acesso a programas de cultura e lazer mais estruturados, não deixam de produzir cultura, expressando nas ruas suas produções artísticas, o que contribui para o surgimento de novas práticas.

Neste capítulo, conheceremos um pouco mais do passinho, uma dança urbana carioca que se origina do *funk* e explora saltos, movimentos rápidos e coordenados com os pés, além de muito estilo. Essa dança foi criada por volta dos anos 2000, nas comunidades do Rio de Janeiro, e tornou-se, para muitos jovens expostos a contextos de violência de diferentes naturezas, uma oportunidade de participar de projetos, eventos e competições; por isso, ela passou a ser símbolo de resistência das comunidades.

E você, já rabiscou no passinho? Que tal conhecer um pouco mais dessa manifestação urbana que tem contagiado tantos jovens pelo país?

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

Leitura

Leia a seguir uma notícia sobre o passinho.

"Passinho": conheça a dança reconhecida como patrimônio cultural imaterial do Rio

Gingado, estilo e coordenação com os pés. São esses os elementos que fazem parte do Passinho, dança que faz parte da cultura do *funk* carioca desde o início dos anos 2000. O Governo do Estado do Rio sancionou na última sexta-feira (15) um projeto de lei que torna o "Passinho" Patrimônio Cultural Imaterial do Rio.

[...]

Para além dos bailes de *funk*, a dança se popularizou quando o grupo "Imperadores da Dança" incluiu o estilo e o levou para batalhas que aconteciam na cena carioca. O Passinho, então, ganhou grandes proporções e teve destaque até na abertura das Olimpíadas do Rio, em 2016.

A história

Uma mistura de *break*, frevo, samba e capoeira. O Passinho também se originou nos bailes realizados no Complexo do Jacarezinho, na zona norte carioca, e, desde 2018, já era reconhecido como patrimônio cultural da capital fluminense.

Em determinado local do baile, os dançarinos se juntavam. Ali, formavam rodas e exibiam suas coreografias individuais. Começava, então, uma competição entre eles, e foi essa disputa que impulsionou o fenômeno nas comunidades cariocas.

[...]

Em 2024, vários grupos de dança alcançaram grande popularidade com o Passinho, frequentemente com vídeos viralizados nas redes sociais. No começo de março, um vídeo postado pelo dançarino Peterson Sidy ganhou destaque nas plataformas *on-line*.

O que se destaca é o "sapateado dos crias", apelido dado pelos internautas para as pisadas marcadas dos dançarinos, que acompanham o ritmo da música.

REIS, Lazuli. "Passinho": conheça a dança reconhecida como patrimônio cultural imaterial do Rio. **O Globo**, Rio de Janeiro, 20 mar. 2024.

Investigue. Discuta com os estudantes o papel da cerimônia de abertura dos Jogos Olímpicos como espaço de visibilidade da cultura de um país. Explique que se trata de um momento que cada sede utiliza para apresentar um pouco dos seus artistas, personalidades e produções culturais, divulgando ao mundo um recorte de seus símbolos. Após os estudantes assistirem aos vídeos, promova uma roda de conversa, procurando enfatizar como o passinho carioca teve destaque em um cenário que representava as comunidades do Rio de Janeiro. A música escolhida para a apresentação foi "Eu só quero é ser feliz", de Cidinho e Doca, interpretada pela cantora Ludmilla. Foi uma apresentação que exaltou o potencial das comunidades das periferias urbanas como produtoras de arte e cultura, dando voz aos milhares de artistas que residem nesses espaços.

Investigue

O passinho foi destaque na cerimônia de abertura dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro em 2016. Que tal assistir a esse momento histórico? Pesquise vídeos na internet para saber como foi essa apresentação, o cenário em que aconteceu, o significado dessa ambientação. Além disso, identifique os movimentos da dança.

Estratégia: Procure assistir a mais de um vídeo da apresentação, pois isso pode trazer detalhes diferentes. Anote as informações pesquisadas para comparar com as respostas de seus colegas em uma roda de conversa.

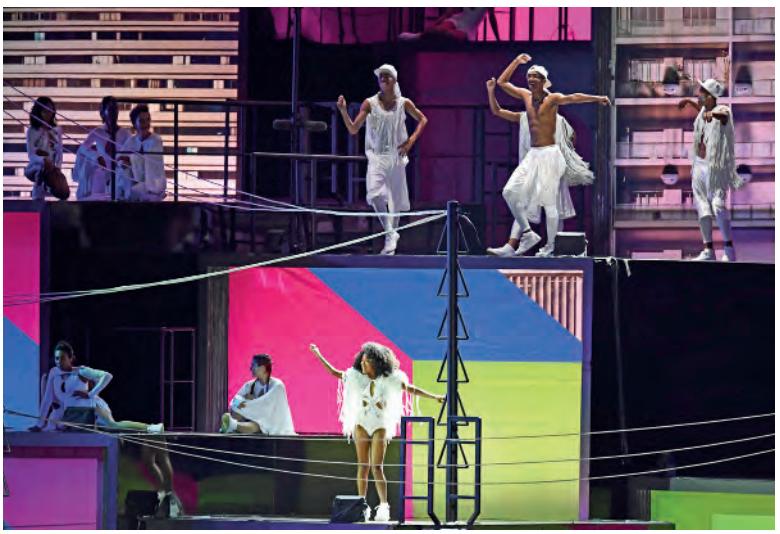
Papo aberto sobre o texto

1. De acordo com as informações do texto, o que levou o passinho a ser reconhecido como patrimônio cultural imaterial do Rio de Janeiro?
2. Quais foram os principais elementos que impulsionaram a disseminação do passinho?
3. Quais outras práticas corporais influenciaram a criação do passinho?

1. O passinho tornou-se um fenômeno cultural significativo como expressão artística dos jovens das periferias da cidade do Rio de Janeiro. Por isso, teve esse reconhecimento.

2. Em um primeiro momento, os dançarinos começaram a se encontrar nos bailes para exibir suas coreografias individuais. Em um segundo momento, iniciaram competições entre si (batalhas), o que impulsionou o fenômeno nas comunidades cariocas. Por fim, as redes sociais assumiram um papel fundamental na viralização das batalhas de passinho, o que favoreceu sua disseminação.

3. A modalidade surgiu de influências do *break*, frevo, samba e capoeira.



FABRICE COFFRINI/AFP/GETTY IMAGES

O passinho apresentado ao mundo na abertura dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro (RJ), 2016.

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

BORA PRA QUADRA? Experimentando o passinho

Mesmo que você nunca tenha dançado passinho, vamos experimentar?

FAIXA DE ÁUDIO Batida de *funk*

Etapa 1 – Elaboração de *playlist*

No universo do *funk*, existem muitas composições inadequadas para serem utilizadas em espaços educativo-formativos, pois podem trazer linguagem imprópria, incitar a violência de diferentes naturezas, a objetificação dos corpos (em especial, o feminino), a sexualização exagerada, entre outros aspectos. Assim, você está convidado a organizar com os colegas uma *playlist* com músicas que fujam desse padrão e que possam ser usadas nas aulas de Educação Física para experimentar o passinho. Na faixa de áudio sugerida, você tem um exemplo de batida de *funk* que serve como ponto de partida de sua pesquisa. Para orientá-la, também observe as seguintes indicações.

1. Formem grupos de cinco ou seis estudantes para iniciar o trabalho de pesquisa. Busquem na internet as músicas normalmente utilizadas nas experimentações e nas batalhas de passinho. Nessa investigação inicial, vocês podem usar as próprias redes sociais e as plataformas de vídeos, o que facilitará a pré-seleção dos materiais.
2. Procurem as composições selecionadas na etapa anterior em plataformas digitais específicas de música. Nesses espaços, é mais fácil encontrar as canções quando você já tem os títulos e/ou o nome dos intérpretes. Além disso, em plataformas específicas, as músicas estarão disponíveis com melhor qualidade sonora.
3. Para cada canção selecionada, produzam uma ficha de catálogo. Nessa ficha, além das informações básicas, como nome da canção, autor e intérprete, façam uma descrição do assunto abordado ou registrem se é apenas instrumental.
4. Compartilhem com os outros grupos sua *playlist*. Isso pode ser feito de maneira presencial ou em um aplicativo de troca de mensagens ou *blog*, por exemplo. Há também a possibilidade de postar diretamente nas plataformas de áudio, aumentando a divulgação da atividade que realizaram.
5. Finalizadas as *playlists*, conversem com o professor sobre a possibilidade de colocá-las para tocar nos horários de intervalo ou em algum espaço de convivência da escola.

Explore os movimentos do passinho previamente para auxiliar os estudantes durante as vivências nas aulas. Há vídeos na internet que podem ajudar nesse momento de estudo inicial e que você pode usar nas aulas, caso considere oportuno. É possível selecionar outros passos além dos que apresentamos aqui. Sugerimos convidar alguém da comunidade ou mesmo um estudante que tenha experiência com essa modalidade para colaborar com a vivência.

A produção de uma *playlist* possibilita aos estudantes compartilhar um pouco do que gostam de ouvir, contribuindo para trabalhar o conteúdo **dança**, que, por vezes, pode apresentar alguma resistência. Também auxilia no compartilhamento e no consumo mais saudável de conteúdos em ambientes digitais, pois, nesta atividade, exige-se que façam a curadoria de letras, assumindo o lugar de protagonistas no decorrer da atividade. Acompanhe de perto todo o processo dessa vivência e ouça as músicas antes de qualquer apresentação.

Etapa 2 – Exploração inicial

Coloquem para tocar as *playlists* produzidas por vocês. Esse é um momento inicial de exploração e troca com os colegas. Espalhados pelo espaço da sala de aula ou da quadra, experimentem algumas combinações de passinho carioca que conheçam. Se houver colegas na turma com experiência na modalidade, apreciem e valorizem esse conhecimento. Nesse momento, não há certo ou errado. Procurem explorar os movimentos de acordo com o que as músicas estão estimulando, mesmo que, a princípio, esses movimentos não sejam, de fato, próprios dessa modalidade de dança.

As danças urbanas têm significativo protagonismo entre os jovens. Permita aos estudantes apresentar o que já conhecem da modalidade e compartilhar esse conhecimento com os colegas de turma. Esse é também um momento de criação. Caso não tenham referências, poderão construir movimentos de acordo com o que sentem que a música pede. Vá fornecendo alguns comandos, estimulando a variedade de movimentos, os planos (baixo, médio, alto), a velocidade, a amplitude etc.

Dica de professor

Durante a realização das pisadas, repita oral ou mentalmente esta sequência: lado – frente – lado – atrás; isso ajuda na coordenação dos movimentos. Acompanhe os passos com uma intensa movimentação de quadril, pois essa é uma característica importante do passinho.

Etapa 3 – Movimentos do passinho

Agora, você vai conhecer especificamente alguns movimentos do passinho. Tente realizá-los a princípio sem música e, depois, deixá-los mais fluidos e conectados com o som.

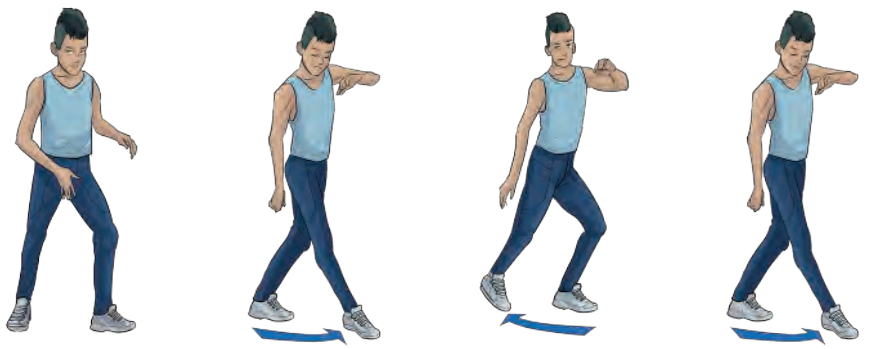
1. **Sabará**: afaste os pés lateralmente (1A). Depois, usando a perna esquerda como apoio, pise para a direita com a perna direita (1B) e, em seguida, à frente do pé esquerdo (1C). Prossiga pisando mais uma vez lateralmente à direita (1D) e finalize com uma pisada atrás da perna esquerda (1E). O passo é formado justamente por essa sequência de pisadas (lado – frente – lado – atrás). Você pode executá-lo tanto com a perna direita quanto com a perna esquerda.

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



1A 1B 1C 1D 1E

2. **Sabará diagonal**: afaste os pés lateralmente, mantendo uma posição neutra, parecida com a posição inicial do sabará (1A). Pise com o pé direito para trás e deslize a ponta do pé esquerdo para a diagonal esquerda (2A). Em um segundo momento, deslize o pé esquerdo para trás e pise com o direito para a frente, apontando para a diagonal esquerda (2B). O tronco também fica levemente direcionado para esse lado. Depois, realize mais uma vez uma pisada para trás com o pé direito (2C) e uma para a frente (2D). Agora é só repetir essa sequência (pisa atrás – pisa à frente) com a perna direita. Atenção para essa execução, pois o pé esquerdo deve sempre deslizar no mesmo sentido do direito, mas sem sair do chão.

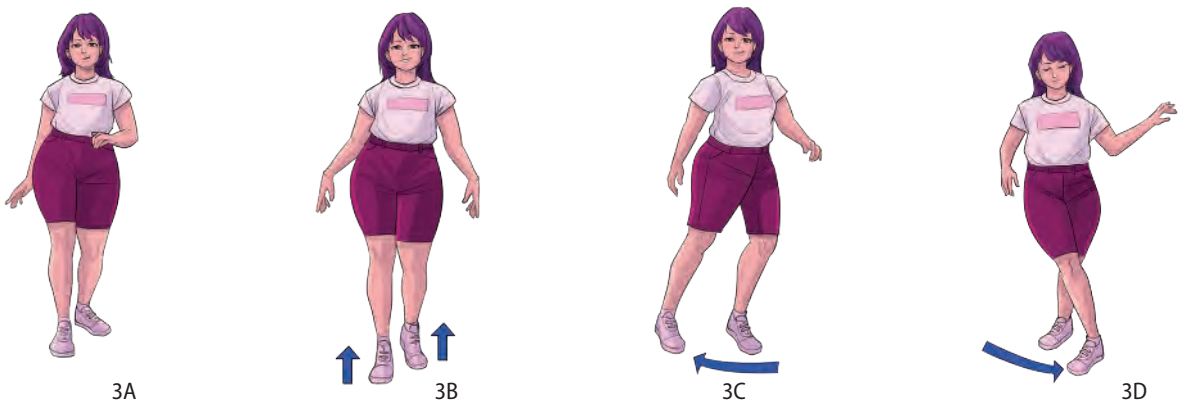


2A 2B 2C 2D

Dica de professor

Assuma o protagonismo da aula, sem receio de errar. Caso tenha dificuldade, peça ajuda ao professor ou aos colegas que tenham mais experiência com a dança. Essa troca entre pares é fundamental para você se sentir confortável em explorar as possibilidades de seu corpo em aceitar os desafios que o passinho apresenta. Explore diferentes amplitudes, alturas e velocidades nos movimentos corporais enquanto dança.

3. **Rabiscado**: coloque o pé direito um pouco à frente do esquerdo (3A). Depois, eleve os pés tirando os calcanhares do chão (3B) e deslize rapidamente o pé direito para a direita (3C) e para a esquerda (3D). A proposta é simular um "rabiscado" no chão com os pés. Com o pé esquerdo, procure acompanhar o mesmo movimento descrito anteriormente, mas sem tirá-lo da posição de trás. Os pés se movimentam no mesmo sentido.



3A 3B 3C 3D

ILUSTRAÇÕES: GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: A BATALHA do passinho: o filme. Direção: Emílio Domingos. Produção: Emílio Domingos e Julia Mariano. Rio de Janeiro: Osmose Filmes, 2012; OLIVEIRA, H. **Apostila de conteúdo e referências para a prova teórica do passinho**. Rio de Janeiro: Sindicato dos profissionais de dança, [*s.d.*].

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

Dica de professor

Esse é um movimento bem vigoroso; então, coloque intensidade em sua execução, deslizando rapidamente de um lado para o outro. Utilize a contagem rítmica (1 a 8 pulsos) durante a realização.

Variação: execute esse mesmo passo, mas agora flexionando levemente os joelhos enquanto desliza no rabiscado. Assim, você conseguirá ampliar ainda mais o seu repertório.

4. **Cruzada para a frente**: o passo começa com os pés ligeiramente afastados (4A). Lance a perna direita para trás e para cima, quase como se fosse um salto (4B). Repare que a perna esquerda (apoio) quase sai do chão. O movimento termina com a perna direita cruzada na parte da frente do corpo tocando o chão com a ponta do pé, enquanto a perna esquerda desliza para trás (4C). Nesse momento, os joelhos ficam levemente flexionados. Repita a mesma sequência com a perna esquerda (movimentos 4D e 4E) e tente realizar essa troca de pernas que cruzam uma na frente da outra de maneira rápida e vigorosa.



4A 4B 4C 4D 4E

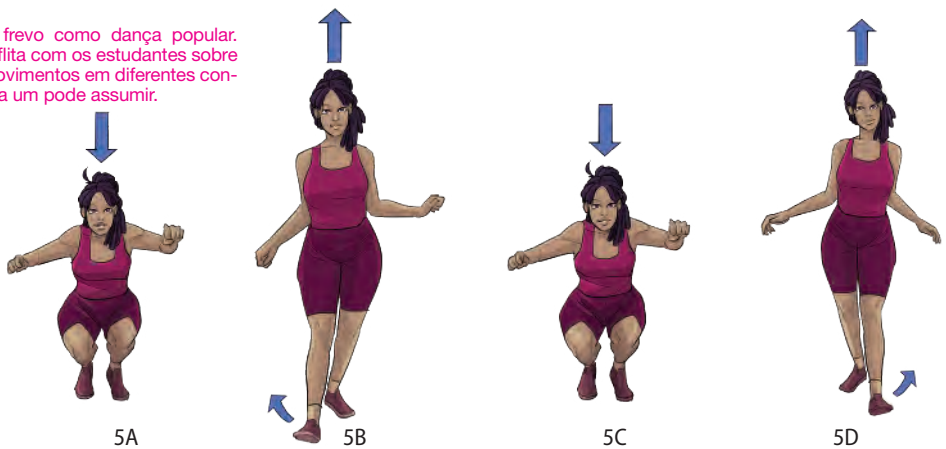
Dica de professor

No movimento **Cruzada para a frente**, seus braços são livres para criar movimentos durante a execução. Tente explorar diferentes planos (alto, médio, baixo), além de palmas, estalar dos dedos, entre outros movimentos.

Variação: essa combinação também pode ser feita para trás. Nesse caso, inicie o passo cruzando a perna esquerda para trás, enquanto a direita vem para a frente. Nessa proposta, você pode ir se deslocando para trás enquanto realiza o passo.

5. **Frevo I**: afaste os pés lateralmente, assumindo uma posição neutra. Agache, procurando manter uma postura equilibrada (5A). Depois, levante rapidamente, apoiando o calcanhar do pé direito à frente do corpo (5B). Realize mais um agachamento (5C) e finalize o passo apoiando, agora, o calcanhar da perna esquerda à frente (5D). Repita a sequência de movimentos (agacha – pisa direita – agacha – pisa esquerda).

Fala aí! No **Capítulo 2**, trabalhamos o frevo como dança popular. Incentive esse intercâmbio de saberes e reflita com os estudantes sobre como a dança proporciona a mistura de movimentos em diferentes contextos, bem como os significados que cada um pode assumir.



5A 5B 5C 5D

ILUSTRAÇÕES: GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: A BATALHA do passinho: o filme. Direção: Emílio Domingos. Produção: Emílio Domingos e Julia Mariano. Rio de Janeiro: Osmose Filmes, 2012; OLIVEIRA, H. **Apostila de conteúdo e referências para a prova teórica do passinho**. Rio de Janeiro: Sindicato dos profissionais de dança, [*s.d.*].

Fala aí!

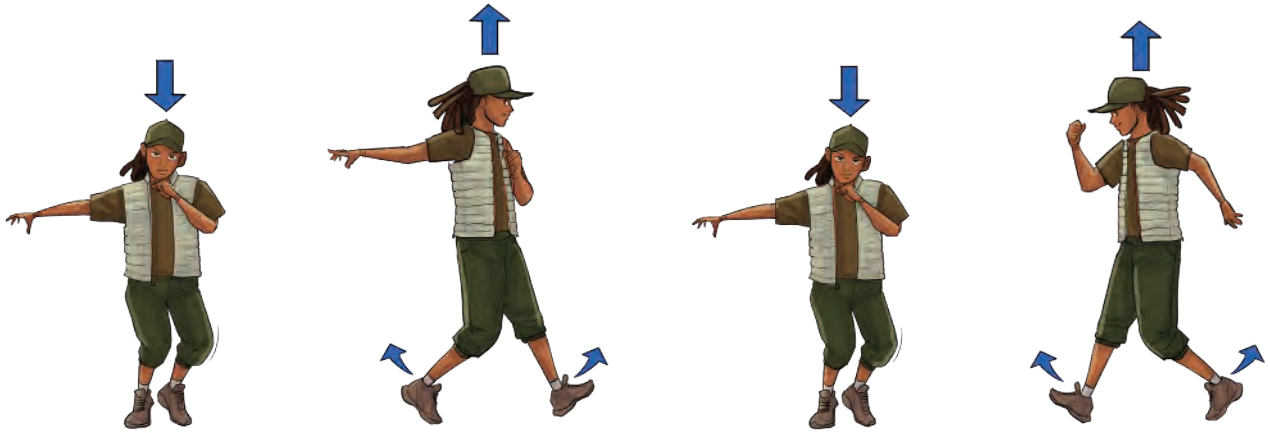
Como você já sabe, o passinho recebeu influências de diferentes manifestações, inclusive do frevo, **prática tratada na Unidade 1, Capítulo 2**. Você conseguiu identificar algumas similaridades nos passos vivenciados? Qual chamou mais sua atenção?

Estratégia: Procure organizar na memória as experiências práticas que você teve nas aulas de passinho a fim de identificar quais delas remetem ao frevo.

6. **Frevo II**: distancie os pés lateralmente, assumindo uma posição neutra. Agache, mantendo uma postura equilibrada (6A). Depois, levante rapidamente, virando o tronco e o quadril para a esquerda, de modo que o pé esquerdo e o direito se afastem

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

lateralmente, acompanhando o mesmo sentido do movimento (6B). Realize mais um agachamento (6C) e finalize executando o movimento de tronco e das pernas, mas, agora, para a direita (6D). Repare que, durante as transições B e D, as pontas dos pés e os calcanhares tocam o chão, além de indicarem o sentido do movimento.



6A 6B 6C 6D

ILUSTRAÇÕES: GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: A BATALHA do passinho: o filme. Direção: Emílio Domingos. Produção: Emílio Domingos e Julia Mariano. Rio de Janeiro: Osmose Filmes, 2012; OLIVEIRA, H. **Apostila de conteúdo e referências para a prova teórica do passinho**. Rio de Janeiro: Sindicato dos profissionais de dança, [*s.d.*].

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

Etapa 4 – Batalha de passinho em rede

Agora que você e os colegas já tiveram algumas experiências com o passinho, que tal organizar uma batalha da modalidade? Vocês deverão elaborar coreografias e produzir videoclipes com elas. Depois, vão apresentar sua produção para a turma e/ou para a comunidade em formato de batalha, ou seja, uma competição entre os grupos. Para tanto, sigam as próximas orientações de trabalho.

1. Dividam-se em grupos de seis integrantes, em média.
2. As coreografias de passinho devem ter aproximadamente um minuto e meio de duração.
3. Selecionem passos que aprenderam anteriormente e pesquisem no mínimo mais três novos. Para a aprendizagem dos movimentos novos, utilizem também plataformas de vídeos e redes sociais.
4. Para a montagem das sequências de passos, procurem começar com aqueles que consideram mais simples, considerando as características de seu grupo, padronizando a quantidade de vezes que cada movimento será executado. Por exemplo: oito sabarás; oito rabiscados; oito cruzadas para a frente; oito frevos; seis passos novos.
5. Pensem nas formações que irão assumir no decorrer da coreografia (círculo, meia-lua, em V, entre outras), nos deslocamentos e nos planos (baixo, médio e alto) que podem explorar.
6. Coloquem pelo menos um salto e um giro e pensem em uma pose inicial e outra final para a composição.
7. Depois que a coreografia estiver pronta, façam um videoclipe para ser compartilhado nas redes sociais ou no *blog* da escola. Vocês podem utilizar ferramentas e aplicativos gratuitos de edição. É importante terem autorização prévia para a realização dessa etapa.
8. Antes da postagem, exibam os vídeos para a turma e criem *hashtags* que representem o trabalho produzido, por exemplo, #passinhonaescola, #aprendendopassinho, entre outras. Utilizem a criatividade e pensem em como trazer para as *hashtags* elementos próprios do seu grupo.

É lógico!

A montagem de uma sequência coreográfica pressupõe a definição prévia de critérios. É preciso selecionar e avaliar a viabilidade de cada movimento, o que explora a capacidade de abstração. O resultado é um algoritmo, com uma sequência de instruções para efetivação do conjunto planejado.

Dica de professor

Os três planos ou níveis da dança referem-se basicamente à altura em que cada movimento é realizado. O **baixo** diz respeito àqueles desenvolvidos mais próximos ao solo; o **médio**, aos que acontecem na altura média do corpo, atuando principalmente como ligação entre os outros dois; e, por fim, o **alto** inclui os saltos, as elevações, os lançamentos etc. As variações de plano enriquecem a coreografia, pois trazem mais diversidade visual para a apresentação.

9. Definam os critérios para a avaliação do grupo vencedor da batalha.

10. Caso seja mais viável, as coreografias podem ser apresentadas ao vivo na escola, em vez da publicação dos videoclipes. Avaliem com o seu professor qual é a melhor estratégia.

Caso não seja possível utilizar ferramentas digitais, a atividade pode ser realizada como um evento na escola. Monte um júri e realize a batalha de forma presencial. O formato digital seria justamente para remeter ao papel que as redes sociais tiveram na disseminação e na ampliação do passinho pelo país, mas a realidade de cada instituição escolar precisa ser considerada em seu plano de atividades.

Roda de conversa

Roda de conversa. Crie um ambiente acolhedor para que os estudantes consigam falar sobre suas dificuldades, e também sobre como evoluíram no decorrer das aulas. Destaque que as características individuais trazem diversidade para uma mesma execução; portanto, todos podem criar um estilo próprio. As danças urbanas permitem que os dançarinos sejam valorizados e reconhecidos por sua liberdade criativa e pelos elementos pessoais que conseguem imprimir à prática.

Converse com o professor e com os colegas sobre como foram as vivências com o passinho carioca. Use as seguintes questões norteadoras.

- O passinho é uma dança rápida ou lenta? Quais dificuldades isso trouxe?
- Você se sentiu desafiado durante as aulas?
- Como foi sua evolução?
- Você consegue ensinar algum dos movimentos que aprendeu?

E SE A GENTE... FIZESSE UM *POST*-PROTESTO

CULTURA DIGITAL **DIREITOS DAS CRIANÇAS E DOS ADOLESCENTES**

Os textos a seguir são fragmentos, respectivamente, de uma reportagem e de um artigo científico que abordam um tema em comum. Leia-os com atenção.

Investigue

Você já conhecia o passinho? Em sua região, há algum grupo ou pessoas que praticam essa modalidade de dança? Procure saber se há grupos próximos a você ou à sua comunidade que praticam o passinho ou outra dança urbana.

Estratégia: Forme grupos com colegas por bairros, assim vocês podem investigar diversas regiões da cidade. É importante visitar centros comunitários, casas de cultura ou espaços similares, que normalmente oferecem diferentes atividades voltadas especialmente para jovens.

Investigue. Caso não seja viável a divisão por bairros, organize uma consulta prévia ao centro cultural do município para saber se há atividades voltadas às danças urbanas. Em caso positivo, você pode organizar uma visita a esse espaço, estimulando a comunidade a usufruir o que é ofertado pela cidade. Outra possibilidade é convidar grupos que praticam essa modalidade de dança para uma apresentação na escola.

Texto 1

Preconceito e falta de oportunidades fazem dançarinos de *hip-hop* trocarem Brasil pela Europa

[...]

"Há pelo menos uns 30 brasileiros que eu conheço que estão em vários países europeus", afirma o ***B-boy*** Dinho, radicado há três anos na França. Com 17 anos de carreira, ele trocou Curitiba por Marselha, onde, além de dar aulas para crianças, participa de ***castings*** para competições e companhias de dança.

"Aqui na França tem muito suporte, tanto das famílias quanto do governo, nos espaços públicos. No Brasil, a maioria (dos dançarinos) ainda é muito discriminada. Tem muito preconceito por parte dos familiares e do próprio governo. Acham que é vandalismo, coisa de maloqueiro, de vagabundo", diz. "No Brasil, muitas vezes já aconteceu de sermos parados pela polícia por estarmos dançando nas ruas. 'O que vocês estão fazendo?', 'vocês são marginais'. Era um julgamento precoce", afirma.

A opção do paranaense pela França foi por ter encontrado uma infraestrutura e apoio. Depois dos Estados Unidos, onde o *hip-hop* despontou, a França é considerada um dos países com grande tradição e incentivo ao *breakdance* ou *breaking*, denominação preferida dos praticantes.

"Na França, há atendimento médico, nutricionista e o suporte importante da família. Se um pai vê o filho dançar no palco, vai se sentir orgulhoso", comenta.

Atualmente, Dinho dá aulas de *breaking* para crianças em academias e também faz trabalhos de *casting*, relacionados à dança ou à moda. "Aqui sempre tem audições para companhias, mas o foco principal é para competições", afirma.

Vencedor de muitas competições no Brasil e na Europa, como na França e Luxemburgo, Dinho reconhece que às vezes é muito difícil tomar a decisão de deixar o Brasil. "[...] é um desafio muito grande", garante.

RFI – Rádio França Internacional. Preconceito e falta de oportunidades fazem dançarinos de *hip-hop* trocarem Brasil pela Europa. **Esportes em Foco**. 18 mar. 2019. Disponível em: https://www.rfi.fr/br/esportes/20190315-esporte-break-dance. Acesso em: 16 maio 2024.

B-boy: forma abreviada de *break boy* ou *beat boy* criada nos anos de 1970 em referência aos dançarinos de ritmos ligados ao movimento *hip-hop*.

Castings: processos de pré-seleção de ator, dançarino e figurante para a produção de programas, séries, filmes ou peças.

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

Texto 2

A importância das Políticas Culturais na vida de crianças e jovens: o movimento de dança "Passinho"

A garantia do acesso dos cidadãos, sobretudo as crianças e os jovens, ao direito à cultura, assegurado pela Constituição Federal de 1988, é de fundamental importância. Precisamos fazer valer esse direito para que todos possam desenvolver suas capacidades.

Há que se voltar os olhos para os territórios periféricos e enxergar principalmente as potências e não focar somente nas carências.

O caso do Passinho é emblemático e interessante. Começou como uma brincadeira descompromissada de jovens nos bailes *funk* das favelas, depois nas redes sociais. Passou a ser reconhecido como expressão artística oriunda das comunidades cariocas. Acabou se difundindo e se impondo no país e no mundo, levando os dançarinos a lugares nunca antes imaginados por eles.

[...]

A expressão artística de dança urbana Passinho é um fenômeno que valoriza a cultura territorial autônoma, emergindo de uma parte, quase sempre, **alijada** da sociedade, além de promover a inclusão de crianças e jovens.

Alijada: excluída, afastada.

Isso vem demonstrar que práticas artísticas, como o Passinho, alargam os horizontes, oferecem mais oportunidades às crianças e jovens, que encontram nessa atividade artística uma forma de trabalho, lhes possibilitando a mobilidade social, além do reconhecimento pela sua comunidade, lhes dando a sensação de pertencimento e de [fazer] parte da sociedade, que passou a olhá-los com admiração, em vez de medo, resgatando, desse modo, sua autoestima.

SILVA, Marilda Samico da. A importância das Políticas Culturais na vida de crianças e jovens: o movimento de dança "Passinho". *In*: CABRAL, Eula Dantas T. (org.). **Comunicação, cultura e informação em perspectiva**. Divinópolis (MG): Meus Ritmos, 2020. p. 213.

Após a leitura dos textos, é possível identificar que os praticantes das danças urbanas ainda enfrentam muito preconceito, justamente pelo fato de essas danças surgirem da expressão de jovens da periferia. Essas origens, que misturam aspectos sociais, raciais e culturais, evidenciam a marginalização do conhecimento que é produzido fora dos chamados espaços tradicionais, como escolas e universidades.

- Por que a produção cultural da juventude ainda encontra obstáculos para ser legitimada?
- Por que as comunidades ainda são vistas como um espaço reprodutor apenas de violência?
- Por que o jovem da periferia enfrenta tantas barreiras para ocupar os espaços públicos das cidades?
- Como as aulas de Educação Física poderiam contribuir para desconstruir esses preconceitos?

Com base nas leituras, nos questionamentos e nas vivências com o passinho durante as aulas, elabore um *post*-protesto que auxilie na compreensão do que são danças urbanas, destacando sua importância para a autoestima dos jovens, em particular os das periferias, e como elas podem ser um elemento de resistência.

Assuma o papel de protagonista na vida pública de sua comunidade, utilizando as redes sociais como ferramenta de apoio para formar a opinião sobre essa modalidade de dança.

Fique atento às etapas de produção.

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

Momento de planejar

Liste os tópicos que pretende abordar em seu texto. Você pode utilizar referências pessoais e informações obtidas nas leituras indicadas, além de aprofundar seus conhecimentos por meio de pesquisas em fontes confiáveis. O gênero textual *post* permite a inclusão de *links*, fotografias, vídeos, *gifs* e outras formas de linguagem. Avalie essa possibilidade.

Caso não seja possível postar os textos em plataformas digitais, os materiais podem ser impressos e expostos na escola, seguindo a mesma ideia de protesto em defesa do passinho.

Momento de elaborar

Inicie sua produção contextualizando o passinho carioca e apresentando suas principais características. Depois, indique os pontos que gostaria de destacar em defesa dessa modalidade como uma manifestação artística, cultural e de resistência. Você pode trazer dados estatísticos sobre a violência nas periferias, além de considerar questões raciais, econômicas, culturais e sociais na construção de seu texto. Não se esqueça de citar as fontes dos dados.

Os *B-boys* e *B-girls*, como são chamados os atletas da modalidade, enfrentam-se em batalhas de dança de 45 segundos. A música não é conhecida previamente pelos atletas; com isso, exige-se grande capacidade de improvisação dos competidores. Ao final, os juízes avaliam quesitos como criatividade, técnica, diversidade de movimentos e declaram um vencedor. Na avaliação, não há notas, diferentemente do que acontece em modalidades mais tradicionais, como a ginástica. Os atletas dedicam muitas horas do seu dia a treinamentos específicos de sua modalidade, além de fazerem musculação e outras atividades de fortalecimento e de recuperação, no caso de lesões. Trata-se de uma vida muito regrada e com muitas renúncias. Além disso, os atletas normalmente se aposentam jovens, pois seu rendimento diminui conforme envelhecem, o que requer bastante planejamento financeiro para viverem bem após encerrarem a carreira.

Momento de postar

Após o professor ler seu texto e indicar possíveis correções, será o momento de postá-lo. Defina com ele qual será a plataforma a ser utilizada para a publicação do material. *Blogs*, redes sociais da escola e páginas previamente autorizadas podem ser algumas opções. Compartilhe com os colegas suas produções e auxilie na construção da opinião pública sobre como práticas da periferia também são conhecimentos relevantes para toda a sociedade.

TRABALHO E JUVENTUDES

Para os Jogos Olímpicos de Paris em 2024, o *breaking*, dança urbana do movimento *hip-hop*, foi incluído como uma das novas modalidades do quadro de competições. É importante destacar que a "esportivização" de práticas corporais como a dança pode impactar a modalidade. Embora essa popularização amplie sua divulgação pelo mundo, toda sua construção histórico-social, sua expressividade artística e sua liberdade criativa podem ser deixadas em segundo plano. Dessa forma, é preciso fazer uma análise crítica dessa inclusão e não desconsiderar os significados das danças urbanas nos contextos em que surgem e se reproduzem.

Um dos atletas que tentou vaga para os Jogos Olímpicos de Paris em 2024 pela seleção brasileira foi o Kley, *B-boy* paraense. No entanto, nenhum atleta do Brasil conseguiu vaga para os jogos. Que tal conhecer um pouco mais sobre a competição? Para isso, faça uma pesquisa orientada pelas perguntas a seguir.

- Como ocorrem as disputas nos Jogos Olímpicos?
- Quanto tempo um atleta dessa modalidade precisa dedicar semanalmente aos treinos?
- Com quantos anos aproximadamente esses atletas se aposentam?
- Você já considerou a possibilidade de se tornar um atleta olímpico? Em caso afirmativo, em qual modalidade?



EZRA SHAW/GETTY IMAGES

Atleta japonesa de *breaking* se apresenta na Praça da Concórdia, durante a Olimpíada de Paris 2024.

Recado final

Neste capítulo, você foi convidado a conhecer e vivenciar as danças urbanas. Essas danças normalmente são atravessadas por diferentes questões sociais, assumindo, por vezes, um caráter de resistência, pelo reconhecimento do jovem da periferia como protagonista na produção artística e cultural de nosso país e do mundo. Você também foi convidado a participar de experiências criativas com um ritmo contemporâneo genuinamente brasileiro, expressão de jovens de comunidades locais no espaço público. Por fim, teve a oportunidade de atuar para dirimir preconceitos e processos discriminatórios que ainda estão presentes na apropriação das danças urbanas. E, então, gostou de todas essas experiências?

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

4. Resposta pessoal. Incentive os estudantes a compartilharem saberes e experiências. Pode-se recomendar algumas práticas como: verificar as configurações de privacidade das redes sociais utilizadas, o que ajuda a limitar quem pode visualizar determinadas informações e conteúdos; antes de fazer uma publicação, avaliar que informações serão expostas; não compartilhar informações como endereço e número de documentos pessoais; bloquear e denunciar usuários que tenham atitudes invasivas ou agressivas.

Superexposição na internet

Leia as orientações específicas para o **Suplemento do professor**.



SEVENTYFOUR/SHUTTERSTOCK

Jovens tirando uma *selfie*. 2022.

As pessoas adoram postar nas redes sociais fotografias de sua rotina, de seus *hobbies* e dos lugares que costuma frequentar, entre outros conteúdos. Mas, ao fazer isso, podem expor, sem querer, informações pessoais.

Por exemplo, a imagem de alguém vestindo o uniforme escolar ou vídeos mostrando a rotina podem revelar informações importantes, como o local onde a pessoa estuda, os lugares que frequenta ou de quem está acompanhada. Depois de divulgadas na internet, essas informações podem ser usadas por pessoas mal-intencionadas para a prática de diversas ações ilícitas. Uma delas é o *stalking*, ato de perseguir constantemente uma pessoa, no ambiente digital ou em qualquer outro meio, restringindo sua liberdade e ameaçando sua integridade física ou psicológica.

Outro exemplo de ato ilícito facilitado pela divulgação excessiva de informações é o roubo de identidade. Nesse caso, são usadas informações como nome completo e senhas de redes sociais para criar perfis falsos e, por exemplo, aplicar golpes em pessoas conhecidas da vítima.

5. Resposta pessoal. Os estudantes podem sugerir que são amigos que se encontram em um local público, como uma praça.

Nem sempre é possível controlar quem terá acesso às informações que divulgamos na internet. Uma dica é sempre se perguntar antes de fazer uma publicação: "O que essa postagem revela sobre mim? Essas informações podem ser usadas de modo negativo por outras pessoas?".

3. O *stalking* é facilitado pela superexposição nas redes sociais. Quando a vítima divulga, por exemplo, informações sobre sua rotina ou lugares que ela frequenta, pode facilitar o rastreamento por parte do agressor.

Vamos pensar nisso?

1. Respostas pessoais.

1. Você costuma fazer publicações em redes sociais? Se sim, que tipo de conteúdo compartilha?
2. Suas postagens estão disponíveis para visualização pública? Você acha que elas podem ser usadas por pessoas desconhecidas? 2. Respostas pessoais.
3. Como a divulgação de uma fotografia com o uniforme escolar ou de um vídeo da rotina, por exemplo, pode fazer alguém ser de *stalking*?
4. Converse com os colegas e o professor: quais ações você pode tomar para evitar se tornar vítima de superexposição na internet?
5. Observe a imagem que acompanha esta seção. Imagine que ela foi publicada em uma rede social. Observando-a com atenção, o que é possível saber ou deduzir a respeito das pessoas retratadas nela?
6. Se você utiliza redes sociais, faça o seguinte exercício: analise seu perfil e suas últimas publicações, e registre informações pessoais que podem ser descobertas por meio desses conteúdos. Se você não tiver conta em redes sociais, reúna-se com um colega que tenha para analisarem a conta dele. Depois, com toda a turma, discutam se alguém pode estar se expondo em excesso nas redes sociais.
7. *Sites* de jogos *on-line* são muito populares. Que cuidados os jogadores devem tomar para garantir que sua privacidade e suas informações pessoais estejam seguras? Façam uma breve pesquisa.

6. Resposta pessoal. Oriente os estudantes a considerarem se estão se expondo demais nas redes sociais com base nos riscos que as informações compartilhadas podem trazer.

Conectar e transformar

Esta atividade poderá ser realizada com o professor de Arte e de Língua Portuguesa.

Você e os colegas discutiram superexposição na internet, especialmente nas redes sociais. Agora, com base no que conversaram, vão realizar uma encenação de enfrentamento a situações decorrentes da vulnerabilidade pelo excesso de exposição nas redes sociais. Para isso, vocês deverão pesquisar situações de *stalking* de atletas.

7. É essencial verificar a confiabilidade do *site*, checando selos e informações de contato que indiquem sua autenticidade e observando se o endereço eletrônico utiliza "HTTPS", o que indica a segurança da conexão. Também é necessário avaliar se as informações solicitadas pelo *site* são realmente necessárias para o jogo: algumas plataformas exigem nome completo e endereço residencial, ou até mesmo convida os usuários a se exporem pela câmera. Por isso, além de verificar a confiabilidade do *site*, é fundamental evitar exposições que causem risco à segurança pessoal e à privacidade.

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

Infelizmente esses casos são muito comuns, envolvendo violência de gênero contra mulheres no contexto esportivo em geral ou jogadores de futebol, por exemplo, depois de partidas com resultados que desagradam os torcedores. Pesquisem exemplos reais, escolham um deles e reflitam sobre possíveis formas de enfrentamento à situação escolhida. Elejam uma forma de enfrentamento para ser encenada e ensaiem-na, deixando finais alternativos ao público para que este participe, escolhendo entre as opções e discutindo os caminhos propostos.

A encenação será apresentada para outras turmas e poderá ser gravada e disponibilizada para toda a escola. Para realizar o trabalho, considerem as etapas a seguir.

Bora pesquisar

Reúna-se com os colegas para relembrarem e registrarem o que já sabem sobre superexposição e *stalking*, e que pode ser explorado na encenação.

Com a ajuda do professor, organizem-se em grupos e busquem mais informações sobre o assunto, além das notícias que podem inspirar as situações dramatizadas. Vocês podem fazer pesquisas para responder às seguintes perguntas.

- Como a superexposição em redes sociais pode impactar nossa vida?
- A superexposição em redes sociais pode influenciar nossa saúde física e mental? De que forma?
- Que tipo de informações pessoais devemos evitar compartilhar em redes sociais?
- Além do *stalking* e do roubo de identidade, quais outros riscos estão associados à superexposição em redes sociais?
- Quais ações contribuem para evitar riscos associados à superexposição na internet?
- Como agir ao ser vítima de *stalking*, roubo de identidade ou outros crimes similares?

Utilizem fontes de informação confiáveis, como *sites* governamentais e de universidades. Registrem as principais descobertas e ideias para a encenação que surgirem durante a pesquisa. Depois, reúnam-se com o professor para discutir os registros.

Para buscar inspirações, com a ajuda do professor, pesquisem e assistam a algumas encenações. Registrem aspectos que possam ajudá-los na criação da encenação da turma, por exemplo: como o tema é abordado pela encenação? Há música e efeitos sonoros? Como é a iluminação, o cenário, os figurinos? Como são explorados os movimentos corporais e as expressões faciais? Como é a entonação, o volume da voz e a articulação das palavras pelos atores?

Para os figurinos, cenários e outros elementos visuais, recorram a obras artísticas, como pinturas ou fotografias, que podem lhes servir de referência.

Bora planejar

Definam o aspecto do tema que será abordado na encenação, como *stalking* ou impactos da superexposição sobre a saúde mental, buscando propor os cuidados e as soluções que vocês encontram em suas pesquisas.

Elaborem um roteiro que apresente a introdução, o desenvolvimento e os possíveis desfechos da história. Incluam descrição das cenas, falas das personagens e outras informações que considerarem importantes. Verifiquem se a mensagem que desejam transmitir com a encenação está clara e se ela está adequada ao público-alvo: estudantes de outras turmas.

Decidam quem vai interpretar cada papel e distribuam as demais responsabilidades de cada um: dirigir a cena, criar o cenário, preparar o figurino, cuidar da sonorização e da iluminação, gravar a encenação etc.

Bora construir

Com a ajuda do professor, realizem ensaios. Se necessário, façam ajustes no roteiro para a dramatização ficar clara, impactante e adequada ao público pretendido.

Definam com o professor a data e o local da encenação e quais turmas serão convidadas a assistir. Se optarem por gravar a encenação, providenciem os equipamentos necessários.

Bora compartilhar

Na data e local combinados, realizem a encenação de acordo com o planejado. Ao final, vocês podem conversar com o público sobre o tema.

Caso a dramatização tenha sido gravada, editem o material, com a ajuda do professor, usando um editor de vídeo. Vocês podem pedir autorização e divulgar o vídeo para toda a comunidade escolar. Dessa forma, estarão contribuindo para conscientizar mais pessoas sobre os riscos da superexposição nas redes sociais.

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

UNIDADE
3

CORPO QUE PERFORMA E SE CUIDA



Estudantes se alongando durante aula. Tangará da Serra (MT), 2018.

Que atividades você considera importantes para sua saúde? Elas incluem algum esporte?

Nesta unidade, você vai conhecer mais sobre algumas modalidades esportivas, refletir sobre as categorias esportivas mais presentes em seu cotidiano e participar de um festival de esportes, além de problematizar as semelhanças e diferenças entre o jogo e o esporte. Vai conhecer mais sobre a ginástica, refletir sobre a saúde do jovem brasileiro e pensar o uso das capacidades motoras durante a realização de alguns exercícios. Também vai discutir conceitos de padrão de beleza e gordofobia. Por fim, vai analisar a função do grito nas práticas corporais, especialmente na arte marcial *kendo*. Pronto para aprender mais sobre o corpo que performa e se cuida?

LUCIANA WHITAKER/PULSAR IMAGENS

De acordo com a BNCC, no Ensino Médio, além da experimentação de novas possibilidades oferecidas pelas práticas corporais vivenciadas no Ensino Fundamental (jogos e brincadeiras, esportes, danças, lutas, ginásticas e práticas corporais de aventura), devemos desafiar os estudantes a refletirem sobre elas de modo a ampliar seus conhecimentos a respeito dos limites e das possibilidades do corpo, bem como dos valores subjacentes a essas práticas, contribuindo para a construção do projeto de vida.

Neste capítulo, no campo de atuação na vida pública, dialogamos com a experiência de participação política, com ênfase em um conjunto de habilidades que se relacionam com análise, discussão, elaboração e desenvolvimento de propostas de ação e de projetos culturais e de intervenção social. Como consequência, os estudantes terão subsídios para analisar políticas públicas.

Eles serão convidados a refletir sobre as possibilidades de utilização dos espaços públicos e privados que frequentam para o desenvolvimento de práticas corporais, inclusive as aprendidas na escola, de maneira a exercer sua cidadania e seu protagonismo comunitário. Esse conjunto de experiências, além de desenvolver o autoconhecimento e o autocuidado com o corpo e com a saúde, a socialização e o entretenimento, favorece o diálogo com as demais áreas do conhecimento, ampliando a compreensão dos estudantes a respeito dos fenômenos da gestualidade e das dinâmicas sociais associadas às práticas corporais.

Diante dessa perspectiva, neste capítulo, serão trabalhadas as habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG305, EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 da BNCC.

Capítulo 11

TEM ESPORTE NA MINHA COMUNIDADE?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo no **Suplemento para o professor**.

Se você prestar atenção nos esportes praticados em sua cidade ou em seu bairro, vai notar o predomínio de algumas modalidades. Em geral, em virtude de sua popularidade no país, se percorrermos os bairros da cidade, é muito mais provável que identifiquemos espaços para a prática de futebol ou futsal do que para basquete ou tênis, por exemplo.

Apesar do predomínio de alguns esportes, o leque de modalidades esportivas existentes, como veremos neste capítulo, é consideravelmente amplo. Você saberia dizer os motivos que levam à hegemonia de alguns esportes em detrimento de outros? Será que esse "monopólio" atende aos interesses e às reais necessidades da comunidade? No decurso deste capítulo, por meio de vivências e atividades, teremos mais elementos para abordar essas e outras questões.



ANTON VIERIETIN/SHUTTERSTOCK

Atletas de diversos esportes.

Leitura 1

O texto a seguir auxilia na compreensão da pluralidade de modalidades esportivas e de como a diversidade de lógicas estruturais dessas práticas impacta nos gostos, nos interesses e nas necessidades dos estudantes e da população de maneira geral. Conhecer o modelo de classificação apresentado no texto é importante para que os estudantes analisem suas experiências com o esporte e a veiculação social dessas práticas, uma vez que lhes oferece ferramentas para a formação de consciência crítica e para a atuação política.

O texto a seguir foi extraído da **BNCC**. Além de conceituar esporte, apresenta uma forma de organização do esporte com base em um modelo de classificação. Leia-o atentamente.

Modelo de classificação dos esportes

[...] O **esporte**, como uma das práticas mais conhecidas da contemporaneidade, por sua grande presença nos meios de comunicação, caracteriza-se por ser orientado pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regido por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição. No entanto, essas características não possuem um único sentido ou somente um significado entre aqueles que o praticam, especialmente quando o esporte é realizado no contexto do lazer, da educação e da saúde. Como toda prática social, o esporte é passível de recriação por quem se envolve com ele.

[...]

Para a estruturação dessa unidade temática, é utilizado um modelo de classificação baseado na **lógica interna**, tendo como referência os critérios de cooperação, interação com o adversário, desempenho motor e objetivos táticos da ação. Esse modelo possibilita a distribuição das modalidades esportivas em categorias, privilegiando as ações motoras **intrínsecas**, reunindo esportes que apresentam exigências motrizes semelhantes no desenvolvimento de suas práticas. Assim, são apresentadas sete categorias de esportes [...]:

Embora esse modelo esteja inserido na BNCC desde os Anos Iniciais do Ensino Fundamental, sua compreensão não é uma tarefa simples. Assim, é importante pôr ênfase nessa leitura e nas atividades para que os estudantes se apropriem da proposta e tenham a possibilidade de adotá-la oportunamente para avaliar as políticas públicas relacionadas ao esporte em seu entorno.

BNCC: abreviação de Base Nacional Comum Curricular. Trata-se de um documento normativo – elaborado pelo Ministério da Educação em parceria com outras entidades educacionais – que define o conjunto de aprendizagens essenciais que todos os estudantes brasileiros devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica. Sua versão mais atualizada foi publicada em 2018

Lógica interna: características próprias da modalidade esportiva e das ações demandadas por ela.

Intrínsecas: que fazem parte, que são essenciais.

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

Caso os estudantes tenham dificuldade para entender a expressão, explique que a lógica interna do basquete, por exemplo, prescreve, entre outros aspectos, que essa é uma modalidade coletiva e demanda que os integrantes de uma mesma equipe joguem de maneira colaborativa.

- **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.).
- **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.
- **Técnico-combinatório:** reúne modalidades nas quais o resultado da ação motora comparado é a qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios (ginástica artística, ginástica rítmica, nado sincronizado [atualmente, nado artístico], patinação artística, saltos ornamentais etc.).
- **Rede/quadra dividida ou parede de rebote:** reúne modalidades que se caracterizam por arremessar, lançar ou rebater a bola [ou outro implemento] 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.
- **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.).
- **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 defendido 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.).
- **Combate:** reúne modalidades caracterizadas como disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa (judô, boxe, esgrima, *tae kwon do* etc.).

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**: educação é a base. Brasília, DF, 2018. p. 215-216. . [Título do texto atribuído pelos autores.]



KIRBY LEE/GETTY IMAGES

Aleesa Samuel vence os 100 metros com barreiras feminino durante o Brooks PR Invitational, em junho de 2024, em Renton, Washington.



SRDJAN STEVANOVIC/GETTY IMAGES

Equipe da Grécia de nado artístico no Campeonato Europeu de Esportes Aquáticos de 2024, em Belgrado, Sérvia.

OBJETO DIGITAL
Vídeo: Classificação dos esportes

Papo aberto sobre o texto

1. **Considerando as categorias apresentadas no texto, responda às atividades a seguir.**
   a. Quais esportes você já praticou? Em quais categorias eles se enquadram?
   b. Quais são as categorias de esportes mais presentes em seu cotidiano (como praticante, espectador ou consumidor)? Quais motivos você identifica como responsáveis pelo predomínio de alguns esportes em detrimento de outros?
   c. Quais das categorias de esportes você já vivenciou em seu histórico de aulas de Educação Física? Gostaria de vivenciar outras categorias?

1. a. Resposta pessoal.

1. b. Resposta pessoal. A tendência é que haja predominância dos esportes de invasão e os de rede/quadra dividida. Ajude os estudantes a perceberem que muitos motivos estão ligados à monocultura esportiva do país, centrada no futebol.

1. c. Resposta pessoal. Com base nas respostas, discuta com a turma a carência de espaços para as diferentes categorias de esportes e o fato de que, apesar de faltarem condições estruturais e formativas, é papel também da Educação Física escolar ampliar o repertório esportivo e ofertar maior acesso às demais categorias.

Biblioteca do professor. Para uma melhor compreensão do modelo de classificação dos esportes, sugerimos a leitura de *Metodologia do ensino dos esportes coletivos*, de Fernando Jaime González e Valter Bracht (Vitória: Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes). Núcleo de Educação Aberta e a Distância, 2012). O livro está disponível no portal do Centro Esportivo Virtual (CEV) e pode ser localizado pelo título na aba "Buscar".

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

É lógico!

Para responder à questão **2b**, você precisa identificar aspectos dos esportes que os associem a três diferentes campos, o que prevê o reconhecimento de padrões.

Investigue

Com base no modelo de classificação dos esportes proposto pela BNCC, é possível categorizar os esportes olímpicos. Reúna-se com dois colegas e façam um levantamento do programa esportivo dos Jogos Olímpicos de Paris 2024, para, em seguida, classificar cada uma das modalidades esportivas, construindo um quadro com as sete categorias propostas pelo modelo de classificação baseado na lógica interna. Depois, compartilhem o quadro com os outros grupos da turma, buscando identificar convergências e divergências e analisá-las coletivamente. Para finalizar, avaliem quais são as lógicas/categorias dos esportes que predominam na Olimpíada e as possíveis razões disso.

Estratégia: Elaborem o quadro estabelecendo uma primeira grande separação em dois grandes blocos: esportes com interação entre os adversários e esportes sem interação entre os adversários. Em seguida, pesquisem o programa das modalidades olímpicas de Paris 2024. Tendo em mãos o rol de modalidades esportivas, procurem analisar as características de cada uma delas, separando-as inicialmente nos dois grandes blocos, para, a seguir, verificar a lógica interna de cada uma e distribuí-las entre as sete categorias.

Por dentro do texto

2. a. De acordo com o texto, o esporte consiste na comparação entre os desempenhos de indivíduos e grupos, sendo definido por um conjunto de regras e regulado por associações, federações e confederações esportivas.

2. **No primeiro parágrafo do texto, é apresentada uma definição de esporte.**
   a. Qual é essa definição?
   b. Com base nessa definição, o texto revela que o esporte pode assumir diferentes sentidos conforme os objetivos daqueles que o praticam. Dê exemplos de manifestações em que seja possível identificar os sentidos do esporte como lazer, educação e saúde, respectivamente.
   c. Qual é o sentido presente no esporte ao qual assistimos na televisão, como o Campeonato Brasileiro de Futebol ou as competições de diferentes modalidades nos Jogos Olímpicos?

2. b. Resposta pessoal. Veja, nas orientações específicas no **Suplemento para o Professor**, exemplos que podem ser citados e como mediar a questão.

2. c. Espera-se que os estudantes concluam que, nessas manifestações, está presente o sentido do alto rendimento ou o do esporte profissional.

3. a. Espera-se que os estudantes respondam que interagir com o adversário indica que toda ação realizada por um participante do jogo interfere em uma ação do adversário e sofre interferência dela.

3. **No segundo parágrafo do texto, indica-se que o esporte pode ser classificado levando em consideração o critério interação com o adversário.**
   a. No campo esportivo, o que significa "interagir com o adversário"?
   b. Em um jogo de tênis, por exemplo, existe interação entre os adversários? Explique.
   c. Em uma prova de natação, existe interação entre os adversários? Explique.

3. b. Sim. Embora não haja contato físico, toda ação de um jogador é executada considerando as ações do adversário, influenciando-as e sendo influenciada por elas.

3. c. Não. Embora os nadadores disputem a prova lado a lado, um não pode interferir diretamente na *performance* do outro.

ODS 5. Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

BORA PRA QUADRA? Festival esportivo

ODS 5

Nesta atividade, você participará de um festival esportivo. Ele está dividido em duas partes: na primeira, vivenciaremos atividades que representam cada uma das categorias do modelo de classificação dos esportes; na segunda, produziremos, em grupos, atividades similares a cada uma das categorias para uma vivência posterior.

Parte 1

Esta seção está dividida em duas partes: a primeira traz atividades dirigidas correspondentes a cada uma das categorias de classificação dos esportes; a segunda promove produções coletivas nas quais os estudantes planejam e vivenciam atividades referentes às mesmas categorias. Nessas atividades, são desenvolvidas as habilidades EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 da BNCC.

Como antecipamos, nesta primeira parte do festival, você vai vivenciar ou conhecer práticas corporais inspiradas em modalidades esportivas que representam cada uma das sete categorias do modelo de classificação dos esportes estudado na **Leitura 1**.

Esportes sem interação entre os adversários

Bora pra quadra? O detalhamento das partes desta atividade está nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Investigue. Estimule os grupos a analisarem coletivamente as características da lógica interna de cada esporte com base na leitura do texto e ofereça-lhes autonomia para organizá-las segundo suas compreensões, de modo que no compartilhamento sejam feitas as revisões e as correções necessárias. Após o compartilhamento, oriente a reflexão coletiva sobre a predominância de determinadas categorias de esporte nos Jogos Olímpicos. Outra reflexão possível trata da inclusão de modalidades como o *skate* e o basquete 3 × 3, nos Jogos de Tóquio 2020, e o *breaking*, em Paris 2024, e como essas modalidades se conectam com as culturas juvenis. Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Esporte de marca: revezamento de marcha atlética

A marcha atlética é uma prova do atletismo que consiste em uma competição semelhante às corridas, com a diferença de não ter a fase aérea do movimento. Ou seja, em vez de correr, a competição se restringe a caminhar o mais rápido possível, mantendo sempre um dos pés em contato com o solo.

Formem equipes de aproximadamente quatro estudantes cada uma, preferencialmente mistas (meninos e meninas divididos proporcionalmente em cada equipe), e realizem uma prova de revezamento pelo percurso definido juntamente com o professor (pode ser o contorno da quadra de vôlei ou um espaço similar, por exemplo). Dependendo do número de estudantes, pode ser feita mais de uma rodada, para que as disputas não fiquem muito tumultuadas.



CLIVE BRUNSKILL/GETTY IMAGES

Atletas competindo na prova de marcha atlética feminina, nos Jogos Olímpicos de Tóquio, 2021.

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

Esporte de precisão: minigolfe

Dividam-se em grupos de três ou quatro estudantes. Cada grupo terá um taco e cada jogador, uma bola. Na quadra, no pátio ou em algum outro espaço amplo o bastante para que todos possam jogar ao mesmo tempo, desenhem no chão os "buracos" em que cada grupo deve jogar a bola. Estabeleçam uma distância padronizada entre o ponto de realização da tacada na bola e o buraco. De forma sequencial, cada um dos integrantes do grupo realiza sua tacada. Após a primeira rodada, as tacadas passam a ser realizadas sempre por aquele que estiver com sua bola mais distante do buraco. As tacadas são contabilizadas individualmente; vence quem conseguir que sua bola "estacione" no buraco com o menor número de tentativas.

Esporte técnico-combinatório: nado artístico a seco

Em grupos de quatro integrantes, preparem uma coreografia para simular uma apresentação de nado artístico. Se for possível utilizar algum tecido para servir de cortina, a coreografia pode ser executada atrás desse anteparo, simulando a superfície da água. Pode-se, ainda, realizar a atividade na piscina, caso a escola disponha desse equipamento ou a aula seja realizada em algum local com esse recurso.

Esportes com interação entre os adversários

Sugerimos utilizar o mesmo sentido das quadras usado no *miniultimate frisbee*; reduzindo, nesse caso, o espaço das três miniquadras resultantes para cerca de 8 a 10 metros de comprimento por 4 a 5 metros de largura. Além de cordas, as redes também podem ser representadas por um elástico grande que atravesse toda a quadra, podendo ser utilizado para as três miniquadras. No caso do elástico, amarre-o em algum tipo de suporte (como trave, tabela de basquete, alambrado, pilar, árvore etc.) em cada extremidade da quadra.

Esporte de invasão: *miniultimate frisbee*

Nesta atividade, você vai vivenciar uma versão simplificada do *ultimate frisbee*. Cada equipe será formada por quatro jogadores, realizando-se mais de um jogo ao mesmo tempo em espaços de quadras reduzidos.



©FOTO/FUTURE PUBLISHING/GETTY IMAGE

Competição de *frisbee* na província de Anhui, China, 2022.

As miniquadras devem ter uma zona de pontuação em cada extremidade (uma linha de fundo a ser ultrapassada). Os jogadores devem realizar passes sem deixar o *frisbee* cair no chão; em caso de queda, a posse do *frisbee* passa para a equipe adversária. Não é permitido que o jogador em posse do *frisbee* ande; ele pode apenas movimentar um dos pés (movimento conhecido como **pé de pivô**). Também é proibido que os adversários tenham contato físico com ele. O objetivo é conseguir fazer um passe para um jogador da própria equipe que esteja posicionado na zona de pontuação; cada passe bem-sucedido vale um ponto.

Pé de pivô: movimento que consiste em manter um dos pés em contato permanente com o solo (servindo de eixo), com a possibilidade de movimentar o outro pé e girar o corpo, o que modifica e amplia o ângulo de visão e de jogo.

Esporte de combate: sumô

Dividam-se em grupos de quatro estudantes cada, preferencialmente com estruturas físicas (biótipos) semelhantes. Demarquem um círculo no solo, com cerca de 1,5 metro de diâmetro, no interior do qual deverá ficar um dos praticantes. Em cada grupo, serão realizadas duas lutas de sumô adaptado, cujo objetivo é fazer o adversário pisar fora do círculo ou encostar alguma parte do corpo, que não sejam os pés, no solo. Não será permitido segurar o adversário ou empurrar outra parte do corpo que não sejam os ombros.

OBJETO DIGITAL ***Podcast*: Vôlei sentado**

Esporte de rede/quadra dividida: vôlei sentado

O jogo de rede será inspirado no vôlei sentado, um esporte praticado por pessoas com deficiência física ou de locomoção. Divididos em equipes de seis pessoas, o objetivo é jogar a bola para a quadra adversária; no entanto, em vez de rebater, só é permitido segurar e lançar a bola, sempre mantendo-se sentado no chão. Os deslocamentos, que só podem ser feitos sem a bola, também devem ser realizados sentado. O jogo deve ocorrer em quadras reduzidas, divididas por uma corda fixada ou segurada por colegas, de modo a ficar suspensa a uma altura pouco acima da cabeça dos participantes. Poderão ser realizados dois ou três jogos ao mesmo tempo.



ATSUSHI TOMURA/GETTY IMAGES

Ruanda e Canadá em partida de vôlei sentado feminino durante os Jogos Paralímpicos Rio 2016

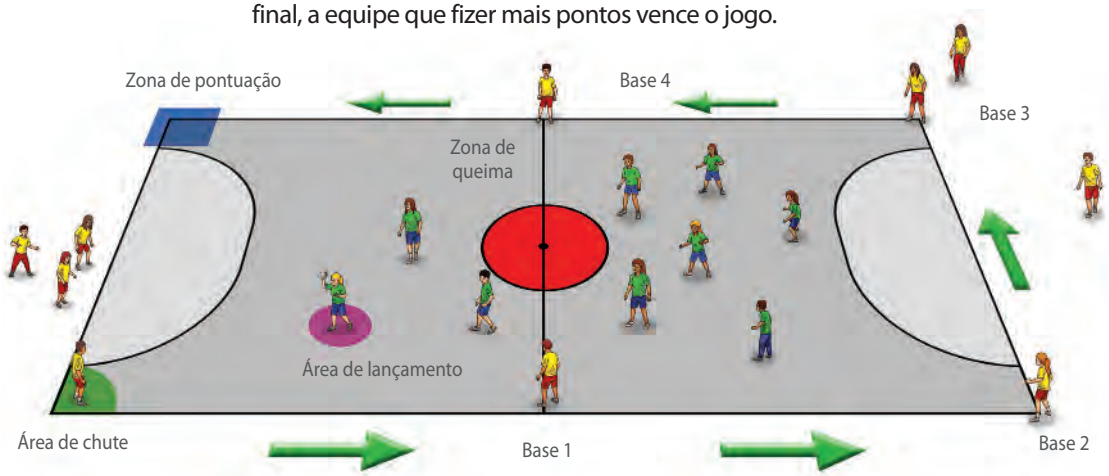
Esporte de campo e taco: futbeisebol

Para esse jogo, conhecido por outros nomes conforme a região, dividam-se em duas equipes: uma delas começa chutando a bola, que pode ser de borracha, de futsal, de vôlei ou similar (esse movimento equivale à rebatida do beisebol); a outra inicia lançando e defendendo as bases. O espaço de jogo será uma quadra poliesportiva ou um espaço similar (analise a imagem a seguir). No contorno da quadra, os jogadores da equipe atacante deverão percorrer, sequencialmente,

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

5. É importante, durante a discussão, que haja abertura para o contraditório, permitindo aos estudantes que manifestem suas opiniões e que a pluralidade de experiências seja reconhecida por todos. Desse modo, todos poderão perceber que as atividades impactam cada um de modo diferenciado e que as distintas lógicas internas proporcionam diferentes formas de se relacionar com os esportes, mobilizando afetos e gostos singulares.

as bases demarcadas (conforme disposição na imagem, podendo ser desenhadas com giz ou marcadas com arcos ou cordas, por exemplo). No centro da quadra fica a zona de queima. Os jogadores da equipe atacante devem ficar em espera e, um após o outro, realizar os chutes para tentar percorrer as bases. A equipe defensora fica espalhada pela quadra e no entorno para tentar, o quanto antes, recuperar a bola chutada. O jogo desenvolve-se com um jogador defensor lançando a bola da área de lançamento (procurando facilitar o chute); o jogador atacante chuta a bola e, em seguida, corre para a primeira base; após o chute, os defensores devem pegar a bola o quanto antes e fazê-la chegar à zona de queima, o que impossibilita a corrida dos atacantes que estiverem nas bases e queima (elimina do jogo) os atacantes que estiverem em deslocamento (fora das bases). Se os defensores demorarem para pegar a bola após o chute, o atacante pode percorrer mais de uma base. Após a bola ter chegado à zona de queima, caso o atacante que tenha chutado a bola esteja em uma das bases, ele poderá tentar a corrida para as demais bases nos chutes dos próximos colegas de equipe, conquistando um ponto ao atingir a zona de pontuação. Depois que toda a equipe tiver chutado, invertem-se as funções, e, ao final, a equipe que fizer mais pontos vence o jogo.



Representação esquemática do futbeisebol. (Imagem sem escala.)

MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Parte 2

É lógico!

Para criar uma atividade que possa ser experimentada pelos colegas, você precisará produzir um algoritmo, isto é, uma sequência de instruções. Ao segui-las, eles conseguirão realizar o que foi planejado por seu grupo.

Nesta atividade, dividam-se em sete grupos, um para cada categoria do modelo de classificação dos esportes. Os grupos deverão planejar uma atividade inspirada em uma modalidade esportiva pertencente à categoria pela qual ficaram responsáveis. As atividades descritas na primeira parte do festival devem servir de parâmetro para que vocês criem suas próprias propostas.

Durante o processo de criação, procurem estabelecer as regras básicas, o local de realização, o número de participantes, os materiais necessários etc. O objetivo é que toda a turma experimente a atividade; para isso, é importante dimensionar o tempo de duração de cada "rodada" caso seja necessário dividir a turma em grupos para a vivência. Após todos os grupos finalizarem o planejamento de suas atividades, serão realizadas as vivências de cada uma delas por períodos de tempo proporcionais.

Roda de conversa

6. Leve os estudantes a perceberem que é possível relacionar as práticas aos seguintes sentidos: educacional, pois elas propiciam o aprendizado de novos esportes; de lazer, pelo fato de se vivenciar passíveis de se vivenciar no tempo livre; e de saúde, no caso de se adotar alguma dessas modalidades como prática regular para melhorar o condicionamento físico.

Conforme vimos na **Leitura 1**, cada categoria de esportes tem uma lógica própria que a particulariza em relação às demais. Portanto, elas demandam dos praticantes formas de atuação particulares e despertam neles sensações diferenciadas. Considerando as duas partes do festival de esportes, discuta com seus colegas e professor as seguintes questões.

1. Como você se sentiu em cada uma das atividades?
2. Na sua opinião, as atividades estavam de acordo com as categorias que representavam?
3. Quais atividades foram fáceis e quais foram difíceis? Por quê?
4. Quais atividades foram mais e menos prazerosas? Por quê?
5. Quais atividades você gostaria de praticar novamente e quais não gostaria?
6. Recupere a reflexão que realizamos sobre os sentidos do esporte. Quais sentidos podem ser relacionados às práticas realizadas durante o festival de esportes?

1. Resposta pessoal.
2. Resposta pessoal.
3. Resposta pessoal.
4. Resposta pessoal.

Fala aí! É importante acompanhar o processo de análise dos estudantes, sempre que possível, buscando incentivá-los a expressar suas opiniões em contextos coletivos e garantindo que suas falas sejam ouvidas e respeitadas pelos colegas. Inicialmente, é desejável não intervir de modo sugestivo no processo criativo da turma, para que os estudantes possam formular autonomamente suas hipóteses. Em um segundo momento, a depender das dificuldades apresentadas, incentive-os a analisar aspectos como as exigências que as modalidades esportivas envolvem, os locais onde são praticadas, a forma de organização dos participantes etc.

Leitura 2

No texto a seguir, você vai compreender melhor o papel do esporte definido na Constituição Federal e como a legislação brasileira o classifica segundo o modo como ele se manifesta na sociedade. Vai notar que as **políticas públicas** são orientadas por sentidos similares aos que foram abordados na **Leitura 1**. Com isso, poderá analisar e reconhecer como o esporte é tratado pelo poder público em sua comunidade.

Financiamento do esporte e lazer

O esporte e o lazer são direitos garantidos por nossa Constituição Federal de 1988. Entretanto, para que esses direitos estejam ao alcance da população, o Estado deve elaborar um conjunto de políticas públicas que, por sua vez, vão se materializar por meio de programas, projetos e ações.

[...]

Ao declarar como dever do Estado o **fomento** às práticas esportivas, a Constituição criou a obrigatoriedade de investimentos públicos na promoção do esporte. [...] a maior parte da legislação federal em vigor pertinente ao tema foi produzida no cenário pós-1988, em especial a partir da Lei n. 9.615/1998, conhecida como Lei Pelé, a atual de diretrizes e bases do esporte nacional.

[...]

Segundo o artigo terceiro da Lei Pelé, o esporte é classificado a partir de quatro manifestações:

1. Esporte educacional: é aquele praticado nos sistemas de ensino e em formas **assistemáticas** de educação, evitando-se a seletividade, a hipercompetitividade de seus praticantes, com a finalidade de alcançar o desenvolvimento integral do indivíduo e a sua formação para o exercício da cidadania e a prática do lazer.

2. Esporte de participação: é aquele praticado de modo voluntário, compreendendo as modalidades desportivas praticadas com a finalidade de contribuir para a integração dos praticantes na plenitude da vida social, na promoção da saúde e da educação e na preservação do meio ambiente.

3. Esporte de rendimento: é aquele praticado segundo as normas da Lei Pelé e regras de prática desportiva, nacionais e internacionais, com a finalidade de obter resultados e integrar pessoas e comunidades do país e estas com as de outras nações.

4. Esporte de formação: é aquele caracterizado pelo fomento e aquisição inicial dos conhecimentos desportivos que garantam competência técnica na intervenção desportiva, com o objetivo de promover o aperfeiçoamento qualitativo e quantitativo da prática desportiva em termos recreativos, competitivos ou de alta competição.

Por fim, é importante destacar que o artigo 217 da Constituição de 1988 reconhece o esporte como direito de cada um, prevendo que a destinação de recursos públicos para o esporte deve priorizar sua manifestação educacional.

MASCARENHAS, Fernando; ATHAYDE, Pedro Fernando Avalone; MATIAS, Wagner Barbosa. **Financiamento do esporte e do lazer**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2018. p. 15, 20-21.

Biblioteca cultural

Em 2013, o Ministério do Esporte realizou uma pesquisa inédita sobre o esporte e a atividade física no país. O trabalho envolveu quatro pilares: praticantes, infraestrutura, legislação e investimentos. Se quiser saber mais sobre esse diagnóstico, busque na internet por "ministério do esporte + pesquisa sobre o esporte".

Fala aí!

A proposição de um modelo de classificação dos esportes é uma tentativa de organizar as modalidades esportivas de acordo com suas similaridades. Você avalia que esse modo de organização é coerente? Consegue pensar em outra possibilidade de classificação das modalidades esportivas?

Estratégia: Para pensar em alternativas para o modelo de classificação dos esportes, pense em outras características que eles podem ter em comum, além daquelas da lógica interna que orientam o modelo de classificação da BNCC.

Políticas públicas: ações e programas de Estado para garantir e pôr em prática direitos previstos na Constituição e em outras leis. Necessidades da sociedade, mesmo que não reconhecidas em lei, também podem ser atendidas por políticas públicas. Alguns exemplos de políticas públicas na área do esporte são o Programa Esporte e Lazer da Cidade (PELC), o Bolsa Atleta e o Programa Segundo Tempo (PST).

Fomento: estímulo; ação para promover.

Assistemáticas: que não têm ou não seguem um sistema; ou não fazem parte de um sistema.

Leitura 2. Aqui é retomada a ideia de sentidos vinculados ao esporte trabalhada na **Leitura 1**, atrelando categorias similares à estruturação das políticas públicas de promoção do esporte. Com informações básicas sobre a garantia constitucional do esporte como direito social e sobre os tipos de manifestação do esporte previstos na legislação, o texto tem por objetivo colocar em pauta a discussão sobre o financiamento do esporte. Essas considerações iniciais servirão de pano de fundo para que os estudantes reflitam e se manifestem sobre a presença de projetos esportivos mantidos pelo poder público no contexto social em que vivem, preparando-os para a seção **E se a gente produzisse um diagnóstico?**, ao final do capítulo.

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

1. a. O Estado conta com políticas públicas, materializadas em programas, projetos e ações. Comente com os estudantes que, no texto, o termo **Estado** refere-se à organização político-administrativa do Brasil, que compreende a União, os estados, o Distrito Federal e os municípios.

Em junho de 2023, entrou em vigor a Lei Geral do Esporte (Lei nº 14.597, de junho de 2023), que não revogou a Lei Pelé, mas que, em seu artigo 4º, classifica em três níveis as manifestações da prática esportiva: formação esportiva, excelência esportiva e esporte para toda a vida.

A **formação esportiva** "visa ao acesso à prática esportiva por meio de ações planejadas, inclusivas, educativas, culturais e lúdicas para crianças e adolescentes" (Art. 5º); a **excelência esportiva** "abrange o treinamento sistemático direcionado à formação de atletas na busca do alto rendimento" (Art. 6º); e o **esporte para toda a vida** "consolida a aquisição de hábitos saudáveis ao longo da vida, a partir da aprendizagem esportiva, do lazer, da atividade física e do esporte competitivo para jovens e adultos" (Art. 7º).

Papo aberto sobre o texto

1. **O texto se inicia com a afirmação de que o esporte e o lazer são direitos garantidos pela Constituição Federal, isto é, todo cidadão brasileiro deve ter direito ao esporte e ao lazer de maneira pública e gratuita.**
   a. Segundo o texto, que meios tem o Estado para garantir esses direitos?
   b. Na sua opinião, o direito ao esporte e ao lazer tem sido cumprido em sua cidade, bairro ou comunidade? O que o leva a essa conclusão?

2. **De acordo com a Lei Pelé, o esporte pode ser classificado a partir de quatro manifestações: educacional, de participação, de rendimento e de formação. Ao mesmo tempo, conforme a informação do boxe sobre a Lei Geral do Esporte (2023), o esporte passa a ser classificado com base em três manifestações relativamente similares: formação esportiva, excelência esportiva e esporte para toda a vida.**
   a. Qual manifestação, em ambas as leis, **não** deve ser a diretriz para as aulas de Educação Física? Justifique.
   b. Quais das manifestações podem ser contempladas pelos investimentos públicos de promoção do esporte?
   c. Quais manifestações do esporte têm sido priorizadas em sua comunidade?

1. b. Resposta pessoal. A intenção é dimensionar qual das esferas indicadas na questão afeta mais diretamente o cotidiano de cada estudante: em localidades menores, o objeto de análise será a cidade; no caso das maiores, a análise poderá recair sobre o bairro ou a comunidade em que o estudante reside.

E SE A GENTE... PRODUZISSE UM DIAGNÓSTICO?

EDUCAÇÃO MIDIÁTICA | CIDADANIA E CIVISMO (VIDA FAMILIAR E SOCIAL)

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Em grupos, vocês vão realizar investigações sobre o desenvolvimento de atividades esportivas em sua comunidade, com o objetivo de produzir um diagnóstico intitulado "Esporte na comunidade". Para isso, vão criar um documento com um mapeamento das políticas públicas de promoção do esporte, tomando por base, sobretudo, o modelo de classificação (**Leitura 1**) e as manifestações sociais previstas na legislação brasileira (**Leitura 2** e boxe informativo). O diagnóstico será uma construção coletiva.

2. a. A de rendimento, no caso da Lei Pelé, ou a de excelência esportiva, no caso da Lei Geral do Esporte. Espera-se que os estudantes concluam que, nas aulas de Educação Física, o esporte deve ser praticado por todos de forma democrática, diferentemente do esporte de rendimento, que tem como uma de suas premissas a seletividade.

Etapa 1 – Planejamento estratégico

Esta é a etapa destinada a articular os conhecimentos e as experiências adquiridos neste capítulo. É importante estabelecer um planejamento que deixe claro a todos quais são os objetivos, as estratégias e as ações necessárias para a construção do documento. Quanto aos objetivos, como se trata de um diagnóstico, não se pode perder de vista o intuito de identificar os espaços e os equipamentos esportivos da comunidade, o perfil das pessoas que frequentam esses espaços e os tipos de esportes ali praticados. Para isso, definam estratégias com a divisão de tarefas entre os grupos (para visita aos espaços, conversa com pessoas, registro por meio de fotografias, vídeos, questionários, entrevistas etc.). Com essas diretrizes, sugerimos alguns passos.

1. Recuperem a discussão sobre como as experiências com cada categoria dos esportes afetaram de maneiras diferentes a turma e cada um de vocês. Analisem como elas podem impactar na definição das modalidades que devem ser contempladas nas políticas públicas de promoção do esporte.

2. Definam os grupos de trabalho com base em temas que considerem mais relevantes para o documento, como mapeamento dos projetos esportivos da comunidade, perfil do público praticante, esportes mais praticados e outros.

Tá ligado!

Analisar as políticas públicas é um ato cidadão que contribui para a fiscalização do trabalho dos nossos representantes. Além da área do esporte, são exemplos de áreas assistidas por políticas públicas as da cultura, da educação, da saúde, do meio ambiente, do turismo, entre outras. A Educação Física pode estabelecer interfaces com qualquer uma dessas áreas, assim como com diferentes componentes curriculares, tais como Arte, Língua Portuguesa, História, Biologia, entre outros.

2. b. Todas as três da Lei Geral do Esporte ou as quatro da Lei Pelé. Embora possa haver prioridade para a destinação de recursos a determinada manifestação do esporte pelo poder público em suas diferentes instâncias, todas as manifestações podem ser contempladas com financiamento público.

2. c. Resposta pessoal. Essa pergunta pode ser uma primeira provocação para investigar o modo como os recursos públicos destinados ao esporte são investidos na cidade, no bairro e/ou na comunidade onde os estudantes residem. Essa atividade será ampliada na seção **E se a gente... produzisse um diagnóstico?**.

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

3. Reúnam-se com cada grupo para definir estratégias para o acesso às informações necessárias à compreensão do tema.

Etapa 2 – Levantamento de dados

Este é o momento da pesquisa de campo. Cada grupo passará a coletar as informações necessárias para uma interpretação mais aprofundada do tema que lhe foi designado. Como estratégia, vocês podem realizar a análise de documentos (notícias, *sites*, leis, projetos etc.), produzir fotografias, entrevistas individuais e/ou em grupos, questionários e filmagens, fazer observação *in loco* etc.

Não se esqueçam de anotar as fontes das informações, como autor, data, nome do documento, nomes completos dos entrevistados, entre outras.

Etapa 3 – Sistematização dos dados

Nesta etapa, a turma se reunirá para definir a estrutura geral do diagnóstico e as orientações preliminares para sistematizar os registros de cada grupo (em quadros ou tabelas, com ilustrações e/ou outros recursos). Definam as seções que vão compor o documento e a ordem em que vão aparecer, os grupos responsáveis por elas, quem escreverá a introdução (com os objetivos do diagnóstico e o planejamento estratégico) e a conclusão (com os resultados a que chegaram), entre outros pontos. Não se esqueçam de recuperar os conhecimentos e as experiências acessados com base no modelo de classificação dos esportes, para que sirvam de referência na avaliação de políticas de promoção do esporte com a possibilidade de subsidiar oportunamente a revisão delas ou a criação de novas políticas públicas com essa finalidade.

É lógico!

O algoritmo é uma sequência de instruções para a resolução de um problema. Aqui ele está expresso em várias ações que você deve seguir para conseguir realizar o diagnóstico solicitado.

Etapa 4 – Confecção do diagnóstico

Com base na estrutura definida e nos registros feitos, vocês vão elaborar o documento final em uma assembleia com a participação de toda a turma. Se for possível, projetem o documento em construção, para que todos possam contribuir com a organização do conteúdo. Se não, os tópicos poderão ser anotados na lousa, e cada grupo fará uma síntese de seu conteúdo para que um relator eleito pela turma anote os tópicos a serem desenvolvidos. Se necessário, ajustem a estrutura do diagnóstico.

Etapa 5 – Divulgação do diagnóstico "Esporte na comunidade"

Nesta etapa, o objetivo é dar visibilidade ao diagnóstico "Esporte na comunidade". Juntos, deliberem sobre as melhores estratégias de divulgação para alcançar o maior número possível de pessoas da comunidade e de representantes do poder público. Além do documento escrito e ilustrado, que pode ser impresso e/ou compartilhado virtualmente, o diagnóstico pode ser divulgado por meio de reportagens de jornal, rádio, televisão etc. e consolidar-se como uma plataforma permanente para o acompanhamento das políticas públicas de promoção do esporte na comunidade.

Recado final

Neste capítulo, você conheceu e vivenciou esportes com distintas lógicas internas, que despertam diferentes sensaçõaes e emoções. Analisou o esporte como direito social e reconheceu os sentidos a ele atribuídos, como saúde, educação, rendimento e lazer. Por fim, sistematizou esses conhecimentos em uma produção coletiva capaz de contribuir para que a comunidade avalie a atuação do poder público nessa área. Ou seja, você exerceu seu protagonismo social, sua cidadania e o seu papel de sujeito político!

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

Capítulo 12

SAÚDE NA JUVENTUDE: O CORPO EM MOVIMENTO

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

SAÚDE

A etapa do Ensino Médio, de acordo com a BNCC, constitui um momento de reflexão, por parte dos jovens, sobre interesses, capacidades intelectuais e expressivas, projetos de vida, entre outros temas. Para qualificar essa busca, a proposta deste capítulo é, por meio de vivências práticas e considerações teóricas, possibilitar aos estudantes entrar em contato com a ginástica, em suas diferentes modalidades, e sua relação com a saúde, o autoconhecimento, o autocuidado, em diálogo com as culturas juvenis, e levando em consideração o desafio de fazê-los adotar práticas corporais, nessa faixa etária em que, muitas vezes, é difícil compreender a importância do exercício para a saúde. Serão desenvolvidas, principalmente, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503, além da EM13LGG201 e da EM13LGG301 da BNCC.



FATCAMERA/GETTY IMAGES

Grupo de estudantes fazendo flexões, no Canadá. Fotografia de 2022.

ODS 3

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Você já pensou no que a ginástica significa ou mesmo em quais modalidades ela abrange? Neste capítulo, entraremos em contato com esse universo, procurando contextualizar essa prática corporal e relacioná-la com as capacidades motoras, além de levantar alguns aspectos de sua relação com a saúde.

Para isso, compreender o conceito de saúde e toda a sua complexidade torna-se fundamental. Será que se alimentar bem, fazer exercícios físicos regularmente e não apresentar nenhum sintoma de doenças é suficiente para uma pessoa se declarar saudável? Como pensar a saúde sem se restringir a questões individuais, ou seja, levando em consideração parâmetros como sociedade, história e economia? No decorrer do capítulo, realizaremos esse e outros debates, com o objetivo de sermos cidadãos críticos e atuantes no campo do exercício e da saúde.

E SE A GENTE... CONSTRUÍSSE UM GLOSSÁRIO DE MODALIDADES DA GINÁSTICA?

O objetivo desta atividade é aprofundar o conhecimento dos estudantes sobre as modalidades da ginástica, tendo em vista ser comum que vários deles não apresentem muitos conhecimentos prévios ou vivência nesse campo. Caso considere relevante, sugira outros exemplos de ginásticas que eles não conheçam e enriqueça o glossário. Sugerimos, no boxe **Investigue**, uma pesquisa sobre duas outras modalidades, o *crossfit* e a ginástica funcional, vertentes que têm se popularizado nos últimos anos.

Biblioteca do professor. Caso queira saber mais sobre ginásticas fisioterápicas e apresentar a modalidade aos estudantes, sugerimos a leitura de **Ginástica geral: uma área do conhecimento da Educação Física**, de Elisabeth Paoliello Machado de Souza (Tese de Doutorado em Educação Física da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997), disponível em meio digital no Repositório da Produção Científica e Intelectual da Unicamp.

A **ginástica** é uma prática corporal que se relaciona, direta ou indiretamente, com força, flexibilidade, equilíbrio, resistência e coordenação, isto é, capacidades motoras. Existe um amplo rol de práticas que compreendemos como ginástica, cada uma delas com objetivos específicos.

Nesta atividade, os estudantes entrarão em contato com o universo da ginástica com base em um modelo de classificação em conformidade com a BNCC. Outras referências apontam também uma quinta categoria, que seriam as ginásticas fisioterápicas.

Didaticamente, é possível organizá-las em quatro blocos principais, considerando esses distintos objetivos: ginástica de condicionamento físico ou para a saúde, ginástica para todos (GPT) ou geral, ginástica de conscientização corporal e ginástica competitiva.

As **ginásticas de condicionamento físico** são aquelas relacionadas ao exercício orientado, à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da aptidão física. Com isso, vinculam-se também à melhoria das funções cardiorrespiratória e musculoesquelética, além de favorecerem a flexibilidade, o equilíbrio, a coordenação e a modificação da composição corporal. Exemplos dessa categoria são a ginástica aeróbica (e suas diversas modalidades), a hidroginástica, o *spinning*, o *step*, o alongamento, entre outros.

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

A **ginástica para todos** (GPT) ou **ginástica geral** relaciona-se às práticas expressivas e acrobáticas sem finalidade competitiva. Essa modalidade baseia-se na exploração dos fundamentos ginásticos ou gímnicos (rolamentos, pontes, saltos e saltitos, equilíbrios etc.), de aparelhos diversos (oficiais e alternativos), além do trabalho corporal expressivo e coreográfico.

Já a **ginástica de conscientização corporal** está associada à realização de movimentos lentos com enfoque na respiração e no controle corporal. Está atrelada ao autoconhecimento e recebe grande influência das práticas orientais. Uma das principais representantes dessa categoria é a ioga.

Por fim, as **ginásticas competitivas**, segundo a própria designação, são aquelas direcionadas ao espaço competitivo/esportivo. Exigem um padrão técnico e estético avaliado por meio de critérios previamente estabelecidos. São cinco as modalidades de ginásticas competitivas: artística, rítmica, acrobática, trampolim e aeróbica desportiva.

Agora, com base nessas informações, você vai construir um **glossário** de modalidades de ginástica. Pesquise cada uma delas orientando-se pelo quadro a seguir. Você pode reproduzi-lo em meio digital usando um editor de texto, ou fazer a atividade no caderno. Preencha, em seu caderno, o quadro com os dados de sua pesquisa e ilustre o texto com imagens. Siga o modelo de descrição apresentado.

Glossário de modalidades de ginástica. Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Glossário de modalidades da ginástica

Ginásticas competitivas	**Definição**
Ginástica acrobática	Trata-se de uma modalidade com exigências técnicas e que está baseada principalmente na execução de acrobacias, como pirâmides e saltos, associadas aos elementos expressivos da música que a acompanha. Não há materiais ou implementos.
Ginástica aeróbica desportiva	
Ginástica artística	
Ginástica de trampolim	
Ginástica rítmica	
Ginásticas de condicionamento físico	**Definição**
Ginástica aeróbica	
Hidroginástica	
Spinning	
Step	
Ginástica de conscientização corporal	**Definição**
Ioga	

Na Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), o Grupo Ginástico Unicamp (GGU) desenvolve, há mais de trinta anos, um trabalho de reconhecimento e valorização da GPT, representando o Brasil, inclusive, em festivais internacionais. Conheça mais detalhes no *site* do grupo, buscando por "GGU Grupo Ginástico Unicamp".

Glossário: gênero textual que reúne um conjunto de termos de uma ou mais áreas, com seus significados e definições apresentados de forma descritiva e objetiva, com a função de auxiliar seu usuário na compreensão do conteúdo em que esses termos são empregados.

Biblioteca do professor. Indicamos a leitura do capítulo "Ginástica" (p. 31-83) do livro **Ginástica, dança e atividades circenses**, da professora Ieda Parra Barbosa Rinaldi, organizado por Fernando Jaime González, Suraya Cristina Darido e Amauri Aparecido Bássoli de Oliveira (Maringá: Eduem, 2014). Nesse capítulo, a professora retoma a classificação da ginástica, tema importante para nossa proposta, além de ofertar sequências didáticas para o ensino da modalidade que podem auxiliar no planejamento das aulas.

MODELO MODELO

Note que a GPT não foi incluída na atividade, tendo em vista que não há exemplos nessa categoria. Chame a atenção dos estudantes para essa característica, comparando essa modalidade com as demais expressões gímnicas.

É lógico!

A elaboração de definições envolve a abstração e o reconhecimento de padrões, pois você precisa selecionar, dentre os dados disponíveis, aqueles que se mantêm estáveis em uma mesma modalidade e a distinguem das demais.

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

Investigue

Você conhece o *crossfit*? Já o praticou ou conhece alguém que o pratique? E ginástica funcional? Essas duas modalidades de ginástica de condicionamento físico têm crescido muito nos últimos anos e atraído cada vez mais adeptos em todo o Brasil. Que tal pesquisar um pouco mais sobre elas e elencar as principais características dessas modalidades?

Estratégia: Antes de tudo, pense em que meios você pode buscar as informações de que precisa e em como acessá-los.

Após a finalização do glossário, apresente seu texto aos colegas e comparem as informações obtidas.

Investigue. Estimule os estudantes a pesquisarem em diversos meios, como vídeos e *podcasts*, e a conversarem com praticantes. Peça que formulem um texto caracterizando as duas modalidades. A seguir, apresentamos uma sugestão: ***Crossfit*:** modalidade que tem por objetivo trabalhar o condicionamento físico por meio de exercícios variados realizados em alta intensidade. Ganhou visibilidade ao propor rotinas de treinamento que envolvem o corpo inteiro e o uso de aparelhos como cordas gigantes e pneus. / **Ginástica funcional:** propõe exercícios sem os tradicionais aparelhos da academia, investindo em movimentos como pular, correr, agachar, puxar e empurrar para melhorar o condicionamento físico.

Dica de professor

Na atividade de construção do glossário de modalidades da ginástica, você notou que a ginástica aeróbica apareceu duas vezes? Pois é, apesar do uso do mesmo termo (aeróbica), elas são práticas distintas. A ginástica aeróbica como prática de condicionamento físico refere-se à modalidade executada sobretudo em academias, incluindo movimentos como polichinelos, agachamentos, entre outros. Já a ginástica aeróbica desportiva está entre as ginásticas competitivas e trabalha com evoluções gímnicas, além de expressões sincronizadas com a música.



ROBERTO SERRA/IGUANA PRESS/GETTY IMAGES

Pessoas em aula de ginástica aeróbica para condicionamento físico, na Itália, 2020.



FILIPPO TOMASI/LIVEMEDIA/SHUTTERSTOCK

Apresentação de ginástica aeróbica desportiva no Campeonato Europeu de Ginástica Aeróbica. Pesaro, Itália, 2021.

Fala aí!

Como era seu conhecimento a respeito da ginástica? Ficou surpreso com a diversidade de modalidades? Já praticou alguma delas?

Estratégia: Aguarde sua vez de falar. Não sobreponha sua fala à do colega.

Fala aí! A ginástica tem grande diversidade de práticas, o que muitas vezes atrapalha o dimensionamento dessa prática corporal. Nesse sentido, conhecer a classificação e alguns exemplos é fundamental para que os estudantes compreendam melhor esse universo. Aproveite as experiências que eles têm, durante a construção dos conhecimentos.

A ginástica está intimamente ligada às capacidades motoras, que são os pressupostos treináveis necessários para a realização de qualquer movimento corporal e para a manutenção da saúde. Nossas capacidades motoras recebem influências da genética, o que significa que podemos herdar algumas de suas características. No entanto, a principal ferramenta para seu bom desenvolvimento é o treino. Conhecer bem as capacidades motoras é importante para a execução de qualquer prática corporal, pois elas atuam de maneira conjunta para garantir que você alcance o melhor desempenho possível.

A seguir, apresentam-se exemplos de capacidades motoras.

- Força: capacidade que permite, por meio da contração muscular, oferecer resistência para a execução de ações como puxar, levantar, empurrar etc.
- Velocidade: está relacionada ao potencial de executar um movimento de maneira rápida.
- Equilíbrio: diz respeito à possibilidade de manter a estabilidade corporal.
- Resistência: está associada ao período durante o qual é possível manter um determinado movimento.
- Flexibilidade: atua na amplitude articular durante a execução dos movimentos.

O texto ajuda os estudantes a entenderem como as capacidades motoras se relacionam com a saúde e, assim, terão subsídios para refletir sobre a relação entre juventude e saúde. Aborde os conceitos principais (capacidades motoras e saúde) para auxiliar na compreensão e na construção dos debates.

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

Leitura 1

Reflexões sobre a saúde do adolescente brasileiro

Vista como um fenômeno multidimensional, a saúde abrange uma combinação de fatores biológicos, genéticos, organicistas, físicos, psicológicos e sociais, que mapeiam os diferentes contextos nos quais o ser humano se insere (Costa Junior, 2005). Mais ainda, de acordo com o Ministério da Saúde do Brasil (2005a), ela envolve um conjunto de direitos de todos os seres humanos ao bem-estar físico, psicológico e social, em seus ambientes mais diversificados.

Na adolescência, a saúde não se encerra apenas na ausência de doenças ou na prevenção de comportamentos de risco. Ela está relacionada à qualidade de vida do adolescente, alcançada por meio da satisfação pessoal e do desenvolvimento de competências sociais, e, também, da manutenção relativamente duradoura de comportamentos que promovam o seu desenvolvimento e saúde (Costa Junior, 2005). Portanto, o desenvolvimento saudável do adolescente não está pautado, unicamente, na garantia de sobrevivência ou no cuidado de problemas denominados orgânicos. Ele está associado, também, a condições físicas e a aspectos psicológicos e socioambientais, que permitem que adolescentes possam lidar com as transformações esperadas para esta fase do curso de vida e com os desafios impostos pelo contexto social e histórico em que vivem.

[...]

Hábitos de higiene e escolhas alimentares e nutricionais do adolescente também são indicativos de saúde, visto que eles estão diretamente relacionados à prevenção de doenças. Devido a novas influências ambientais (pressão dos pares, preocupação com a imagem corporal e mudança nos padrões de comunicação e rotinas), os adolescentes desenvolvem hábitos, nem sempre muito saudáveis, como alimentar-se fora de casa e recorrer a comidas de fácil acesso. E isto, por si só, justifica o investimento na pesquisa e na oferta de informações à população, visando prevenir problemas e distúrbios alimentares (anorexia, bulimia e compulsão) na adolescência (IBGE, 2012; Michaud *et al.*, 2006).

[...]

Os anos finais da adolescência, por sua vez, podem significar um período de estresse, que, segundo Zimmer-Gembeck e Skinner (2008), é visto como uma crise na saúde do indivíduo e da família, de grande preocupação para as autoridades. Pela necessidade de enfrentar suas próprias limitações para alcançar o desenvolvimento saudável, o adolescente se envolve em comportamentos de risco e em situações de vulnerabilidade, que explicam parte do grande índice de morte juvenil em todo o mundo.

Referências

Costa Junior, A. L. (2005). Psicologia da saúde e desenvolvimento humano: o estudo do enfrentamento em crianças com câncer e expostas a procedimentos médicos invasivos. *In*: M. A. Dessen, & A. L. Costa Junior (Eds.), A ciência do desenvolvimento humano (pp. 171-189). Porto Alegre: Artmed.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2012). PeNSE 2012: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2012.

Michaud, P., Chossis, I., & Suris, J. (2006). Health-related behavior: Current situation, trends, and prevention. *In* S. Jackson, & L. Goosens (Eds.), *Handbook of Adolescent Development* (pp. 284-307). East Sussex, UK: Psychology Press.

Ministério da Saúde (2005a). *Marco Legal – Saúde, um direito dos adolescentes*. Brasília: Ministério da Saúde.

Zimmer-Gembeck, M. J.; Skinner, E. A. (2008). Adolescents' coping with stress: development and diversity. *Prevention Researcher*, 15, 3-7.

SENNA, Sylvia Regina Carmo M.; DESSEN, Maria Auxiliadora. Reflexões sobre a saúde do adolescente brasileiro. Revista **Psicologia, Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 16, n. 2, p. 217-229, 2015.

Fala aí!

Reflita: em seu bairro há espaços públicos para a prática de exercícios físicos e momentos de lazer? De quem é a responsabilidade de construir e preservar esses locais?

Estratégia: Dê exemplos do que você levantou, argumente sobre o que foi apontado e tente pensar em soluções para eventuais problemas.

OBJETO DIGITAL **Infográfico clicável: Benefícios da alimentação saudável**

Fala aí! Leve os estudantes à compreensão de que o debate sobre saúde envolve a cobrança por políticas públicas que garantam à população espaços coletivos para práticas de exercício e lazer, reforçando que não se trata apenas de responsabilizar o indivíduo. É necessário que as prefeituras atuem para isso, viabilizando praças, quadras, academias ao ar livre, pistas de caminhada, entre outros equipamentos, a fim de garantir o direito à saúde. Como complemento à atividade, pergunte aos estudantes se onde moram há acesso a transporte e a postos de saúde, infraestruturas fundamentais para a manutenção da saúde da população.

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

Fala aí!

O autocuidado é necessário em todas as etapas da vida. Como você tem cuidado de sua saúde ultimamente?

Estratégia: Pense a questão sob diferentes aspectos: alimentação, qualidade do sono, higiene, prática de exercícios físicos, entre outros.

Fala aí! Estimule os estudantes a relatarem as práticas de autocuidado que têm (ou não têm), como prática de exercícios físicos, cuidados com a alimentação, atenção à saúde mental, atenção à qualidade do sono etc. Enfatize que adolescentes também podem ter problemas de saúde. Para os jovens, essas reflexões às vezes parecem distantes, pois os efeitos do sedentarismo (e de outros fatores, como má alimentação) podem ser mais visíveis apenas na idade adulta. É comum os adolescentes se alimentarem com excesso de produtos industrializados, dormirem pouco e não manterem rotinas de exercícios justamente por não sentirem os efeitos desse processo de forma imediata. Com isso, a escola e você, professor, assumem um papel importante na reflexão e no processo formativo, estimulando uma vida ativa e saudável.

2. a. Segundo o texto, para alcançar uma boa qualidade de vida, os adolescentes precisam do desenvolvimento de competências sociais, boas condições físicas, psicológicas e socioambientais, que permitam a eles lidar com as transformações esperadas para essa fase da vida em que se encontram.

Papo aberto sobre o texto

1. Não. As autoras deixam claro que os adolescentes no Brasil constituem uma população vulnerável em vários aspectos, pois a adolescência é um período de transformações de diversas naturezas. Os jovens estão expostos a questões ambientais – que podem influenciar os hábitos alimentares –, à pressão estética, e, por sua vez, assumem comportamentos de risco.

1. **É muito comum os jovens se preocuparem pouco com a saúde, por considerarem que são uma população menos propensa a desenvolver diversas doenças. De acordo com a leitura do texto, essa crença tem fundamento? Por quê?**

2. **Ainda de acordo com o texto, a saúde não se encerra na ausência de doenças, mas envolve outros aspectos para que se alcance uma boa qualidade de vida.**
   a. Com que outras questões os adolescentes, em especial, precisariam se preocupar?
   b. Na sua opinião, qual é o papel da escola na promoção da saúde dos jovens?

3. **Considerando as reflexões indicadas pelo texto, devemos nos preocupar em adotar um estilo de vida ativo e saudável apenas na vida adulta? Explique.**

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS

Saúde como direito

A saúde está relacionada a aspectos individuais – como hábitos alimentares, realização de exercícios físicos, questões de predisposição genética, entre outros – e a aspectos coletivos – como condições sociais, econômicas, de moradia, saneamento básico, entre outros – que interferem diretamente na qualidade de vida da população. Essa concepção mais ampliada da saúde foi resultado de longos debates e, assim, começou a ser pensada como um direito atravessado por diversas variáveis.

A saúde é um **direito humano** e, como tal, necessita da atuação de órgãos públicos no planejamento e na execução de políticas que garantam o bem-estar da população.

Atualmente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como um **equilíbrio** entre questões psicológicas, sociais e biológicas, não se restringindo à ausência de doenças.

BORA PRA QUADRA? Capacidades motoras em ação

OBJETO DIGITAL Carrossel de imagens: Exercícios de alongamento

2. b. É importante que os estudantes consigam identificar que a escola é um lugar de formação crítica, em que conhecerão conceitos, como saúde, entendendo-a de forma ampla e contextualizada. Nesse sentido, a aula de Educação Física é um espaço importante na construção desse debate.

3. Não. Praticar exercícios, alimentar-se bem e manter uma rotina saudável são hábitos importantes em todas as etapas da vida, mesmo na juventude, pois, como vimos no texto, os adolescentes também são vulneráveis em diferentes aspectos e precisam de cuidados, prevenção e ações educativas.

Bora pra quadra? O objetivo dessas vivências práticas é, principalmente, que os estudantes observem quais capacidades motoras estão sendo recrutadas durante a execução dos movimentos. Trata-se, portanto, de um exercício com fins didáticos.

Ao final das atividades, em uma roda de conversa, os estudantes poderão compartilhar suas percepções a respeito das capacidades motoras recrutadas, refletindo sobre as dificuldades e as facilidades encontradas na execução dos exercícios e sobre a importância do treinamento e dos exercícios para a saúde.

Atividade 1 – Aquecendo com fundamentos ginásticos

Nesta atividade, você deve identificar o uso das capacidades motoras durante a realização de alguns fundamentos ginásticos (saltos e saltitos, rolamento, avião, roda (estrelinha), ponte, vela, entre outros).

Em pequenos grupos e nos espaços adequados, realize os fundamentos propostos pelo professor. Procure identificar, no decorrer das execuções, qual capacidade motora é a mais recrutada em cada tarefa. Preste atenção em como seu corpo se porta durante a vivência de cada um dos fundamentos.

Atividade 2. Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Atividade 2 – Ginástica de condicionamento físico: aeróbica

Agora, vivenciaremos a ginástica de condicionamento físico. Siga as orientações do professor e realize os exercícios a seguir respeitando seu limite – se precisar de um tempo maior de descanso, repita os passos de transição menos extenuantes até estar pronto para continuar. Cada estudante tem um nível diferente de experiência; assim, é importante que você esteja atento ao seu corpo: caso sinta qualquer desconforto, comunique ao professor.

Sugere-se que a sequência seja feita por meio da contagem dos pulsos (1 a 8 – o que entendemos como uma frase musical). O pulso é a referência para dividir e organizar o ritmo. Caracteriza-se por tempos iguais e constantes ("batidas"), que se repetem ao longo da música (1 frase = 8 pulsos). Separe dois oitos para cada variação de exercício. Caso tenha dificuldade com a contagem dos pulsos, peça ajuda ao professor. Selecione com ele e os colegas uma música instrumental para executar os movimentos.

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

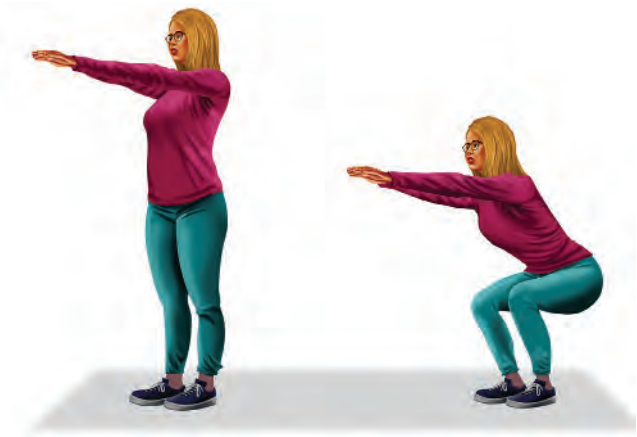
Exercício 1



Polichinelo

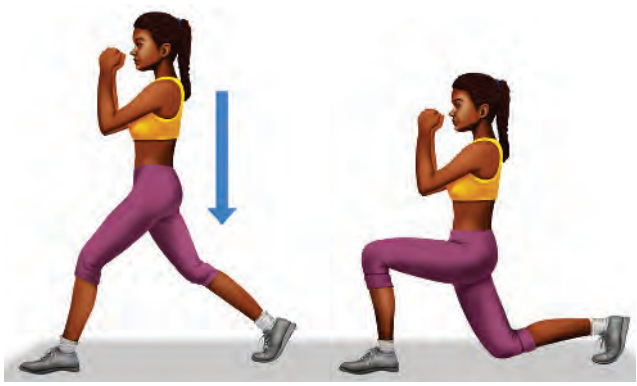
1 oito ⟶ Descansa com marcação no lugar (pisa direita/pisa esquerda no lugar).

Exercício 2



Agachamento simples

Exercício 3



Agachamento afundo (1 oito com cada perna)

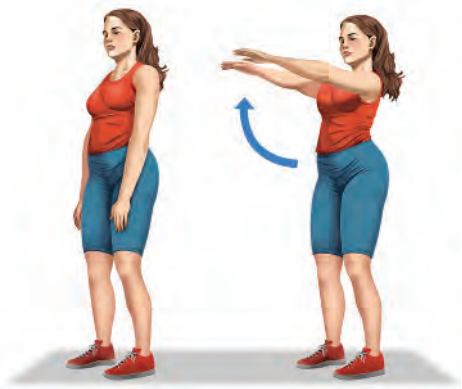
1 oito ⟶ Descansa com marcação no lugar.

Exercício 4



Corrida com joelho alto no lugar

Exercício 5



Elevação frontal dos braços

1 oito ⟶ Descansa com marcação no lugar.

Exercício 6



Corrida acelerada no lugar com tronco semiflexionado

Ilustrações elaboradas com base em: Contreras, 2016.

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

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Caso não tenha caneleiras, halteres ou elásticos, você pode fazer adaptações com garrafas PET (600 mililitros) cheias de água ou areia, latas de tinta ou outros materiais. Conforme o exercício, os estudantes podem segurar cordas ou elásticos. Se considerar viável, proponha a construção dos pesos adaptados de forma antecipada nas aulas. Aqui, contemplam-se, principalmente, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

Exercício 7



MARCOS AURELIO/ARQUIVO DA EDITORA

Elevação dos braços com tronco à frente

Elaborada com base em: Contreras, 2016.

Repetir a sequência duas vezes na música.

Não se esqueça de prestar atenção às principais capacidades motoras que estão sendo recrutadas no decorrer da vivência e a como se sente em relação a elas.

Atividade 3 – Aumentando a carga

Após um período de descanso, realize as mesmas sequências, agora com pequenos pesos (caneleiras, halteres ou outro material adaptado) presos nas pernas e/ou nos braços. Tome cuidado para não se machucar e procure realizar os exercícios com calma e preservando seu corpo.

Compare como seu organismo se comporta em relação à atividade anterior e note como as capacidades motoras são recrutadas de modo mais intenso.

Roda de conversa

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Após a realização das atividades, discutam, em grupos, as questões a seguir.

- Foi fácil ou difícil identificar as capacidades motoras recrutadas no decorrer dos exercícios? Explique.
- Levantem hipóteses: quais fatores interferiram para que vocês tivessem mais facilidade em uma tarefa do que em outra? Quais elementos influenciaram na intensidade do exercício?
- Como foi a experiência de fazer a aula de ginástica aeróbica com carga? Como cada um de vocês se sentiu em relação à atividade anterior? Conseguiram perceber diferença na intensidade?
- Analisando como a carga dificultou a realização dos exercícios e o impacto do treinamento a longo prazo, reflitam: qual é a importância de se adotar um estilo de vida ativo e saudável?

Leitura 2 O objetivo desta atividade é que os estudantes analisem dados dispostos no mapa do Brasil sobre a realização de atividade física e esporte obtidos pela PNAD (2015), e consigam refletir sobre os conhecimentos já mobilizados ao longo do capítulo. A atuação interdisciplinar do professor de Geografia pode auxiliar no desenvolvimento da atividade.

Leitura 2

Em 2015, o IBGE divulgou dados sobre o nível de atividade física e esportes praticados pelo brasileiro, levantados na Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), realizada entre setembro de 2014 e setembro de 2015. Os dados mostraram que 100,5 milhões de jovens e adultos com 15 anos ou mais não praticavam nenhum tipo de atividade física. Além disso, foi possível identificar que a maior porcentagem de praticantes ativos estava na faixa etária de 15 a 17 anos e que os homens ainda são a maioria deles. No mapa e no gráfico a seguir, apresentamos um recorte desses dados.

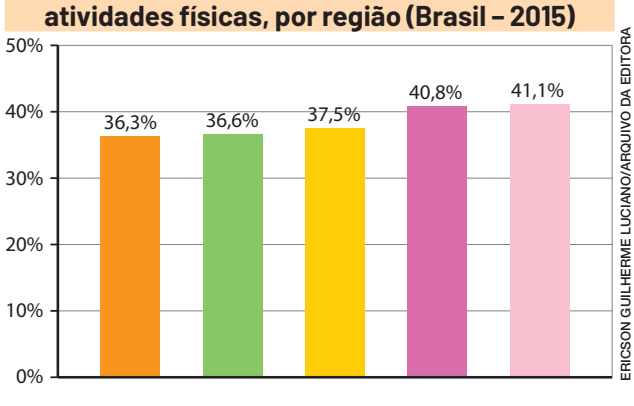
Brasil – Divisão regional



ANDERSON DE ANDRADE PIMENTEL/ARQUIVO DA EDITORA

Elaborado com base em: IBGE. **Atlas geográfico escolar**. 9. ed., Rio de Janeiro: IBGE, 2023. p. 93.

Porcentagem dos que praticaram esportes ou atividades físicas, por região (Brasil – 2015)



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Elaborado com base em: IBGE. **Suplemento Prática de Esporte e Atividade Física da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (PNAD)**. 2015.

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

Papo aberto sobre o texto

1. **Com base na análise do mapa e do gráfico, responda às questões.**
   a. Que regiões do Brasil foram as mais ativas? **1. a.** A região Centro-Oeste e a região Sul.
   b. E as menos ativas? **1. b.** A região Nordeste e a região Norte.
2. **De acordo com seus conhecimentos prévios e dados de pesquisa, elabore hipóteses para explicar o nível menor de atividade física nas regiões identificadas na questão anterior. Converse com os colegas sobre as hipóteses levantadas e suas justificativas.** **2.** Essa atividade pode ser respondida de forma interdisciplinar com o professor de Geografia. Regiões com menor PIB (Produto Interno Bruto), como é o caso das regiões Norte e Nordeste, sofrem com diversos aspectos que podem interferir diretamente no nível de atividade física praticado pela população. Na mesma pesquisa, os dados sugerem que fatores como menor escolaridade, maior quantidade de empregos informais, menor renda, menor investimento em políticas públicas de esporte e lazer, entre outros, podem explicar a diferença na adoção de atividade física.
3. **Considerando o conceito de saúde que abordamos no decorrer deste capítulo, qual é a importância do nível de atividade física e esportes praticado pela população?** **3.** O conceito mais atual de saúde está relacionado a aspectos individuais, como hábitos alimentares, realização de exercícios físicos, questões de predisposição genética, entre outros; e a aspectos coletivos, como condições sociais, econômicas, de moradia, saneamento básico, entre outros. Ou seja, a prática de exercícios físicos é muito importante para alcançarmos uma vida mais ativa e saudável, no entanto, há diversas outras variáveis que precisam ser consideradas quando se trata de saúde e qualidade de vida.

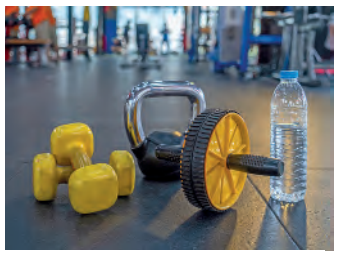
MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE

Etapa 1 – Leitura

Após refletir sobre a ginástica de condicionamento físico e experimentar algumas de suas possibilidades como uma oportunidade de prática para a saúde, você vai ler um trecho de um projeto de lei que prevê que as academias divulguem em suas instalações os riscos do uso de **esteroides anabolizantes**. O consumo dessas substâncias tem crescido de maneira significativa, e os jovens constituem um grupo bastante suscetível ao uso indiscriminado dessas drogas, correndo sério risco de saúde.

As academias, por estarem voltadas à prática de exercícios físicos e, em especial, a diferentes modalidades de ginástica, têm papel importante no processo informativo e até mesmo educativo em relação aos problemas que os anabolizantes podem causar à saúde.

O Projeto de Lei 1236/20, apresentado em 30 de março de 2020, teve sua última atualização em março de 2023, segundo a Câmara dos Deputados, e, em meados de 2024, estava "Aguardando parecer do relator na comissão de saúde".



BOONCHAI WEDMAKAWAND/ GETTY IMAGES

Acessórios para a prática de exercícios físicos.

Esteroides anabolizantes: substâncias naturais ou sintéticas, em geral derivadas da testosterona (hormônio masculino), que promovem o desenvolvimento de diferentes tecidos, como o muscular e o ósseo. Sua administração pode ser feita de forma oral ou injetável, mas traz diversos riscos à saúde.

Projeto de Lei 1236/20

[...]

Art. 1º - Ficam as academias de musculação, crossfit, treinamento funcional e outros tipos de treinamentos de condicionamento físico obrigadas a exibirem cartazes sobre os malefícios causados pelo uso de substâncias como anabolizantes e outros esteroides, elaborados com enfoque na educação física, nutrição e endocrinologia.

[...]

Justificação

O uso de anabolizantes vem se tornando, a cada dia, um hábito comum [...] para aumentar a competitividade, ajudar na cura de lesões ou simplesmente por questões estéticas.

Os esteroides anabólicos androgênicos (EAAS) são substâncias sintéticas, derivadas do hormônio sexual masculino, a testosterona. Porém, o consumo desse tipo de produto é muito perigoso e pode causar danos irreparáveis ao corpo humano.

Os esteroides androgênicos anabólicos, mais conhecidos como anabolizantes, são um produto derivado principalmente da testosterona, hormônio responsável por muitas características que diferem homem e mulher. Eles atuam no crescimento celular e em

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

tecidos do corpo, como o ósseo e o muscular. O uso de anabolizantes gera efeitos colaterais como aumento de acnes, queda do cabelo, distúrbios da função do fígado, tumores no fígado, explosões de ira ou comportamento agressivo, paranoia, alucinações, psicoses, coágulos de sangue, retenção de líquido no organismo, aumento da pressão arterial [...].

[...]

No caso das mulheres, o uso de anabolizantes pode gerar características masculinas no corpo, como engrossamento da voz e surgimento de pelos além do normal. Além disso, irregularidade ou interrupção das menstruações, diminuição dos seios e aumento de apetite.

[...]

BRASIL. **Projeto de Lei 1236/20**. Determina que as academias de Musculação, *Crossfit*, Treinamento Funcional e outros tipos de treinamentos físicos análogos exibam placas, cartazes ou *banners* sobre os malefícios causados por anabolizantes e outros esteroides. Brasília, DF: Câmara dos Deputados, 2020.

Etapa 2 – Bate-papo sobre o texto

A partir da leitura, conversem em grupo sobre alguns tópicos importantes:

- Por que os jovens recorrem ao uso de anabolizantes?
- O "padrão de beleza" e a pressão estética influenciam o uso dessas substâncias?
- Como podemos promover a aceitação da diversidade de corpos e a saúde?
- Qual é o limite entre a busca de uma vida ativa e saudável e a expectativa para atingir um "corpo perfeito"?
- Como a informação pode ser uma aliada no combate ao uso de anabolizantes?
- Qual é o papel do Estado na conscientização da população sobre os riscos à saúde a que estão expostos os usuários de anabolizantes?
- Como seria possível ajudar alguém próximo que esteja usando anabolizante?

Etapa 2. partir dessas questões, conduza o debate trazendo as experiências dos estudantes em relação à pressão estética, às vivências que possam ter tido em academias e ao perigo do uso dos anabolizantes para a saúde. Enfatize que, embora anabolizantes tragam resultados rápidos, os danos para a saúde podem ser permanentes. São exemplos desses danos: atrofia testicular; elevação do colesterol ruim; lesões renais e hepáticas; insônia; ginecomastia, além de efeitos psicológicos, como alterações de humor, bipolaridade e depressão. Pressa e ansiedade, típicas da juventude, são fatores que tornam os jovens mais suscetíveis ao uso indiscriminado dessas substâncias. Ter uma lei que atue diretamente nas academias como uma política pública de saúde e qualidade de vida pode ajudar no combate ao uso injustificado de anabolizantes.

Etapa 3 – Vamos conscientizar?

A proposta é produzir uma campanha na escola por meio de cartazes educativos sobre os perigos do uso de anabolizantes para a saúde. Em grupos, sigam as etapas.

1. Utilizem as informações e reflexões realizadas até aqui e organizem-nas no caderno.
2. Façam uma pesquisa, em fontes confiáveis, sobre anabolizantes, para aprofundar esses conhecimentos. Anotem os efeitos que essas substâncias podem causar à saúde (físicos e psicológicos); os espaços em que as pessoas ficam expostas ao oferecimento desse tipo de substância; dados estatísticos sobre seu uso; importância da prática de exercício físico para a saúde, em especial da ginástica.
3. Selecionem e organizem em tópicos as informações que gostariam de divulgar. Incluam e/ou produzam imagens, gráficos e esquemas que sejam visualmente atrativos.
4. Definam com o professor o local em que os cartazes serão expostos e divulguem os trabalhos nos espaços virtuais (redes sociais, páginas eletrônicas ou *blog* da escola).

Recado final

A adolescência é um momento de experiências muito importantes em nossa vida: fazemos escolhas, criamos laços, conhecemos melhor quem somos. Para que todas essas experiências sejam vividas em sua plenitude, é preciso que cuidemos da saúde, tanto do ponto de vista individual quanto do coletivo, o que requer um conhecimento ampliado sobre interferências biológicas, históricas e sociais implicadas. A ginástica, prática corporal que envolve diversas capacidades motoras, é um poderoso aliado nessa busca e, em suas diversas modalidades, pode nos ajudar a manter um estilo de vida ativo, a nos conhecer melhor e a respeitar o outro.

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

Capítulo 13

SAÚDE É O QUE INTERESSA?

O objetivo deste capítulo é situar a ginástica, vivenciada em dois momentos diferentes, no campo de um conceito amplo de saúde e na realização de um debate sobre corpo e padrões de beleza, contextualizados histórica e culturalmente. Serão desenvolvidas, principalmente, as habilidades EM13LGG202, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503, da BNCC.

SAÚDE

A proposta deste capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

ODS 3

Você já parou para pensar sobre como o corpo humano vem sendo representado ao longo do tempo e em diferentes culturas?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.



HELMUT FOHRINGER/AFP/GETTY IMAGES - MUSEU DE HISTÓRIA NATURAL, VIENA

Vênus de Willendorf, c. 23 000 a.C., de autoria desconhecida. Escultura de pedra calcária, 11 centímetros de altura. Museu de História Natural de Viena, Viena, Áustria. Reprodução fora de escala.



COSMIN SAVA/SHUTTERSTOCK - MUSEU DO LOUVRE, PARIS

Vênus de Milo, c. século II a.C., de autoria desconhecida. Escultura em mármore, 202 centímetros de altura. Museu do Louvre, Paris, França. Reprodução fora de escala.

Padrões de beleza: modo como um grupo de indivíduos define o que é beleza física. Uma comunidade indígena brasileira, países de origem muçulmana ou países africanos podem apresentar concepções completamente diferentes sobre o que é "belo", por exemplo.

Atentar às formas de representação do corpo pode nos dar indícios das características corporais consideradas ideais por uma sociedade. Pode, ainda, nos fazer examinar como nossa percepção dos corpos é frequentemente influenciada por essas representações.

Neste capítulo, vamos refletir sobre corpo, saúde e **padrões de beleza**, procurando enriquecer a discussão com elementos sociais, históricos e culturais, além de problematizar alguns efeitos que o olhar padronizado pode gerar, principalmente nos jovens.

A ginástica será nossa prática corporal central, uma vez que constitui uma modalidade bastante praticada quando o assunto é exercício físico. Ela nos ajudará a enriquecer e aprofundar nossas discussões e vivências sobre saúde e beleza.

É lógico!

Definir um padrão é uma habilidade do pensamento computacional. Seu uso pode ter objetivos diversos: no caso, identificar o "padrão de beleza" é reconhecer um conjunto de características comuns a indivíduos que têm sido considerados belos, desconsiderando a diversidade.

Discuta inicialmente com os estudantes como o padrão de beleza muda ao longo do tempo. Atualmente, apesar de identificarmos em alguns produtos, na publicidade e em outras esferas, iniciativas de maior representatividade, ainda há predominância do modelo europeu (branco, alto, magro) como ideal de beleza, o que reforça a necessidade de refletir sobre os impactos desses padrões sociais sobre a juventude.

Fala aí!

Você já se sentiu pressionado a atingir os padrões de beleza da atualidade? Se sim, em que contextos? Já praticou algum exercício físico com essa preocupação em mente? Como você se sentiu?

Estratégia: Caso você não tenha sofrido diretamente com a pressão relativa a esses padrões de beleza, pense em colegas que podem estar sujeitos a isso; afinal, as experiências do coletivo fornecem informações importantes para compreender a sociedade.

Fala aí! Incentive os estudantes a trazerem suas experiências pessoais para a roda de conversa. É muito importante que questões étnicas, sociais, culturais e religiosas sejam consideradas nesse debate. Afinal, a construção do "belo" sofre diversas interferências e pode mudar de acordo com o contexto.

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

BORA PRA QUADRA? Ginástica localizada

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

LEMBRA?

A ginástica localizada é uma modalidade de ginástica de condicionamento físico, grupo voltado ao exercício orientado, à melhoria do rendimento, à aquisição e à manutenção da aptidão física e à modificação da composição corporal. De forma específica, a ginástica localizada propõe exercícios voltados a determinada região do corpo, como para os membros inferiores, para os superiores ou para os músculos do tronco (abdome, lombares etc.).

Você já pensou em experimentar a ginástica localizada como uma possibilidade de exercício para alcançar a longevidade com saúde e qualidade de vida?

Nesta atividade, focaremos a musculatura do abdome e de outros grupos musculares do tronco. Procure realizar as sequências propostas de acordo com as orientações e os cuidados do professor, para não correr riscos de se machucar durante a aula.

FAIXA DE ÁUDIO Atividade física e exercício físico

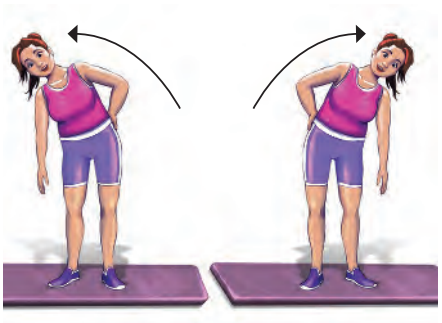
1. Três séries de dez abdominais no solo (exercício tradicional no solo).



Abdominal no solo

2. Três séries de dez abdominais oblíquos (fazer em pé sem carga). Executar para a esquerda e para a direita (três séries para cada lado de forma alternada).

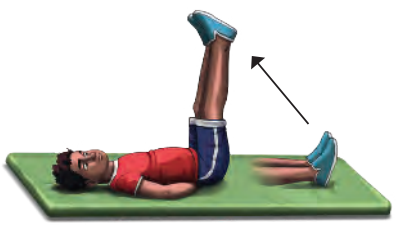
No lugar do abdominal oblíquo em pé, que exige menos da musculatura abdominal, pode ser realizado o abdominal oblíquo com cotovelo no joelho (abdominal de solo com cotovelo direito em direção ao joelho esquerdo e vice-versa).



Abdominal oblíquo

3. Três séries de dez abdominais (em **decúbito dorsal**. Fazer a elevação das pernas, apoiando as mãos abaixo da coluna lombar).

Decúbito dorsal: posição que assumimos quando estamos deitados com a barriga para cima.



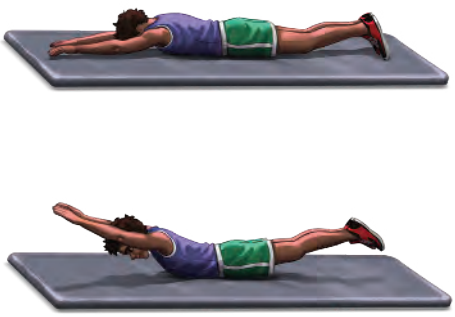
Abdominal com elevação das pernas

4. Uma série de 20 segundos de prancha no solo.



Prancha no solo

5. Três séries de dez extensões do tronco (mantenha a cabeça entre os braços).



Extensão do tronco

6. Uma série de 20 segundos de prancha lateral (executar nos dois lados do corpo).



Prancha lateral

Dica de professor

Ouça o áudio **Atividade física e exercício físico** para conhecer o significado de cada um deles e saiba o que está sendo desenvolvido na vivência proposta.

Ilustrações elaboradas com base em: BRET, C. **Anatomia do treinamento de força**: Guia ilustrado de exercícios com o peso corporal para força, potência e definição. Tradução: Paulo Laino Cândido. Barueri: Manole, 2016.

ILUSTRAÇÕES: RODRIGO PASCOAL /ARQUIVO DA EDITORA

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

7. Três séries de dez abdominais com as pernas flexionadas.



Abdominal com pernas flexionadas

8. Uma série de 20 segundos de abdominal canoa.



Abdominal canoa

9. Uma série de 20 segundos de prancha alta.



Prancha alta

RODRIGO PASCOAL/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: BRET, C. **Anatomia do treinamento de força**: Guia ilustrado de exercícios com o peso corporal para força, potência e definição. Tradução: Paulo Laino Cândido. Barueri: Manole, 2016.

Você deve cumprir todos os exercícios propostos respeitando períodos de descanso e repetições solicitados pelo professor. O objetivo é que todos realizem a aula de maneira padronizada, replicando os exercícios propostos.

Roda de conversa

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

- Como sabemos, nossos corpos são finitos, isto é, estamos todos sujeitos ao processo natural de envelhecimento. Você já tinha pensado sobre a importância de realizar exercícios físicos para ter uma vida longa e saudável?
- Como você se sentiu durante a realização da sequência proposta? Conseguiu realizá-la até o fim?
- Considere a experiência coletiva de experimentação com a ginástica localizada e reflita sobre os pontos a seguir.
  - **a.** O que você acha das aulas de ginástica em que os exercícios são padronizados para todos os estudantes? Você avalia que isso é saudável?
  - **b.** Quanto ao biótipo corporal, você e seus colegas são iguais ou são diversos? E, quanto ao nível de condicionamento físico, há um padrão entre vocês? Relacione suas respostas ao que foi vivenciado na aula.
  - **c.** O que poderia ser feito em uma aula coletiva para que os efeitos da padronização fossem minimizados?

O objetivo da pergunta é promover uma reflexão sobre a importância de valorizar o próprio corpo, e que se encaixar em um padrão de beleza não é determinante para a felicidade e a saúde. Abra espaço para que os estudantes tragam outras hipóteses.

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

Biblioteca cultural

Assista, se possível, ao curta-metragem *Slimtime* (2010) – "Em busca do corpo perfeito", em tradução livre para o português –, dirigido por Bertrand Avril, Pierre Chomarat, David Dangin e Thea Matland. Trata-se de uma animação em que uma mulher com sobrepeso vai a uma empresa para emagrecimento, uma "fábrica de corpos", acompanhada pelo marido.

A cena da animação aqui retratada, mostra mulheres – antes gordas – numa etapa logo depois de passar pelo processo de transformação de seus corpos. Enfileiradas, como produtos no final de uma linha de montagem numa fábrica, elas são todas iguais, altas e magras, padronizadas.

As funcionárias da "fábrica", de uniforme cor de laranja, seguem o mesmo padrão.

O final da animação é bastante surpreendente.

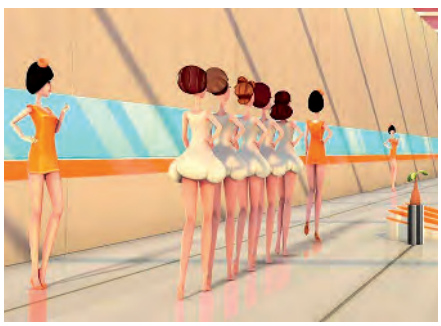
Caso seja possível assistir ao curta-metragem, você poderá refletir sobre os seguintes pontos.

- A relação que se pode estabelecer entre a atitude da protagonista e a discussão sobre padrões de beleza.
- A intenção dos autores/diretores da animação ao propor o desfecho dado.
- A razão de haver um único personagem masculino, o marido da protagonista, que atua como espectador.

O curta-metragem pode ser encontrado em plataformas de vídeo.

Biblioteca cultural. O debate propiciado pela animação visa auxiliar os estudantes a refletirem sobre os padrões de beleza vigentes e os efeitos deletérios que podem causar.

Cena do curta-metragem *Slimtime*. 2010.



DANVIS COLLECTION/ALAMY/FOTOARENA

Os textos a seguir e as atividades relacionadas visam promover uma reflexão sobre padrões de beleza e a forma como as mídias (atualmente, as redes sociais ganham muita força nesse debate) influenciam na concepção de corpo "perfeito". Procure recuperar o conceito de saúde, caso os estudantes não se lembrem, e debater sobre as variáveis coletivas (interferências sociais, econômicas, culturais, entre outras) e individuais (alimentação, tabagismo, consumo de álcool e drogas, sedentarismo, entre outras) pertinentes à conversa. Por fim, tematize a obesidade, apresentando seus possíveis riscos à saúde (doenças associadas), mas sem desconsiderar a visão, por vezes discriminatória, que a sociedade constrói acerca do excesso de peso, apoiada em um falso discurso de saúde. Nesta seção, trabalhamos, principalmente, as habilidades EM13LGG202, EM13LGG304 e EM13LGG502.

Biblioteca do professor. Indicamos o artigo "Atividade física e saúde: discursos que controlam o corpo", de Elaine Melo de Brito Costa e Silvana Venâncio (Revista **Pensar a prática**, v. 7, n. 1, mar. 2004). Nele, as autoras aprofundam o debate sobre o discurso da atividade física como sinônimo de saúde, ao passo que temos a mídia, a tecnologia e a própria ciência apontando outras interfaces. Esse artigo propiciará um aprofundamento nas reflexões que são abordadas no capítulo, auxiliando na condução dos debates propostos. Pode ser acessado no Portal de Revistas da UFG, clicando-se em "Busca por artigo no portal", escrevendo, na página que abre, os nomes do artigo, dos autores e o ano da publicação.
Sugerimos também a leitura da reportagem "Como o conceito de beleza se transformou ao longo dos séculos?", escrita por Laís Semis e publicada na revista *Nova Escola* (7 out. 2014). O texto pode servir para aumentar suas referências e auxiliar na condução do debate com os estudantes.

Leitura

Os textos a seguir trazem para discussão temas relacionados à saúde, como padrões de beleza, segregação dos que não se encaixam nos moldes preestabelecidos, gordofobia, obesidade.

Leia-os com atenção.

Texto 1

Como conceitos de padrão de beleza mudaram ao longo da história

Magreza nem sempre foi sinônimo de beleza e juventude. Veja como os conceitos do corpo "ideal" mudaram em diferentes momentos da trajetória humana

Pré-História

As estatuetas de Vênus, encontradas em regiões que vão da Europa à Sibéria, datam de 26 mil a.C. em diante. Elas representam, em sua maioria, mulheres de seios, coxas e quadris largos, gordas ou grávidas.

[...]

Grécia Antiga

A partir da ascensão de Atenas como principal cidade-estado da Grécia, a estética passou a ser um valor explorado pela filosofia e pelas artes. No período, a beleza era um atributo do corpo masculino – afinal, a cidadania era direito exclusivo dos homens. Esculturas costumavam representar corpos másculos, fortes e de proporções simétricas. As mulheres ficavam em segundo plano.

Idade Média

No período histórico em que a Europa foi fortemente influenciada pelo catolicismo, o padrão de beleza greco-romano era tido como pagão, inclusive as noções de higiene. Por isso, representações da época costumam mostrar mulheres sem quaisquer traços de vaidade: vestidos longos e volumosos para ocultar a silhueta e cabelos escondidos em toucas. O objetivo era se aproximar ao máximo de uma beleza casta e angelical. Aos homens cabiam a guerra e o trabalho duro.

Cena da tapeçaria *A dama e o unicórnio*, do final do século XV, em que a representação das mulheres lhes dá uma aparência angelical. Museu Cluny, Paris.



MUSEU NACIONAL DA IDADE MÉDIA E TERMAS DE CLUNY, PARIS.

Renascença

No período renascentista, a nudez voltou a ser representada nas artes, permitindo compreender melhor os padrões corporais da época. O corpo masculino de proporções "perfeitas" era utilizado para representar e ser objeto de estudos de anatomia. Já o corpo feminino se livrou das roupas para ter exibidas a silhueta voluptuosa, a pele branca e os cabelos longos e claros.

MARASCIULO, Marília. Como conceitos de padrão de beleza mudaram ao longo da história. **Revista Galileu**, 25 jun. 2023.

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

Texto 2

Gordofobia: um conceito pra entender e eliminar (da sua vida)

Tome nota: Ser uma pessoa gorda e não ser saudável nem sempre são sinônimos. Ao contrário do que muitos pensam, é possível ser gordo e ter saúde. [...]

A gordofobia é o preconceito contra corpos gordos com a ideia de que pessoas gordas são "inferiores", têm menos capacidade ou saúde do que aquelas que não são classificadas esteticamente como magras. Uma discriminação impregnada numa sociedade que estruturou tudo o que é belo e lindo aos corpos magros. Consequência disso são as falas, pensamentos, atitudes gordofóbicas que aparecem a toda hora por aí, e mesmo, inconscientemente, podem fazer parte do nosso dia a dia. Mas é chegada a hora de ter consciência disso.

Sabemos: a obesidade é sim uma doença. Um grave problema de saúde pública que afeta quase 7 milhões de pessoas no Brasil. Inclusive, o principal fator de risco da obesidade são as doenças relacionadas a ela, desencadeadas por conta do excesso de peso, entre elas, as cardiovasculares, diabetes... Por isso, se a obesidade atinge a saúde e a qualidade de vida das pessoas, temos que encarar isso como uma doença e com responsabilidade.

Mas o que quero dizer aqui é que, para além desse diagnóstico, existem, sim, pessoas gordas por aí com uma ótima saúde. O detalhe chocante para a "sociedade da magreza" é o fato de elas poderem viver e conviver com seus corpos gordos tão lindamente como os corpos magros por aí.

Corpos gordos e corpos magros. Essa é a diversidade de corpos, e está mais do que na hora de entendermos isso.

VIDICA, Letícia. **Gordofobia**: um conceito pra entender e eliminar (da sua vida), 8 set. 2023. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/gordofobia-um-conceito-pra-entender-e-eliminar-da-sua-vida/. Acesso em: 19 jul. 2024.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define **obesidade** como um acúmulo excessivo de gordura corporal que pode atingir graus capazes de afetar a saúde. Existem algumas formas de classificar e diagnosticar a obesidade. Uma das mais comuns se baseia no cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC ou Índice de Quetelet).

Esse índice é encontrado dividindo-se o valor da massa corporal atual, expresso em quilos, pelo valor do quadrado da altura expresso em centímetros.

Os resultados são avaliados de acordo com uma tabela que qualifica o nível em que cada um se encontra. O uso do Índice de Massa Corporal é indicado apenas para adultos, tendo em vista que crianças e adolescentes apresentam muita instabilidade nos resultados em razão das frequentes alterações corporais decorrentes do crescimento. De qualquer modo, é fundamental que pessoas obesas sejam acompanhadas por uma equipe multidisciplinar da área da saúde, uma vez que a obesidade é um fator de risco para doenças como diabetes, hipertensão, problemas cardíacos, entre outras. É necessário que haja uma avaliação ampliada e respeitosa dos indivíduos que se encaixam nesse perfil, para que eles se sintam acolhidos durante seu acompanhamento.

Por dentro dos textos

1. a. Na Pré-História, havia a valorização do corpo mais gordo e com quadril largo. Na Grécia antiga, destacavam-se os homens fortes e musculosos. Na Idade Média, o corpo das mulheres ficou mais coberto, buscando transmitir uma imagem angelical. Por fim, na Renascença, o corpo nu volta a ter destaque e as mulheres são retratadas com uma silhueta voluptuosa, cabelos loiros e pele branca.

1. b. Resposta pessoal. Apesar das variações contextuais, podemos dizer que o padrão de beleza, para o contexto brasileiro em geral, ainda é o branco, alto e magro (ênfase na musculatura para homens e cabelos compridos para mulheres).

1. **De acordo com o texto 1, é possível perceber que o padrão de beleza e a compreensão de corpo mudaram bastante ao longo da história.**
   a. Como o corpo foi tratado em cada época citada?
   b. Atualmente, qual padrão de beleza você considera predominante em seu contexto?
   c. Você acredita que esse padrão possa mudar?

1. c. Resposta pessoal. Estimule os estudantes a observarem que já é possível identificar algumas iniciativas de diversas marcas de produtos para serem mais representativas em suas propagandas, a fim de contemplar a maioria dos consumidores, que, muitas vezes, não se encaixam nesse padrão. Os estudantes devem considerar que o padrão de beleza pode mudar ao longo da história, sendo influenciado por diversos fatores, como apontado no texto 1.

2. **Observe as mídias: TV, revistas, redes sociais.**
   a. Como tais mídias contribuem para a valorização de determinado padrão de beleza em detrimento de outros?
   b. O que isso pode gerar?

2. a. As mídias influenciam o imaginário social acerca do que é considerado "belo" na medida em que programas e propagandas valorizam normalmente apenas um padrão corporal (branco, alto, magro, cabelos lisos).

3. **No texto 2, a autora menciona que ser gordo e não ser saudável nem sempre são sinônimos, e que, ao contrário do que muitos pensam, a saúde não é privilégio de um corpo magro.**
   Com base em uma concepção ampliada de saúde, é possível considerar uma pessoa "saudável" apenas olhando para ela?

2. b. Pode gerar a exclusão social daqueles que não se adaptam, preconceito e baixa autoestima. Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

3. Não. Espera-se que os estudantes articulem a complexidade do conceito de saúde com a necessidade de uma análise mais ampla para avaliar o estado de alguém. Nem mesmo exames poderiam ser considerados fatores únicos de análise. É necessária uma investigação multidisciplinar e de todo o contexto de vida da pessoa para se ter um diagnóstico mais preciso.

LEMBRA?

Saúde é um conceito complexo que reúne não apenas questões como boa alimentação, prática de exercícios físicos, sono de qualidade, ausência de doenças, entre outras, mas também elementos históricos, econômicos e sociais, como o acesso a transporte, lazer, a educação e a moradia, sendo definida como um equilíbrio entre aspectos individuais e coletivos.

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

BORA PRA QUADRA? Ginástica localizada em ação

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Caso seja necessário, indique outras divisões em grupos para atender às demandas da turma.

Nesta proposta, vamos elaborar uma vivência com a ginástica localizada, procurando garantir o respeito às individualidades e evitando um olhar padronizado para o corpo.

1. Dividam-se em quatro grupos, um para cada setor do corpo humano: membros superiores, membros inferiores, parte anterior do tronco e parte posterior. Cada grupo deve conhecer os principais músculos que compõem esses segmentos. Considerem a ilustração.

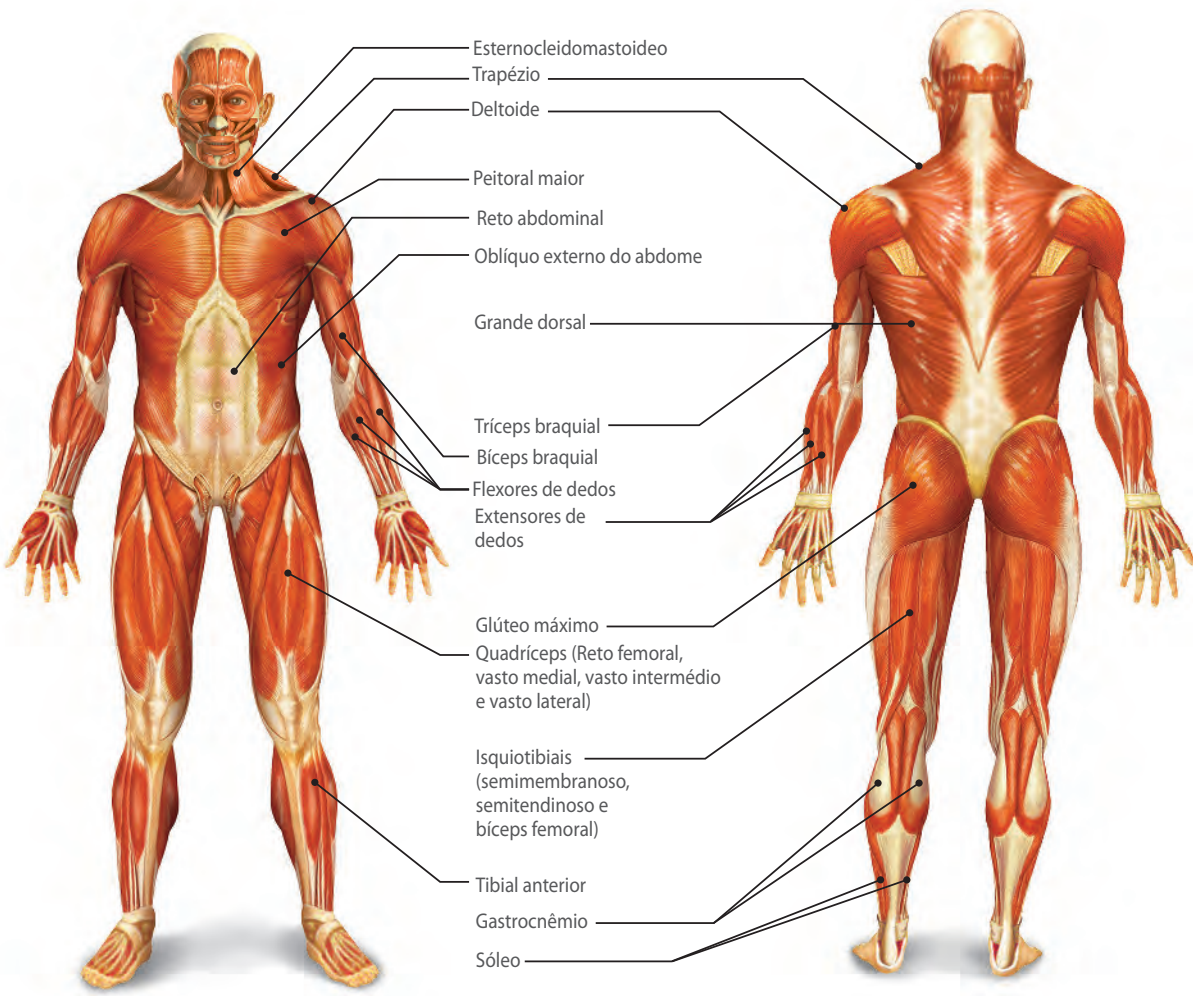


Ilustração esquemática realizada com base em: TORTORA, G. J.; DERICKSON, B. **Corpo humano:** fundamentos de Anatomia e Fisiologia. 10. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. p. 203-204.

ILUSTRAÇÕES: PAULO MANZI /ARQUIVO DA EDITORA

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

2. Pesquisem, em grupos, alguns exercícios que possam ser realizados para trabalhar os grupos musculares pelos quais ficaram responsáveis.

3. Apresentem os resultados ao professor para que ele verifique se os exercícios estão adequados ao grupo muscular correspondente.

4. Escolham alguns exercícios e construam uma sequência, para cada um, a ser desenvolvida na escola: vocês serão os professores. Registrem as informações e o trabalho desenvolvido. Estruturem as sequências de exercícios com a indicação de uma música para acompanhamento, procurando atender à proposta da ginástica localizada. Baseiem-se na vivência com a aula de abdome ministrada pelo professor no primeiro **Bora pra quadra?**.

5. Escolham quatro ou cinco variações de exercícios. Cada uma delas deverá ser realizada dez vezes (número de repetições). Vocês podem propor a mesma estrutura

desenvolvida anteriormente, isto é, realizando três séries com dez repetições cada uma; ou fazer uma série de cada exercício e depois repeti-la.

Observem os exemplos do quadro seguinte.

Sequências de exercícios para abdome e músculos posteriores do tronco

Exemplo 1	Exemplo 2
• 3 × 10 abdominais no solo • 3 × 10 abdominais com pernas levantadas • 3 × 10 abdominais oblíquos para cada lado (alternando esquerdo e direito) • 3 × 10 abdominais com pernas flexionadas (Avaliar quantas vezes essa proposição vai "caber" na música selecionada.)	• 1 × 10 abdominais no solo • 1 × 10 abdominais com pernas levantadas • 1 × 10 abdominais oblíquos para cada lado • 1 × 10 abdominais com pernas flexionadas (Avaliar quantas vezes essa proposição vai "caber" na música selecionada.)

Lembrem-se de colocar, entre as sequências de exercícios, alguns movimentos para descanso ou recuperação. Por exemplo: palmas, marcação no lugar (abre direita/fecha esquerda), pisa direita/pisa esquerda no lugar, entre outros. Eles são importantes para que os colegas consigam executar a aula até o fim com qualidade e segurança.

Diferentemente das orientações que receberam na aula de abdominal do primeiro **Bora pra quadra?**, vocês devem, lembrando-se das reflexões que fizeram na **Leitura 1** e na **Leitura 2**, guiar-se pelas perguntas a seguir.

- Como adequar uma aula coletiva às necessidades individuais?
- Como respeitar o corpo e o potencial de cada um?
- Como evitar que as pessoas pratiquem exercício apenas para atingir determinado padrão de beleza, e não pela saúde?

Sugerimos que, ao escolher os exercícios, pensem em adaptações para quem não conseguir realizá-los na intensidade proposta. Além disso, orientem os colegas para que respeitem os próprios limites. Durante a execução, o grupo pode se revezar entre as funções: explicação do exercício; execução; orientações individuais e correções.

Roda de conversa

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

- Como foi a experiência de elaborar uma aula de ginástica localizada?
- O que foi possível aprender durante a pesquisa dos exercícios?
- Algum colega se sentiu mal ou não conseguiu executar todos os exercícios?

Reflita: por que é importante considerar as particularidades de cada indivíduo ao elaborar uma sequência de exercícios?

É lógico!

Nesta atividade, você precisa fazer comparações para estabelecer a adequação da prática a diferentes tipos de pessoas. O resultado será um algoritmo que conduzirá a aula.

Roda de conversa. Recupere as experiências acumuladas ao longo do processo e não deixe de evidenciar o protagonismo dos estudantes no momento de identificar como os grupos musculares participam dos exercícios, além da importância de respeitar as individualidades de cada um durante o processo de planejamento e execução de qualquer atividade, nesse caso, da ginástica localizada.

Dica de professor

Antes de apresentarem sua aula de ginástica localizada, não deixem de esclarecer qualquer dúvida sobre a execução correta dos exercícios com o professor. Essa orientação prévia é fundamental, pois nem sempre as informações encontradas na internet são verdadeiras e podem, além de indicar exercícios que não trabalham a musculatura prevista, representar algum risco de lesão para vocês. Se possível, preparem e desenvolvam a aula em uma sala com espelhos; isso pode auxiliar na autocorreção dos exercícios. Outro recurso que pode ajudar é a câmera dos celulares: vocês podem fazer vídeos para avaliar os movimentos.

Recado final

Esperamos que você tenha percebido, no decorrer deste capítulo, quão prejudiciais podem ser algumas padronizações, seja no campo dos exercícios, em especial da ginástica, seja no campo da saúde, seja no campo da beleza. Baixa autoestima, ansiedade, depressão são algumas das consequências. Nossos corpos são finitos e únicos, de modo que, para vivermos uma vida saudável, precisamos, além de nos cuidar e realizar exercícios rotineiramente, considerar nossa individualidade, despindo-nos de análises preconceituosas e que por vezes podem não traduzir a realidade.

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

Capítulo 14

É JOGO OU ESPORTE? EIS A QUESTÃO!

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Biblioteca do professor. A leitura do livro *Sociologia do esporte e os processos civilizatórios*, de Eric Dunning (São Paulo: Annablume, 2014), traz contribuições valiosas para a compreensão dos processos de esportivização das práticas corporais discutidos no decorrer do capítulo.

Você já parou para pensar na origem do esporte? Já se perguntou sobre quem o teria inventado? Aliás, será que o esporte foi inventado por alguém? Essas são as questões que servirão de base para uma investigação, cujo objetivo é analisar e contextualizar aquilo que a literatura científica chama de **sociogênese** do esporte, e para examinar similaridades e distinções entre esporte e jogo.

Então, mãos à obra! Vamos entender por que e como surgiu esse que é um dos fenômenos mais importantes da sociedade contemporânea.

Sociogênese: refere-se à formação ou à produção social de determinado fenômeno. Contrapondo-se à ideia de origem espontânea e/ou mítica, a sociogênese remete à ideia de processo, marcado pelo equilíbrio entre os pesos das escolhas e da determinação nas origens e no desenvolvimento do fenômeno.



ANDRE DIB/PULSAR IMAGENS

Mulher em competição de arremesso de lança nos Jogos Indígenas do Xingu na Aldeia Aiha da etnia Kalapalo. Querência (MT), 2022.

Neste capítulo, a proposta é abordar o campo das práticas de estudo e pesquisa pela experiência de estudar. De acordo com a BNCC, esse campo abrange os discursos (ou textos) expositivos, analíticos e argumentativos cuja esfera de circulação é o espaço escolar, os espaços acadêmicos e o jornalismo científico. Na escola, o trabalho com esse campo envolve práticas e olhares para pesquisa, recepção, apreciação, análise, aplicação e produção desses textos ou discursos. Na BNCC, enfatiza-se que o domínio desse campo é fundamental, pois ajuda a ampliar a reflexão sobre as linguagens, contribui para a construção do conhecimento científico – e a valorização da prática científica – e estimula os estudantes a aprenderem a aprender.
Para estabelecer interfaces da Educação Física com o campo das práticas de estudo e pesquisa, o eixo central do capítulo será o processo de investigação da sociogênese do esporte, tema que será abordado por meio de vivências práticas, leituras de textos científicos e composição de um produto final por meio das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação. No âmbito dessa perspectiva da BNCC para a Educação Física no Ensino Médio, neste capítulo serão trabalhadas as habilidades EM13LGG202, EM13LGG301, EM13LGG502, EM13LGG701 e EM13LGG704.

E SE A GENTE... REINVENTASSE A HISTÓRIA DO ESPORTE?

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Neste primeiro momento, organizem-se em grupos para elaborar um texto criativo que conte a "história" da origem dos esportes. Para isso, não é necessário pautar-se por fatos cientificamente comprovados ou historicamente validados: a ideia é brincar com a realidade.

Procurem criar uma linha narrativa que tenha coerência interna e elaborem um texto com argumentos que possam convencer a turma de sua veracidade.

Após a elaboração da história, os grupos apresentarão suas produções textuais buscando convencer todos de que ela é a mais plausível para explicar a origem do esporte.

Depois de produzir e apresentar os textos, vamos falar sobre como foi essa experiência, preparando-nos para o que vem por aí.

- Como foi criar e apresentar sua história da origem do esporte?
- O que você achou das histórias apresentadas?
- Como vê a relação dessas narrativas com o que imagina ser a real origem do esporte?
- Como acha que o esporte teria verdadeiramente surgido?

É lógico!

Nesta atividade, você e seu grupo têm um desafio: criar outra história do esporte. Para isso, precisarão decompor o problema maior para analisar as partes e selecionar os dados que servem ao seu propósito.

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

Leitura 1

Nesta primeira leitura, você vai conhecer alguns antecedentes do esporte moderno.

Talvez você saiba que na Antiguidade já se realizavam Olimpíadas na Grécia. Considerando esse fato, na sua opinião, seria correto afirmar que já havia esporte naquele período? Leia o texto para compreender melhor essa questão.

Explique aos estudantes que, no decorrer do capítulo, serão abordados conhecimentos e experiências para tratar da origem do esporte e fazer contrapontos com o conceito de jogo.
Antes da leitura, sugira à turma que pesquise informações sobre os Jogos Olímpicos da Antiguidade para concluir se existia ou não esporte naquele período. Os estudantes podem opinar sobre o tema, mas a conclusão deve ocorrer apenas após a **Leitura 1**.

Os antecessores do esporte moderno na Europa antiga e feudal

Os "jogos" da Roma antiga não eram de modo algum similares àquilo que reconheceríamos como "jogos" atualmente, pelo menos se pudermos acreditar nos registros que nos foram transmitidos. Não eram formas de jogo no mesmo sentido que atribuímos ao termo: eram sangrentos e, do ponto de vista de pessoas que, como nós, se consideram "civilizadas", eram espetáculos bárbaros.

[...]

Além das lutas gladiatórias, simulações de combates mortais eram encenadas no Coliseu, batalhas navais, assim como batalhas terrestres, e havia os tão conhecidos massacres de cristãos e de outros grupos que eram atirados aos leões ou mortos por outros animais. O imperador Nero costumava até mesmo iluminar a arena à noite recorrendo à crucificação de cristãos, ateando fogo, em seguida, a seus corpos agonizantes besuntados de óleo.



EBER EVANGELISTA/ARQUIVO DA EDITORA

Representação artística de luta de gladiadores.

[...]

Como é possível explicar a popularidade de "jogos" e "esportes" desse tipo? Sobre que tipo de público exerciam seu apelo? Em termos sociológicos, gostaria de sugerir que são, na verdade, indicativos de atitudes com relação à vida, à morte e ao sofrimento alheio, que em muito diferem das atitudes que passaram a se tornar preponderantes no Ocidente contemporâneo.

[...]

O que dizer dos "esportes" da Grécia antiga? Eram, de fato, como insiste em sustentar a mitologia atualmente corrente do movimento olímpico, menos violentos do que seus correspondentes na Roma antiga? Juízos comparativos dessa natureza são difíceis de fazer, mas a evidência que nos foi transmitida demonstra com clareza que os "esportes" da Grécia antiga eram consideravelmente mais violentos que nossos esportes modernos. Tomemos por exemplo o caso do *pankration*, o evento mais popular dos jogos olímpicos da Antiguidade e que pode ser descrito como uma fusão de elementos que costumamos associar ao boxe, à luta livre e ao judô. Era uma forma de luta sem regras, uma variante daquilo que hoje em dia chamamos de "***ultimate fighting***", mas ainda mais violento e muito menos controlado. Vejamos como o velho mestre Norbert Elias o descrevia:

***Ultimate fighting*:** criado em 1993 como uma organização profissional de artes marciais mistas (MMA), o Ultimate Fighting Championship (UFC) é uma marca global dessa modalidade esportiva, que engloba a empresa de produção de conteúdo e um provedor de eventos.

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

Pausânias: geógrafo que viveu no século II, cuja obra *Descrição da Grécia* é um importante documento sobre a Grécia antiga.

> Os competidores lutavam com todas as partes do corpo [...]. Nem é preciso mencionar que os combatentes nessa competição brutal sofriam por vezes os ferimentos mais assustadores e que não raro homens eram mortos! O *pankration* dos *epheboi* (adolescentes) espartanos era provavelmente o mais brutal de todos. **Pausânias** conta-nos que os competidores lutavam literalmente com unhas e dentes [...].

[...]

Passemos agora a uma breve discussão sobre os equivalentes dos esportes modernos na Idade Média europeia. Compreendiam basicamente quatro categorias: torneios; caçadas e outras atividades que envolviam o tratamento brutal de animais, tais como ursos; concursos de arco e flecha; e jogos populares (*folk games*). Os torneios e as caçadas eram atividades reservadas exclusivamente a cavaleiros e a escudeiros; os concursos de arco e flecha eram restritos principalmente aos estratos urbanos de classe média; e os jogos populares, juntamente com passatempos como assédio ao urso, briga de galo e luta de cães, estavam voltados sobretudo à "gente comum".

DUNNING, Eric. **Sociologia do esporte e os processos civilizatórios**. São Paulo: Annablume, 2014. p. 161-169.

Explique aos estudantes que o "assédio ao urso" era uma modalidade de diversão pública que, de difícil caracterização como esporte, pertenceria, quando muito, à categoria das práticas sangrentas, como a caça com cães ou as diversas variações em torno do tormento de bovinos e equinos, como as farras do boi ou gineteadas, os rodeios e as vaquejadas. Consiste no açulamento (instigar para ataque) de cães contra um urso, que pode estar acorrentado pela perna, pelo braço ou pelo pescoço ou mesmo solto em uma arena ou picadeiro. Em variações do assédio, o animal atormentado pode ser um touro ou um asno (DUNNING, Eric, *op. cit.*, p. 169).

Por dentro do texto

1. c. Espera-se que os estudantes concluam que, na Roma antiga, havia maior tolerância e atração pela violência e, consequentemente, dava-se menos valor à vida; a morte e o sofrimento alheios causavam muito mais atração do que no Ocidente contemporâneo. Comente com os estudantes que, hoje, são intoleráveis quaisquer atitudes de desrespeito à vida humana, indicando que eles devem se posicionar firmemente contra esse tipo de comportamento.

2. a. Evento mais popular dos jogos olímpicos da Antiguidade, o *pankration* era uma forma de combate sem regras, mistura de boxe, luta livre e judô.

2. b. Embora as duas práticas envolvam um elevado grau de agressividade e explorem diferentes estilos de combate, no caso do UFC contemporâneo existem inúmeras regras que controlam os níveis de violência toleráveis, buscando evitar ou minimizar os riscos de ferimentos graves nos lutadores. Para ampliar a análise, observe com os estudantes que, comparando o UFC dos anos 1990 com o dos dias atuais, também é possível observar um processo de regulamentação progressivo com a inserção de regras, como divisão dos lutadores por categorias (por peso), proibição de determinadas ações (puxões de cabeça, golpes nos órgãos genitais, cabeçadas, dedos nos olhos etc.) e divisão da luta por *rounds* com limitação de tempo. Nos primeiros eventos dos anos 1990, o lema do UFC era "Não há regras!" e havia, inclusive, advertência aos espectadores sobre a natureza violenta do esporte.

4. Para evidenciar que as manifestações que podiam ser observadas na Antiguidade e na Idade Média não podem ser consideradas esportes, e muitas delas nem mesmo jogos, tendo em vista os significados dessas práticas corporais na atualidade.

3. Não. Todas as práticas apresentadas no texto tinham um grau de tolerância à violência incompatível com as práticas esportivas que hoje conhecemos.
Comente com os estudantes que, após a vivência do **Bora pra quadra?** e da **Leitura 2**, eles terão mais elementos para compreender que o esporte é um fenômeno que só vai surgir na sociedade moderna entre os séculos XVIII e XIX.

1. b. O autor responde à própria pergunta indicando que as atitudes das pessoas em relação à vida, à morte e ao sofrimento alheios eram muito diferentes das atitudes que há no Ocidente contemporâneo.

1. **Nos dois primeiros parágrafos, Eric Dunning caracteriza, com detalhes, o modo como eram realizados os "jogos" da Roma antiga.**
   a. Quais eram as características desses "jogos"?
   b. No terceiro parágrafo, o autor, com base nessas características, faz uma pergunta retórica a respeito da popularidade dos "jogos" e "esportes" na Roma antiga. Como o autor responde à própria pergunta?
   c. Com base na resposta ao item anterior, reflita: o que pode ter mudado, em termos sócio-históricos e em relação aos valores e às atitudes das pessoas, da Roma antiga até hoje?

1. a. De acordo com o autor, esses "jogos" eram sangrentos, bárbaros e marcados por extrema violência.

2. **Eric Dunning estabelece uma comparação entre o *pankration* da Grécia antiga e o UFC contemporâneo.**
   a. Qual é a definição de *pankration*, de acordo com o texto?
   b. Faça uma breve pesquisa sobre o UFC (desde suas origens, nos anos 1990, até os dias atuais) e, em seguida, responda: quais são as principais diferenças entre o *pankration* e o UFC contemporâneo?

3. **Com base na leitura do texto e em seus conhecimentos, podemos dizer que havia esportes na Grécia antiga, na Roma antiga ou na Europa medieval? Por quê?**

4. **Considerando a resposta à atividade anterior, conclua: por que no decorrer do texto o autor usa aspas ao se referir ao jogo e ao esporte?**

Biblioteca cultural

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Se possível, assista ao documentário produzido pela TV Brasil sobre a primeira edição dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, realizada em Palmas, capital do Tocantins, em 2015, disponível em plataformas de vídeo. Converse com os colegas sobre as características desses jogos e, sobretudo, das modalidades disputadas no evento.

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

Nesta atividade, a proposta é que a turma vivencie o processo de esportivização dos jogos populares. A ideia é partir de uma vivência inspirada em alguns aspectos dos jogos populares medievais: sem definição do número de jogadores, sem delimitação clara do campo de jogo e com o mínimo possível de regras. Sugerimos definir apenas uma zona de pontuação para cada time, em extremos opostos do local onde o jogo será realizado, e o objetivo é levar a bola até essas zonas.

BORA PRA QUADRA? Revivendo a sociogênese do esporte

Chegou a hora de realizarmos uma experiência de simulação dos jogos populares que antecederam o esporte. Nesta atividade, você vai experimentar jogar com o mínimo possível de regras. Trata-se de um jogo com bola. A turma deve se dividir em duas equipes, cujo objetivo é levar a bola para uma das zonas de pontuação, que ficarão em extremos opostos do local de realização do jogo.

Quantos jogadores cada equipe terá? Qual será o espaço de jogo? Quando é falta? É jogado com os pés ou com as mãos? Não haverá regras para definir nada disso. Vale tudo! Opa, na realidade quase tudo, pois **não vale colocar você nem seus colegas em risco**. Portanto, não exagere, evite correr em locais que ofereçam perigo, bem como trombar com os demais participantes nos deslocamentos.

No decorrer do jogo, o professor fará interrupções para que vocês possam ajustar as regras, a fim de deixar o jogo mais organizado.

Antes de iniciar o jogo, oriente os estudantes para que se organizem da maneira que preferirem. Diga que o único cuidado que devem tomar é para não se machucarem nem colocarem os colegas em risco. Fique atento ao andamento do jogo e interrompa-o, se for o caso, para advertir-los de riscos como esses. Após algum tempo, pare o jogo e organize uma roda de conversa com os estudantes. Peça a eles que determinem algumas regras para que a prática fique mais organizada. Depois de outro tempo de jogo, faça uma nova interrupção e, mais uma vez, permita que a turma insira novas regras para deixar o jogo ainda mais organizado e torná-lo menos suscetível à violência.

3. Os estudantes podem discutir, por exemplo, que a tendência é que as regras tornem o jogo mais organizado, justo e menos arriscado/violento.

4. É importante os estudantes perceberem que, assim como muitos dos jogos e de outras práticas corporais apresentados no texto da **Leitura 1**, o jogo vivenciado pela turma tem um regramento precário – e, caso não houvesse recomendações expressas por você, professor, poderia facilmente descambar para a violência.

Roda de conversa

1. Estimule os estudantes a discutirem as dificuldades de se jogar dessa forma, bem como os riscos de o jogo tornar-se violento com a ausência de regras mínimas.

2. Durante as discussões, mostre, também, que as regras são importantes para tornar o jogo mais civilizado, minimizando a violência e tornando a disputa mais justa.

1. O que você achou da experiência de jogar sem a definição de muitas regras?
2. Na sua opinião, qual é a importância do estabelecimento de regras no jogo?
3. Como você avalia as regras que foram sendo acrescentadas pela turma?
4. Retome a Leitura 1 e reflita sobre as relações do jogo praticado com as informações apresentadas naquele texto.

É lógico!

Para modelar um jogo, é preciso aplicar padrões que você reconhece em outros jogos e, dentre eles, utilizar apenas os que forem essenciais ao jogo criado.

Leitura 2

Nesta leitura, espera-se que os estudantes reconheçam o processo de esportivização das práticas corporais indígenas – que originalmente, assim como as práticas do texto da **Leitura 1**, configuram-se como jogos – com o intuito de proporcionar uma uniformização de condições que viabilize a participação das diferentes etnias em uma competição comum. É possível ainda estabelecer uma analogia do jogo vivenciado no **Bora pra quadra?** com os processos de uniformização dos jogos das diferentes etnias para viabilizar a realização dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas.

DIVERSIDADE CULTURAL

O texto que vamos ler é parte de uma matéria jornalística, do ano de 2015, que descreve e traz algumas reflexões sobre as expectativas com relação aos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas que seriam e foram realizados naquele mesmo ano no estado do Tocantins.

Assim como as diferentes práticas corporais da Antiguidade e da Idade Média, vistas na Leitura 1, as práticas corporais dos Jogos estabelecem aproximações e distanciamentos em relação ao conceito de **esporte** apresentado no boxe informativo adiante, ao mesmo tempo que estão em pleno acordo com o conceito de **jogo**.



DELFIM MARTINS/PULSAR IMAGENS

Corrida com tora, um dos esportes disputados nos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, realizada pelos indígenas Kayapó da aldeia Moikarako. São Felix do Xingu (PA), 2016.

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

Jogos Mundiais Indígenas não são as "Olimpíadas" dos povos tradicionais

OBJETO DIGITAL
Mapa clicável: Povos indígenas e famílias linguísticas

As provas esportivas e a presença de atletas de várias nacionalidades são as poucas coisas que aproximam os Jogos Olímpicos, que ocorrem de quatro em quatro anos, e a primeira edição dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas (JMPI), marcada entre os dias 20 e 31 de outubro, em Palmas (TO). Deixando de lado os pódios e os quadros de medalhas, os Jogos dos povos tradicionais surgem como um evento esportivo-cultural, apontando para o congraçamento das etnias desde o lema adotado – "o importante não é ganhar, e sim celebrar" – até a inclusão de jogos demonstrativos em seu programa.

"Queremos que os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas promovam a conscientização dos indígenas e o resgate de nossa identidade a partir dos esportes. Não é uma competição entre etnias, tampouco uma busca por medalhas", aponta Marcos Terena, articulador internacional do Comitê Intertribal Memória e Ciência Indígena (ITC), que está à frente da organização dos Jogos, que vão reunir cerca de 2 300 atletas de 22 etnias brasileiras e de 20 países.

ANDRE DIB/PULSAR IMAGENS



Indígena em competição de arco e flecha nos Jogos Indígenas do Xingu na Aldeia Aiha da etnia Kalapalo. Querência (MT), 2022.

Além das competições dos chamados jogos nativos de integração – os esportes tradicionais comuns para a maioria dos povos nacionais –, os indígenas poderão apresentar as práticas particulares ao seu povo, sem caráter competitivo. Etnias estrangeiras que desejarem mostrar os jogos tradicionais praticados em seus países também poderão se inscrever.

O Jikunahati (futebol de cabeça), do povo Paresi; o Jawari (ritual que envolve lançamento de dardos para atingir os oponentes), apresentado pelos Kamayurá e Kuikuro; o Akô (prova de velocidade semelhante a um revezamento), trazido pelos povos Gavião Kyikatêjê e Parkatêjê; e o Peikrãn (jogo em que uma peteca feita de palha de milho é arremessada entre os jogadores), praticado pelos Kayapós, já estão na lista de jogos demonstrativos.

Mesmo contando com fase eliminatória e finais, os chamados esportes de integração (arremesso de lança, arco e flecha, cabo de força, canoagem, corrida de velocidade, corrida de fundo, corrida com tora e natação) têm um sistema de premiação próprio e, por vezes, fogem do modelo não indígena. Em vez de conferir aos três primeiros colocados medalhas de pesos e simbolismo distintos, os quatro melhores receberão o mesmo prêmio. Outra exigência é a utilização de equipamentos confeccionados de acordo com a tradição indígena, vedado o uso de materiais que mudem o ritmo na corrida de velocidade ou óculos e touca na natação.

"Quando vira apenas um campeonato, perde-se a fraternidade e a reciprocidade dos povos. Competir vai contra o pensamento dos povos indígenas", explica Terena. "Apesar disso, precisamos estabelecer regras essenciais para evitar que os Jogos sejam vistos como um momento folclórico dos índios. Estimulamos as seletivas e os treinamentos para que os atletas possam chegar ainda mais organizados."

Os critérios das provas estão sendo definidos nos congressos técnicos do evento [...]. Uma das definições foi a padronização das canoas, das lanças, das cordas do cabo de força e das toras utilizadas na corrida, uma vez que cada etnia confecciona esses equipamentos de maneira própria. A organização cederá aos atletas o material necessário para estas provas. Na corrida de rua de 100 metros, por exemplo, a regra é que todos corram descalços.

MENDES, Nathália. Jogos Mundiais Indígenas não são as "Olimpíadas" dos povos tradicionais. **EBC**, Brasília, 16 out. 2015. Disponível em: https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2015-10/jogos-mundiais-indigenas-nao-sao-olimpiadas-dos-povos-tradicionais. Acesso em: 14 jun. 2024.

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

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Jogo e **esporte** são fenômenos e atividades que se encontram e se afastam em inúmeros aspectos. Veja a seguir definições que podem ajudar a compreender melhor essas similaridades e distinções.

> [...] o esporte é entendido, num sentido restrito, como uma prática motora/corporal: a) orientada a comparar um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos; b) regida por um conjunto de regras que procuram dar aos adversários iguais condições de oportunidade para vencer a contenda e, dessa forma, manter a incerteza do resultado, e c) com essas regras institucionalizadas por organizações que assumem (exigem) a responsabilidade de definir e homogeneizar as normas de disputa e promover o desenvolvimento da modalidade, com o intuito de comparar o desempenho entre diferentes atores esportivos (por exemplo, em âmbito mundial).

GONZÁLEZ, Fernando Jaime. Esportivização [verbete]. *In*: GONZÁLEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo (org.). **Dicionário crítico da Educação Física**. 3. ed. rev. e ampl. Ijuí: Ed. Unijuí, 2014. p. 263.

> [...] o jogo é uma atividade ou ocupação voluntária, exercida dentro de certos e determinados limites de tempo e de espaço, segundo regras livremente consentidas, mas absolutamente obrigatórias, dotado de um fim em si mesmo, acompanhado de um sentimento de tensão e de alegria e de uma consciência de ser diferente da 'vida cotidiana'.

HUIZINGA, Johan. **Homo ludens**: o jogo como elemento da cultura. 9. ed. rev. e atual. São Paulo: Perspectiva, 2019. p. 35 e 36.

Por dentro do texto

1. **No primeiro parágrafo do texto, são apresentados aspectos que aproximam e distanciam os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas dos Jogos Olímpicos. Cite esses aspectos.**

2. **Segundo o texto, além das competições dos chamados jogos nativos de integração, os indígenas poderão apresentar as práticas particulares ao seu povo, sem caráter competitivo.**

   a. O que são os jogos "nativos de integração"? O que são jogos ou práticas particulares de determinados povos indígenas?

   b. Que justificativa você acredita que seria plausível para que as práticas particulares não tivessem caráter competitivo nos Jogos?

3. **No boxe logo depois do texto, foram apresentados conceitos que definem os fenômenos jogo e esporte. Considerando essas conceituações e as informações apresentadas no texto da Leitura 2, responda às questões a seguir.**

   a. Que informações do texto da **Leitura 2** indicam uma tentativa de esportivização das práticas corporais dos povos indígenas para os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas?

   b. Quais características do fenômeno esportivo indicam esse processo de esportivização das práticas corporais indígenas para os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas?

   c. Considerando os conceitos de **jogo** e **esporte**, como você classificaria as práticas corporais indígenas originalmente, sem as adequações propostas para as disputas dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas? Por quais critérios você classifica essas práticas dessa forma?

1. Aspectos que aproximam: as provas esportivas e os atletas de diferentes nacionalidades. Aspectos que distanciam: em Jogos Olímpicos, a disputa por medalhas é um dos principais objetivos, enquanto os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas são caracterizados como um evento esportivo-cultural, revelando o congraçamento das etnias desde o lema adotado – "o importante não é ganhar, e sim celebrar" – até a inclusão de jogos demonstrativos em seu programa.

2. a. Jogos "nativos de integração" são os esportes e jogos tradicionais comuns para a maioria dos povos nacionais, tais como futebol, arco e flecha e cabo de força. Jogos ou práticas particulares são aqueles praticados predominantemente, ou exclusivamente, por determinados povos indígenas e pouco conhecidos, ou até desconhecidos, por outros.

Investigue. Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

2. b. Resposta pessoal.

3. a. A fala do líder indígena Marcos Terena – "Apesar disso, precisamos estabelecer regras essenciais para evitar que os Jogos sejam vistos como um momento folclórico dos índios. Estimulamos as seletivas e os treinamentos para que os atletas possam chegar ainda mais organizados" – e, além disso, o estabelecimento de critérios para as provas, definidos nos congressos técnicos do evento, tais como a padronização das canoas, das lanças, das cordas do cabo de força e das toras utilizadas na corrida, por meio da concessão desses materiais pela organização, em vez de serem usados aqueles confeccionados de forma própria por cada etnia. Na corrida de rua de 100 metros, por exemplo, a regra seria que todos corressem descalços.

3. b. A organização do evento para a comparação de desempenhos entre indivíduos ou grupos, o estabelecimento de um conjunto de regras buscando igualar as condições entre adversários nas disputas, mantendo a incerteza do resultado e uma institucionalização dessas regras pela organização do evento para homogeneizar as normas de disputa.

Investigue

No texto da **Leitura 2** são apresentados alguns jogos de diferentes povos indígenas, tais como o Jikunahati (futebol de cabeça), do povo Paresi, e o Jawari, dos povos Kamayurá e Kuikuro. Em grupos de quatro estudantes, pesquisem esses e outros jogos, bem como os povos indígenas que os praticam, a fim de elaborar um mapa representando a distribuição deles pelo território brasileiro. Compartilhem seus mapas com a turma e discutam sobre os povos indígenas e as características dos jogos pesquisados.

Estratégia: Em suas buscas pela internet, procurem se apoiar em *sites* confiáveis, ligados a entidades que fazem trabalhos de pesquisa e políticas públicas vinculadas aos povos indígenas. Um exemplo desse tipo de entidade é o Instituto Socioambiental (ISA), que atua ao lado de comunidades indígenas, quilombolas e extrativistas. Já o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) disponibiliza recursos *on-line* que podem ajudar na elaboração do mapa.

3. c. Essas práticas em sua origem são classificadas como jogos, e não como esportes. Tal classificação se deve ao fato de serem atividades voluntárias, realizadas em tempos e espaços delimitados pelos indivíduos ou grupos envolvidos, segundo regras livremente consentidas por essas mesmas pessoas.

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

E SE A GENTE... FIZESSE UMA ANIMAÇÃO EM *WHITEBOARD*?

Propomos, agora, a realização de uma atividade que promove uma síntese dos conhecimentos abordados no decorrer do capítulo, evidenciando, em uma linguagem que dialogue com as culturas juvenis, o processo civilizatório que demarca a sociogênese do esporte moderno, tal como visto nas **Leituras 1** e **2**. O objetivo é, pelos conhecimentos e experiências acumulados, superar a especulação baseada no senso comum, propiciando a aquisição de consciência histórica crítica, capaz de articular o presente, o passado e o futuro, tomando por base a ideia de processo civilizatório. A atividade permitirá o desenvolvimento das habilidades EM13LGG301 e EM13LGG701, que preveem, respectivamente, a participação em processos de produção colaborativa, a exploração das TDIC e a utilização de diferentes linguagens, mídias e ferramentas digitais em processos de produção coletiva, colaborativa e projetos autorais em ambientes digitais. Organize a turma nos mesmos grupos da atividade que abre o capítulo **(E se a gente ... reinventasse a história do esporte?)** e faça a mediação das etapas do processo de criação de um projeto com o tema "A história ilustrada do jogo ao esporte", por meio da técnica de produção audiovisual chamada animação em *whiteboard*.

A história do esporte ilustrada

Busque por "exemplos de animação" + "*whiteboard*" ou "animações de quadro branco" na internet para acessar vídeos com trabalhos criados, com o passo a passo de como criar, ferramentas e outras referências.

Divididos nos mesmos grupos da primeira atividade do capítulo **(E se a gente reinventasse a história do esporte?)**, vocês vão realizar uma animação em *whiteboard*. O ponto de partida será a desconstrução da história do esporte que vocês elaboraram naquela atividade. Em seguida, vocês vão percorrer todas as aprendizagens vivenciadas no capítulo, passando pelas competições atléticas pré-modernas até os dilemas entre jogo e esporte nos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, sem se esquecerem da vivência no **Bora pra quadra?**.

Etapa 1 – Escolha do formato e definição de papéis

a. Pesquisem diferentes projetos de animação em *whiteboard* para criar o de vocês: analisem os diferentes estilos de desenho, tipos de narração, fundos musicais, a edição dos vídeos, a duração etc.

b. Dividam, entre os integrantes do grupo, as tarefas demandadas para a realização do projeto: desenhar, narrar, inserir fundo musical, fazer abertura, editar o vídeo etc. Cada um deve, antes, experimentar algumas delas para identificar suas preferências.

Etapa 2 – Elaboração do roteiro

As tarefas podem ser distribuídas individualmente ou para duplas ou trios do grupo; para isso, uma alternativa é criar comissões dentro do grupo. Exemplos: comissão de desenho, comissão de edição de vídeo e comissão de áudio (narração e música).

Elaborem um roteiro no formato de um quadro com quatro colunas.

Tempo	Locução	Vídeo	Efeitos sonoros
00:00-00:05	Olá, pessoal! Neste vídeo, abordaremos a nossa experiência com o estudo do jogo e do esporte.	[Aparece desenho de boas-vindas.]	[Música agitada para iniciar a animação.]

Na elaboração desse roteiro, também é importante considerar os diferentes papéis definidos na etapa anterior: marquem, de maneira sintética, as imagens que serão incluídas, bem como a trilha e os efeitos sonoros.

É importante que essa etapa seja elaborada de forma colaborativa por todo o grupo.

Etapa 3 – Elaboração da animação

Com base na divisão das tarefas e no roteiro, chegou o momento de elaborar a animação em *whiteboard*. Sugerimos alguns passos que podem orientar o processo de elaboração da animação.

a. Gravação da animação

Definam, primeiro, se a animação será feita da maneira tradicional (alguém desenhando, enquanto outra pessoa grava) ou usando as ferramentas disponíveis nos vários *sites* especializados em *whiteboard*. No caso de ser um processo tradicional, vocês podem gravar uma série de clipes (cada clipe para uma tela) e, em uma etapa posterior, juntá-los e editá-los, acelerando a execução do vídeo (assim o desenhista não precisa realizar as ilustrações tão rapidamente).

b. Gravação da locução do texto

Esta etapa pode ser realizada com o gravador de um *smartphone*. Depois, se acharem necessário, podem buscar na internet um *software* especializado para editar o som. A locução também pode ser gravada em uma série de clipes (cada um para uma tela).

Tá ligado!

Na elaboração do roteiro da animação, busque mobilizar seus conhecimentos sobre gêneros multimodais, adquiridos nos estudos de Língua Portuguesa. Considere como o texto verbal e o não verbal podem se complementar, bem como a relação entre os elementos visuais e sonoros.

É importante acompanhar os grupos durante todo o processo e solicitar que entreguem relatórios de cada etapa para que seja possível propor ajustes nos projetos, adaptando-os à proposta. Lembre os estudantes de que o ponto de partida é a primeira atividade do capítulo **(E se a gente... reinventasse a história do esporte?)** e que eles devem contemplar tanto as competições atléticas pré-modernas quanto a vivência do jogo do **Bora pra quadra?** para trazerem como pontos de culminância o surgimento e a caracterização da diferenciação entre os fenômenos **jogo** e **esporte**. Caso todo esse processo seja considerado inviável para o contexto da escola, a sugestão é elaborá-lo em forma de histórias em quadrinhos, que podem ou não ser filmadas com o próprio celular e narradas.

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

c. Edição de vídeo

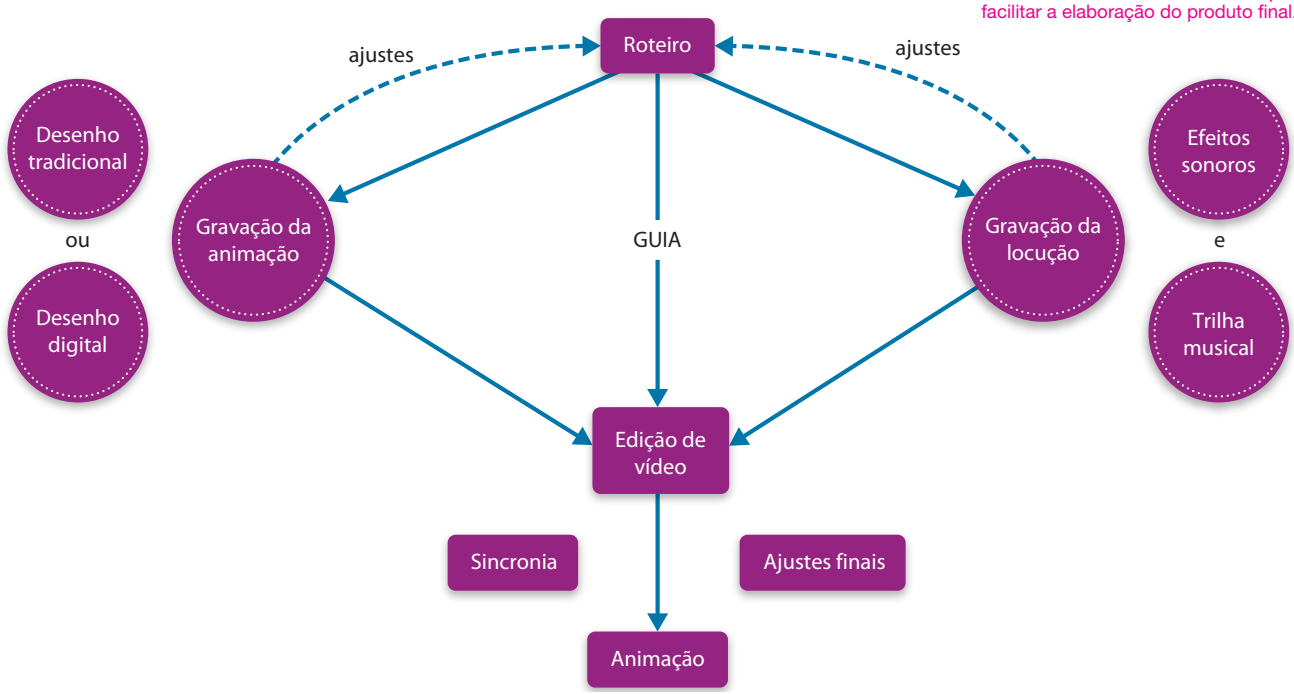
Nesta etapa, vocês devem juntar imagem com som. É recomendável, primeiro, acertar as imagens e, em seguida, inserir a locução. Na internet há ótimas sugestões de editores de vídeo. A locução dita o ritmo do vídeo; então, é comum a necessidade de ajustes na duração e no corte das imagens para que as duas partes estejam bem sincronizadas. Depois de terem acertado a sincronização e o ritmo da locução e das cenas, apliquem a trilha sonora (tomando cuidado para que ela não se sobreponha à locução) e, por fim, se desejarem, os efeitos sonoros. Existem *sites* que disponibilizam músicas para *download* gratuito.

Note, no esquema a seguir, o fluxo do processo.

Dica de professor

O roteiro elaborado na Etapa 2 pode passar por ajustes e reelaborações durante o desenvolvimento da Etapa 3. É fundamental que ele esteja atualizado quando o grupo chegar ao terceiro passo dessa etapa.

Na etapa 3, é importante que cada integrante realize sua tarefa de modo individual, coletivo ou por comissões, de acordo com os combinados. Todos os "setores" devem se comunicar para facilitar a elaboração do produto final.



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Etapa 4 – Apresentação do projeto

A etapa final consiste na apresentação dos projetos à turma. Dependendo das possibilidades, os projetos podem também ser disponibilizados para a escola e comunidade e/ou tornados públicos pelas redes sociais, por exemplo.

Recado final

Como pudemos ver no decorrer deste capítulo, o fato de o ser humano ser capaz de correr, saltar e arremessar não significa que ele sempre tenha praticado esporte. Esperamos que você tenha compreendido que jogo e esporte têm uma série de similaridades, ao mesmo tempo que se distinguem de maneira categórica em alguns aspectos. Resumidamente, podemos assumir que, enquanto o esporte demanda padronização e rigidez nas regras, o jogo permite flexibilidade e negociação desses acordos. Cabe ainda ressaltar que não se trata de eleger qual das manifestações é melhor, mas de assumir que simplesmente são diferentes. Aproveite o melhor desses "dois mundos", dos jogos e dos esportes!

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

Capítulo 15

"KIAAAAI!": O GRITO DAS LUTAS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Reconhecer, valorizar, fruir e produzir diferentes formas de expressões corporais, verbais e artísticas amplia a compreensão dos estudantes a respeito da gestualidade e das dinâmicas sociais relacionadas às práticas corporais. Para desenvolver a experiência do grito no campo artístico, neste capítulo os estudantes são motivados a compreender o grito nas práticas corporais, especificamente no campo das lutas. *Kiai* é o nome dado ao grito que se emite, nas artes marciais, durante a execução dos golpes ou em outros momentos, como ao pontuar ou vencer o combate. Com base no olhar das artes marciais como manifestação artística, delineamos o capítulo, dando destaque à análise técnica, expressiva, estética e política do *kiai*. Como a arte marcial, em especial a do *kendo*, será trabalhada com os estudantes, é importante que eles cuidem da própria segurança e integridade física, bem como respeitem os limites dos colegas. No final, serão convidados a posicionar-se criticamente diante de diferentes assuntos, realizando uma criação artística. Usando a fotografia do corpo e a escrita, deverão mostrar sentimentos e emoções expressos pelo grito em uma exposição aberta à comunidade. Assim, desenvolveremos as habilidades EM13LGG201, EM13LGG302, EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG603 e EM13LGG701 da BNCC.



ALEXANDER BOGATYREV/SOPA IMAGES/LIGHTROCKET/GETTY IMAGES

A atleta italiana Carola Casale grita durante uma competição de caratê. Birmingham, Alabama, Estados Unidos, 2022.

Na sua opinião, qual é a função do grito? É possível expressar opiniões, sentimentos e emoções ao gritar? Qual é o papel do grito nas artes marciais?

O grito nas práticas corporais é realizado para liberar energia, vocalizar a realização da força, aliviar a tensão, melhorar a *performance*, intimidar o adversário, lidar com a raiva, exprimir dor, enfim, para expressar uma infinidade de sentimentos e até mesmo auxiliar na execução das ações.

Neste capítulo, você compreenderá a função do grito no campo das artes marciais e refletirá sobre essa expressão nas diferentes práticas corporais.

Leitura

Os dois textos a seguir ajudarão a compreender a função e os efeitos do grito na *performance* dos atletas.

Este primeiro texto faz parte de uma série feita para um programa de televisão. O texto 2 é um verbete de enciclopédia de artes marciais.

Texto 1

[...]

Tênis, halterofilismo e luta são alguns dos esportes em que os gritos dos atletas são mais audíveis. Mas esses berros aumentam de forma efetiva a *performance* física? [...]

Para testar a efetividade dos gritos, o produtor John Brenkus trouxe para seu galpão de estudos o lutador Paul Pumphrey. Recordista mundial na quebra de placas de concreto, Pumphrey tem a impressionante marca de 23 placas destruídas com apenas um golpe. Ele tradicionalmente usa o grito, também chamado de *Kiai*, um termo de artes marciais japonesas que se refere à exteriorização da energia corporal.

No teste, duas pilhas idênticas, cada uma com 15 placas de concreto, foram preparadas para Pumphrey destruir. Uma enquanto gritava a plenos pulmões, outra em silêncio total. Os cientistas da série colocaram um acelerômetro em Paul para medir a velocidade dos seus antebraços no ato da quebra. Medidores

Fala aí! Os estudantes devem responder com base em conhecimentos prévios sobre as diferentes modalidades esportivas com que já tiveram contato. Poderão citar o levantamento de peso, o saque do tênis, o momento antes do salto com vara, o início da luta *huka-huka*, a marcação de ponto no vôlei, o grito de guerra das torcidas, o *haka* do rúgbi, entre outros.

Fala aí!

Você conhece algum esporte em que os atletas gritam antes, durante e/ou depois da execução dos movimentos? E conhece algum esporte no qual quem assiste também se expressa pelo grito? Por que você acha que isso ocorre?

Estratégia: Preste atenção às falas dos colegas para poder contribuir com o que já foi dito.

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

de carga sobre as pilhas vão medir a força gerada pelos golpes. Quando gritou, Paul alcançou incríveis 900 quilos de força e destroçou a pilha inteira de placas de concreto. Sem gritar, Paul não conseguiu quebrar toda a pilha de tijolos de concreto e gerou 25% menos força, alcançando 680 quilos. O mito está provado.

SÉRIE Ciência do Esporte mostra a eficiência do grito dos atletas. **Globo Esporte**, Seção Corujão do Esporte, Rio de Janeiro, 7 abr. 2012.

Texto 2

O significado de *Kiai*

KIAI [Japão] – ou KI-YA. Normalmente entendido como o "grito" desferido por artistas marciais, na verdade tem um significado mais profundo. A expressão pode significar "espírito unificado ou concentrado" ou "energia em harmonia". [...]

Nas artes marciais é uma forma de canalizar energia ao se efetuar um golpe. Serve também para sincronizar a respiração com os movimentos do corpo.

Também pode ser usado de forma estratégica, pois pode induzir o inimigo a iniciar seu movimento, revelando sua intenção.

O grito deve nascer no baixo-ventre [...], cerca de três dedos abaixo do umbigo, região onde se localiza o nó da faixa. Ocorre em duas fases:

- Fase de preparação: consiste na contração dos músculos abdominais e inspiração profunda, em que a mente prepara o corpo para um surto de energia.
- Fase de impulso: fase de expiração, em que o ar é violentamente expulso.

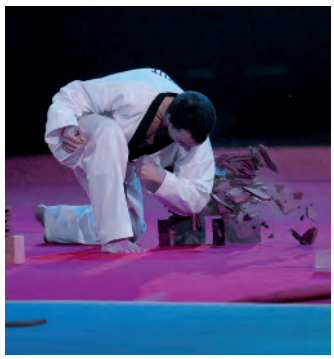
Tipos de *Kiai*

- *Kiai* de ataque: serve como uma preparação para o combate ou para um ataque, e como uma forma de concentração. Tem um tom explosivo crescente.
- *Kiai* de reação: serve para criar uma sensação de desapontamento no adversário porque revela sua intenção. Tem um som oco, pesado e intenso.
- *Kiai* de vitória: serve para aliviar a tensão muscular e exprimir a vitória. É alto e agudo, e vem do plexo solar como se fosse uma risada [...].
- *Kiai* oculto (sombra): é como se fosse um murmúrio ("humm"), que serve para expulsar energia negativa do corpo e da mente.
- *Kiai* silencioso: usado em técnicas de meditação.

KIAI-KEIKO [Japão] – ou KIAIDO. É um treinamento especial para o aprendizado do *Kiai*.

KIAP [Coreia do Sul] – ou KIAHP. É um grito realizado para concentrar ou liberar energia (mesmo que *Kiai*).

ALVARENGA, Luiz Gonzaga de. *KIAI* [Japão] – ou *KI-YA*. **Enciclopédia ilustrada de artes marciais e vida natural**. [*S. l.*]: Clube de Autores, 2017. v. 3.



VISUALWRITTEN SL/ALAMY/FOTOARENA

Artista marcial demonstra técnica de quebramento de telhas. Paris, 2011.

FAIXA DE ÁUDIO *Kiai*

Papo aberto sobre os textos

1. Resposta pessoal. Converse com os estudantes, instigando-os a comparar o conhecimento prévio que tinham sobre a função do grito nas práticas corporais com alguns dos conceitos apresentados na **Leitura**.

1. **Você imaginava que o grito poderia potencializar a força de um golpe?**
2. **Qual é o significado do grito para você nas seguintes situações:**
   a. Caso pratique um esporte em que o utilize. **2. a.** Resposta pessoal.
   b. Caso o empregue ao torcer por algum esporte. **2. b.** Resposta pessoal.
3. **No texto 1, o autor afirma que "O mito está provado". Sobre essa frase, responda:**
   a. Qual é esse mito? **3. a.** O mito de que os gritos aumentam de forma efetiva a força dos atletas na execução dos movimentos específicos das modalidades esportivas.
   b. O teste realizado no **texto 1** é suficiente para provar cientificamente a eficácia do grito no esporte? **3. b.** Para que uma hipótese seja comprovada cientificamente, é preciso haver vários experimentos, considerando diferentes condições. Para cumprir o rigor metodológico, uma pesquisa deve atender aos requisitos do método científico.

Como no capítulo trabalharemos as dimensões ética e estética, utilizaremos a definição de artes marciais, porém o termo "luta" será tratado como sinônimo. No campo acadêmico, esses termos são distintos e apresentam uma diversidade de sentidos e significados, não havendo consenso sobre o assunto. Assim, é mais importante desenvolver com os estudantes essa manifestação da cultura corporal de movimento.

Biblioteca do professor. Para ampliar a conversa com os estudantes sobre as diferenças de terminologia, indicamos o artigo "Lutas, artes marciais e modalidades esportivas de combate: uma questão de terminologia", de Luiz Gustavo Bonatto Rufino e Suraya Cristina Darido (EFDeportes.com, *Revista Digital*, Buenos Aires, v. 16, n. 158, jul. 2011).

É lógico!

Para responder à questão 3, você precisa reconhecer os padrões relativos aos *kiais* citados e buscar situações do esporte que correspondam a esses mesmos padrões.

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

4. Resposta pessoal. Sugestão: O **texto 1** afirma que *kiai* é "um termo de artes marciais japonesas que se refere à exteriorização da energia corporal". Já no **texto 2**, ele explica que, muito além de ser um grito, o *kiai* é também uma expressão de um "espírito unificado ou concentrado" ou da "energia em harmonia". Pode ter a função de sincronizar a respiração com os movimentos do corpo ou funcionar como estratégia. O objetivo do **texto 1** não é fazer uma exposição detalhada sobre a prática do *kiai*, o que o leva a adotar uma definição pontual para o termo.

Por dentro dos textos

4. Para você, o texto 1 contempla todos os significados de *kiai*, como é feito no texto 2? Justifique sua resposta.

5. Pela leitura do texto 2, é possível afirmar que o *kiai* consiste apenas em emitir um grito durante a prática das artes marciais?

6. Em diversas práticas corporais, o grito também está presente, porém nem sempre carregado dos significados e sentidos atribuídos ao *kiai* no contexto das artes marciais. Baseado nos diferentes tipos de *kiai* listados no texto 2, dê exemplos de gritos emitidos nas situações esportivas a seguir.

a. Grito de ataque. b. Grito de reação. c. Grito de vitória.

5. Não, o *kiai* é uma prática repleta de significados na cultura oriental, da qual se origina. Ressalte com os estudantes o verbete "KIAI-KEIKO [Japão] – ou KIAIDO", no qual fica evidente que o aprendizado do *kiai* é complexo, demandando treinamento especializado. Leve-os ainda a perceber que o *kiai*, como expressão artística, pode ser emitido com intensidades e volumes diferentes, de acordo com a intenção do artista marcial (atacar, intimidar, concentrar-se, entre outras práticas).

Tá ligado!

O grito está sendo estudado neste capítulo pelo viés da Educação Física, nas práticas corporais. Ele também foi retratado na Arte, como expressão de sentimentos, em uma série de quatro pinturas criadas pelo artista norueguês Edvard Munch entre 1893 e 1910, hoje consideradas importantes obras do Expressionismo.

Tá ligado! Uma leitura de *O grito*, de Munch, será proposta mais adiante neste capítulo.

Alguns autores definem e distinguem as expressões "arte marcial", "lutas" e "modalidades esportivas de combate". Neste capítulo, consideramos:

> "Arte Marcial faz referência a um conjunto de práticas corporais que são configuradas a partir de uma noção aqui denominada de 'metáfora da guerra', uma vez que essas práticas derivam de técnicas de guerra como denota o nome, isto é, marcial (de Marte, deus romano da guerra; Ares para os gregos). Assim, a partir de sistemas ou técnicas diversas de combate situados em diferentes contextos sociais, essas elaborações culturais passam por um autêntico processo de ressignificação, em que as dimensões ética e estética ganham uma expressiva proeminência. Dessa forma, podemos identificar que a expressão 'arte' nos sinaliza para uma demanda expressiva, inventiva, imaginária, lúdica e criativa, como elementos a serem inclusos no processo de construção de certas manifestações antropológicas ligadas ao universo das Artes Marciais. Já o termo 'marcial', relacionado ao campo mitológico, faz alusões à dimensão conflituosa das relações humanas. Assim, temos a inclusão contínua de elementos que ultrapassam as demandas pragmáticas e utilitaristas das formas militares e bélicas de combates".

CORREIA, Walter Roberto; FRANCHINI, Emerson. Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate. **Motriz: Revista de Educação Física**, Rio Claro, v. 16, n. 1, 2010.

Sugestões: **6. a.** Ao sacar no vôlei. **6. b.** Vaia da torcida para o adversário. **6. c.** Ao marcar ponto no tênis. Reafirme com os estudantes que o grito está presente em outras práticas corporais, porém com significados diferentes daqueles atribuídos ao *kiai* no contexto das artes marciais. Fora desse universo, chamaremos apenas de gritos os sons emitidos pelos praticantes de diferentes esportes.

Fala aí! Resposta pessoal. Considere com os estudantes que o *kiai*, uma vez definido como uma forma de canalizar a energia, ao ser emitido, é carregado de uma expressão corporal que pode revelar as intenções e os sentimentos dos artistas marciais quando analisado esteticamente. Sem esse olhar artístico, podemos considerar o *kiai* apenas um gesto técnico.

Fala aí!

Considerando as artes marciais como uma manifestação artística, você acha que o *kiai* também pode ser uma expressão artística?

Estratégia: Fundamente sua opinião em argumentos construídos com base nas discussões iniciais deste capítulo ou em conhecimentos que você tenha sobre o assunto.

Investigue. A atividade pode ser feita em trios e fundamentada na resposta dos estudantes ao questionamento do boxe **Fala aí!**, referente aos esportes conhecidos em que os atletas se utilizam do grito como expressão. Oriente os estudantes a fazer uma pesquisa prévia para encontrar um atleta com disponibilidade para atendê-los. A preferência é encontrá-lo na cidade onde residem para que tenham um contato próximo, porém eles podem contatar um atleta de outras localidades. Os estudantes também podem elaborar um roteiro incluindo outros questionamentos que considerarem pertinentes desde que mantenham o foco em saber mais sobre como é desenvolvido o *kiai* e sua função, ou sobre o grito nas lutas ou em outras modalidades esportivas.

Investigue

Como será a experiência do grito do ponto de vista dos atletas das diferentes modalidades esportivas? Procure um atleta de luta ou outra prática corporal em sua região e entreviste-o, de forma presencial ou *on-line*, para saber se ele utiliza o grito durante a prática e, em caso de resposta afirmativa, com qual objetivo e que efeito isso produz em sua *performance*. Se for um artista marcial, questione se ele conhece o conceito de *kiai* e, se usa o grito, como este é desenvolvido ou treinado no cotidiano de sua prática.

Estratégia: Mantenha postura respeitosa com o entrevistado, evitando interrompê-lo, e agradeça, ao final, a disposição dele de dar a entrevista.

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

O objetivo desta seção é que os estudantes experimentem diferentes jogos de luta de longa distância, usando a arte marcial *kendo* como guia, sem a necessidade de se aprofundar nas especificidades da prática, mas olhando de maneira artística a força e a beleza de suas técnicas. Os estudantes devem cuidar da segurança e da integridade física individual e coletiva, respeitando os colegas. Alguns elementos do *kendo* servirão de base para as atividades, principalmente o uso do *kiai* durante a aplicação dos golpes. Caso haja algum grupo que pratica essa modalidade em sua região, considere a possibilidade de convidá-lo para se apresentar e ensinar a técnica dos golpes de modo mais específico.

BORA PRA QUADRA? *Kendo* – uma luta de longa distância

As atividades desta seção serão baseadas em golpes de ***kendo***, cada um deles precedido de *kiai*. Caso se interesse, você pode procurar grupos específicos que ensinem essa modalidade de luta para aprender ainda mais sobre ela e suas diversas técnicas. Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Para praticar o *kendo*, é preciso ter a espada (*shinai*). Com o professor, organizem-se para construir as espadas com materiais que não machuquem. Vocês podem confeccioná-las com cano de PVC, flutuador (espaguete de natação), jornal, régua de metal, cabo de vassoura, pedaços de madeira, entre outros materiais.

A fim de desfrutar as atividades seguintes, é preciso respeitar a integridade física de todos.

A prática do *kendo*, além da espada, exige uma armadura e roupas apropriadas. Contudo, como utilizaremos uma espada leve, assim como não aplicaremos golpes de grande intensidade, não será necessário usar os equipamentos oficiais.

Na atividade, são desenvolvidas as habilidades EM13LGG201, EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

Nas **lutas de longa distância**, em geral, o objetivo é tocar o corpo do oponente antes de você ser tocado, por meio de implementos, como a espada. Para que os golpes tenham eficácia, a distância entre os lutadores é maior do que nas outras classificações (curta e média distância). São exemplos de lutas de longa distância a esgrima, o *kenjutsu*, o *kendo*, o *kempo*, algumas ações do *kung fu*, entre outras.

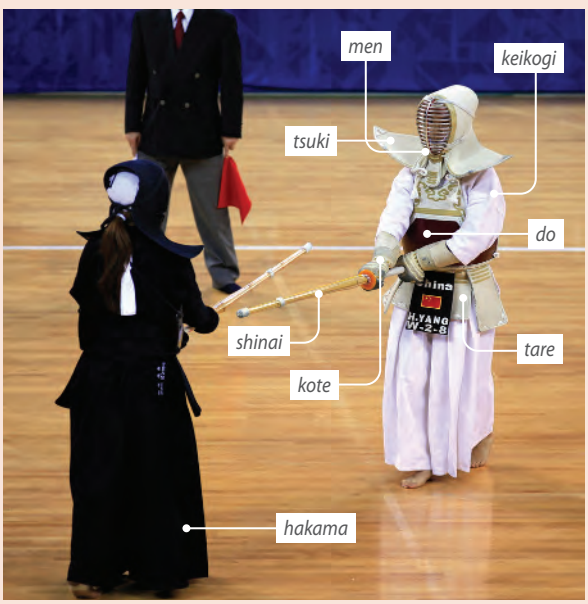
O *kendo* é uma arte marcial milenar japonesa derivada do *kenjutsu*. Tem uma filosofia que não está centrada apenas na competição, pois é considerado uma prática com princípios e valores para aperfeiçoar o corpo e o espírito dos praticantes. Há etiquetas e comportamentos específicos que devem ser adotados no espaço de luta e no uso dos equipamentos da modalidade. Hoje, o *kendo* é uma luta praticada em diferentes partes do mundo, inclusive no Brasil.

As lutas duram de 3 a 5 minutos e vence quem pontuar mais durante esse tempo ou aquele que primeiro realizar dois *ippon* seguidos. Caso haja empate, há a possibilidade de prorrogação. Para fazer pontos, não basta conseguir acertar o adversário; outros aspectos, como postura correta, movimento preciso, domínio da espada e enunciação do golpe com um *kiai*, também são avaliados.

Os golpes podem ser direcionados para a cabeça (*men-uchi*), para o antebraço (*kote-uchi*), para as laterais do tronco (*do-uchi*) e para a garganta (*tsuki-uchi*) do oponente. Alguns dos termos que designam os golpes também correspondem às peças da vestimenta do praticante, de acordo com a parte do corpo em que esses golpes são aplicados.

A fotografia mostra como é essa vestimenta.

TESTING/SHUTTERSTOCK



Lutadoras (*kenshi*) usando a armadura completa (*bogu* ou *kendogu*) durante uma competição de *kendo*. Beijing, China, 2010.

Biblioteca do professor. Para conhecer o *kendo* de modo mais específico, indicamos o *Manual ilustrado de kendo*, da Associação Portuguesa de Kendo (Cidade do Porto).

***Kendo*:** termo de origem japonesa, significa "disciplinar o caráter humano por meio da aplicação dos princípios da *katana* (sabre japonês)".

Biblioteca do professor. Você encontrará outras atividades com o uso de espada no **Capítulo 14** do livro *O ensino das lutas na escola: possibilidades para a Educação Física*, de Rufino e Darido (Porto Alegre: Penso, 2015).

Com os estudantes, levante as possibilidades de confeccionar espadas com materiais leves e que não machuquem. Em duplas, eles podem escolher um modelo para construir em casa. Também podem levar os materiais necessários para a escola; nesse caso, reserve uma aula para a confecção. As espadas podem ser mantidas na escola, integrando o material de Educação Física e permitindo o usufruto de outras turmas.
Leia orientação sobre a construção de espadas nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

ATENÇÃO

Respeite o corpo do colega. Não são permitidos golpes fortes com a espada e nenhum tipo de ação que machuque o colega. Respeite também os limites de seu corpo. Apesar de haver disputas, é uma atividade lúdica de experimentação, e não uma competição.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

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

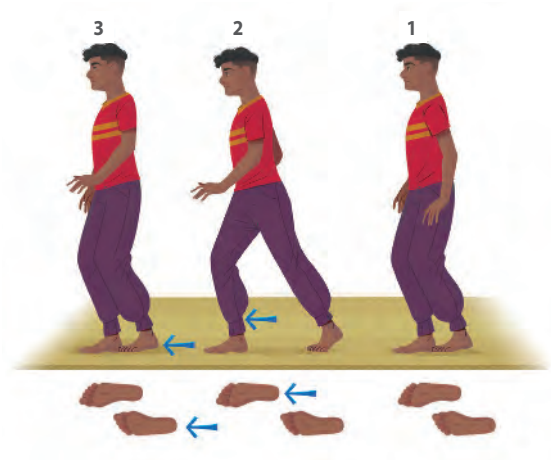
Etapa 1. Para essa etapa, não é necessário que os estudantes estejam em duplas. Espalhe-os pelo espaço e dê os comandos. Comece ensinando-os a deslocar-se para a frente, para trás e lateralmente, seguindo o esquema de passos do *okuri-ashi*. Conforme forem entendendo a lógica das passadas, aumente a velocidade. Eles devem deslocar-se sem a espada em um primeiro momento. Para treinar a guarda e a coordenação motora, podem colocar um pedaço de pano na ponta da espada, com o objetivo de não derrubá-lo enquanto se deslocam, mantendo a postura corporal na execução dos movimentos. Para conhecer um pouco mais sobre a modalidade e os golpes básicos, procure vídeos na internet que mostrem uma aula inicial de *kendo*.

Etapa 1 – Deslocamento e guarda

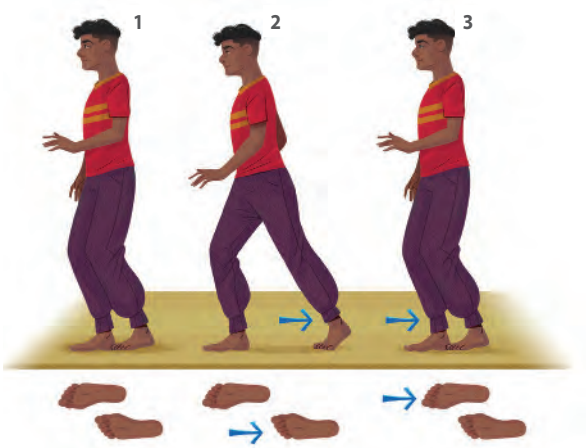
Antes de iniciar a movimentação com a espada, é necessário dominar o modo de se locomover durante a luta e a guarda do *kendo*. Vamos experimentar a forma básica, chamada de *okuri-ashi*.

Na posição inicial, seu pé direito deve ficar um pouco à frente do esquerdo. Ao sinal do professor, desloque-se para a frente: dê uma passada com o pé direito e arraste o pé esquerdo, de modo que os pés fiquem novamente como se estivessem na posição inicial. Para dar a passada para trás ou para a esquerda, o pé esquerdo avança primeiro para essas direções. Já para a direita e para a frente, é o pé direito que se desloca. A postura também é importante; por isso, mantenha sempre a coluna ereta, de acordo com o padrão estético da modalidade.

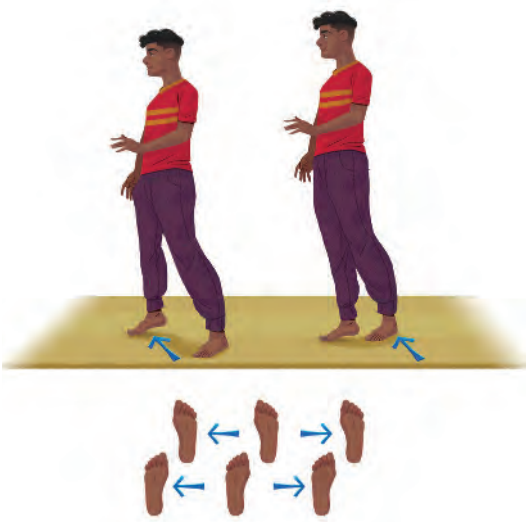
Ao comando do professor, caminhe rápido ou devagar, treinando as passadas nas diferentes direções.



Deslocamento para a frente.



Deslocamento para trás.



Deslocamento lateral.

Para fazer a guarda do *kendo*, segure a espada com as duas mãos (a direita, próxima à proteção da empunhadura da espada, e a esquerda, na ponta inferior) na altura da cintura. Direcione a ponta da espada na altura do pescoço do oponente e caminhe para as diferentes direções que seu professor indicar, sem perder o posicionamento da espada.



Guarda.

Fonte: Elaborado com base em: PALACIOS, C. R. S. **Manual ilustrado de kendo**. 2015. 104 f. Tesis (Licenciatura en Cultura Física) – Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca, Equador, 2015.

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Forme dupla com um colega. Enquanto um fica na guarda, o outro deve dar os comandos para o deslocamento e analisar se o movimento executado está correto. Usem as ilustrações anteriores como parâmetro.

Etapa 2 – *Kiaaaai*!

No *kendo*, os golpes só são permitidos em três partes do corpo: na parte superior da cabeça (*men*), nos lados esquerdo e direito do tronco (*do*) e nos antebraços (*kote*). Já a **estocada** (*tsuki*) só vale no pescoço. Para serem válidos e pontuados em uma competição de *kendo*, esses golpes devem ser realizados com a devida técnica e acompanhados do *kiai*. Como não utilizaremos a armadura e o equipamento dessa luta, não aplicaremos os golpes na cabeça nem no pescoço, tampouco será permitido aplicar os golpes com força; você vai apenas encostar a espada. Lembre-se de que você pode interromper o movimento antes de atingir o colega.

Estocada: no *kendo*, é um golpe rápido, no qual a ponta da espada é direcionada para a garganta do adversário.

Escolha o grito que você vai soltar ao aplicar o golpe. Além do termo *kiai*, você pode usar qualquer outra palavra ou outro som que queira. No *kendo*, geralmente o *kiai* é expresso pelo nome do golpe. Tente executá-lo lembrando que acontece em duas fases: a de preparação e a de impulso, conforme você viu na seção **Leitura**. Repita quantas vezes considerar necessário, até que sincronize o grito com o movimento, acertando o golpe no local indicado.

a. Golpe no tronco (*do*) – Retomem a dupla formada na etapa anterior. Combinem qual integrante da dupla será o primeiro a atacar. Na posição de guarda, quando você for atacar, segure firmemente a espada e, com passadas rápidas em direção ao colega, tente acertar o tronco dele do lado que preferir. Nesse momento, você solta o *kiai* que escolheu (se for o nome do golpe, grite: "*Do!*"). O colega, que está na defesa, segura firmemente a espada na posição de guarda, levantando-a após receber o golpe.



KISELEV ANDREY VALEREVICH/SHUTTERSTOCK

Golpe *do*.

b. Golpe no antebraço (*kote*) – Novamente, combinem qual será o primeiro da dupla a atacar. Na posição de guarda, realize os mesmos passos anteriores, mas tentando acertar o antebraço direito do colega em vez do tronco. Nesse momento, você solta o *kiai* que escolheu (se for o nome do golpe, grite: "*Kote!*").

Caso a escola tenha disponível um saco de pancadas, peça aos estudantes que o utilizem para treinar os primeiros golpes. Confeccione com a turma proteções para o antebraço e o tronco, com colchonetes ou com materiais de baixo custo, como papelão, espuma de colchão, plástico-bolha, jornal etc.
Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.



OSTILL IS FRANCK CAMHI/SHUTTERSTOCK

Lutadora aplica o golpe *kote* na oponente.

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

Etapa 3 – Combate

Com os estudantes, delimite uma área de combate, que pode ser estreita, evitando que eles se desloquem muito pelo espaço. Para dinamizar a vivência, organize-os em quartetos, de forma que, enquanto dois se enfrentam, os outros arbitram o confronto. Assim, os que atuarem como árbitros podem garantir o cumprimento das regras e definir o vencedor. Ao terminar o tempo das disputas, peça aos estudantes que troquem de função no quarteto. Para essa etapa, é necessário um escudo, que pode ser um colchonete, um pedaço de papelão, entre outros materiais. É importante que os estudantes se controlem na hora de aplicar os golpes.

Agora é a vez de as duplas combaterem. Retomem novamente a dupla formada nas etapas anteriores e formem um grupo com outra dupla. Enquanto dois integrantes combatem, os outros dois serão os árbitros. Vocês trocarão de função ao término do tempo estipulado pelo professor.

Lembre-se da forma de se locomover durante a aplicação dos golpes e respeite o espaço de jogo. Também considere os diferentes tipos de *kiai* durante o combate e use-os conforme sentir necessidade. Não aplique os golpes de forma brusca, pois o objetivo é apenas encostar a espada nas partes específicas do corpo (antebraço e laterais do tronco) do colega.

a. Defesa com o escudo – Antes do combate direto, treinem a defesa. Um estudante deverá segurar a espada, e o outro, um escudo. Vocês devem estar posicionados um de frente para o outro, a uma distância correspondente ao tamanho da espada. Fiquem na posição de guarda e, ao sinal do professor, iniciem a luta. Enquanto um estudante ataca, o outro deve apenas se defender. Cada estudante com a espada terá 1 minuto para tentar acertá-la no antebraço ou nas laterais do tronco do colega o maior número de vezes possível. Ao término desse tempo, trocam-se os papéis: quem estava no ataque (espada) vai para a defesa (escudo). O estudante que acertar mais golpes vence. Os árbitros devem controlar o tempo e os pontos.



Defesa com o escudo.

b. Golpe com a espada – Vocês devem estar posicionados um de frente para o outro, com a distância das espadas entre vocês. Fiquem na posição de guarda e, ao sinal do professor, iniciem, tentando atacar nos locais permitidos e defender tais golpes. Lembrem-se de que o objetivo não é trocar saraivadas de espadas freneticamente, mas, sim, encaixar e defender os golpes. Utilize a espada para impedir que o colega o acerte, desviando seu curso. Aproxime-se do colega para atacar e se afaste na defesa, utilizando o deslocamento do *okuri-ashi*.



Golpe com a espada.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: PALACIOS, C. R. S. **Manual ilustrado de kendo**. 2015. 104 f. Tesis (Licenciatura en Cultura Física) – Universidad Politécnica Salesiana, Cuenca, Equador, 2015.

Os estudantes devem expressar seus sentimentos e sensações durante a realização das atividades. Faça com que observem como o grito foi executado, em quais situações e quais as consequências dele nas lutas.

Cada acerto no colega vale um ponto. Se acertar enquanto enuncia o *kiai*, dois pontos. A cada ponto, retornem à posição inicial e reiniciem a luta.

Cada confronto deverá durar 1 minuto e 30 segundos. Ao final do tempo, vence quem pontuar mais. Os árbitros devem controlar a duração do combate e os pontos.

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

Roda de conversa

Converse com sua dupla de combate sobre as experiências realizadas. Depois, discutam a vivência com a turma toda.

Deixe que os estudantes falem livremente e, se preciso, estimule-os com perguntas dirigidas.

- Como você se sentiu ao experimentar a luta de espadas usando os princípios do *kendo*?
- Houve respeito entre você e seus oponentes durante as atividades?
- Você conseguiu sincronizar os movimentos com a realização do *kiai*?
- Você notou alguma influência do grito ao realizar os golpes? Percebeu se o grito interferiu em sua expressão corporal ou na aplicação do golpe?
- Durante o combate, qual foi o tipo de *kiai* que você utilizou mais: o de ataque, o de reação ou o de vitória?
- Com base na vivência, descreva as ações que levam você a compreender o *kendo*.

O uso da espada qualifica o *kendo* como luta de longa distância, pois todos os toques são intermediados por esse implemento. Reflita com os estudantes sobre a diferença entre as lutas de longa e as de média distância. Enquanto nas lutas de média distância o toque acontece pelo contato físico direto com o corpo do oponente (por meio de socos, cotoveladas, chutes, joelhadas, entre outras formas de contato), nas de longa distância o toque no corpo do oponente é intermediado por um implemento. Se necessário, retome também o conceito de lutas de curta distância, cujas ações são de agarres.

E SE A GENTE... GRITASSE?

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

As manifestações corporais, como a dança, o circo, a ginástica e até mesmo as artes marciais, podem ser consideradas expressões artísticas. Portanto, as práticas corporais, além de serem formas de comunicação, expressão e socialização, podem compor uma linguagem estética.

Sabendo que as artes marciais podem ser analisadas e desenvolvidas com base em seus aspectos filosóficos, espirituais, artísticos, culturais, entre outros, e que o *kiai* é parte integrante dessa arte, agora é a vez de você e seu grupo utilizarem o *kiai* para expressar emoções e sentimentos.

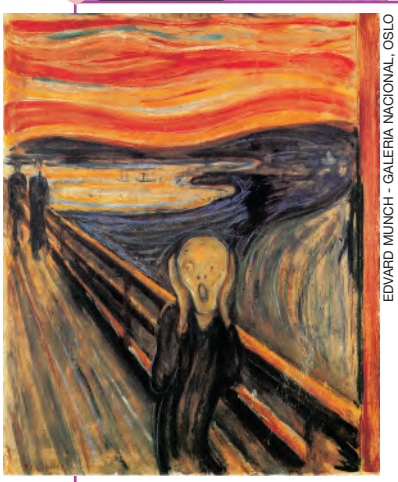
Além de liberar a energia em um golpe, o que o grito pode expressar? Em que momentos gritamos em nosso cotidiano? Diante de quais situações podemos gritar? O grito pode ser um ato artístico? Pode ser um ato político? Em grupos de quatro estudantes, conversem sobre isso.

O diálogo continua sendo o melhor caminho para enfrentar adversidades, pois é por meio dele que se pode fazer valer a liberdade de pensamentos e opiniões divergentes e convergentes. É necessário aprender a ouvir o outro e se fazer entender, resolvendo os conflitos existentes. Contudo, muitas vezes, não se é ouvido e alguns problemas são ignorados. Gritar pode ser uma forma de expressão ou mesmo um ato de desespero, um clamor por socorro, quando já se tentaram outros meios. O grito pode ocorrer de diversas formas e em várias ocasiões.

O objetivo desta atividade é que, organizados em grupos, vocês reflitam sobre situações, fatos, problemas ou opiniões que gostariam de exibir de forma artística em uma exposição a ser realizada na escola e aberta à comunidade.

Primeiro, decidam o que vão expressar/gritar. Entre outras opções, vocês podem se posicionar sobre algum problema social (racismo, feminicídio, homofobia, corrupção, violência, miséria, fome, *bullying* etc.) ou comunitário (escola sem materiais, falta de asfalto no bairro, problemas no atendimento à saúde etc.), sobre um determinado fato midiático ou sobre um contexto relativo à juventude.

Fala aí!



EDVARD MUNCH - GALERIA NACIONAL, OSLO

MUNCH, Edvard. *O grito*. 1893. Óleo, têmpera e pastel sobre cartão, 91 × 73,5 centímetros.

O que a tela *O grito*, do pintor norueguês Edvard Munch (1863-1944), expressa? Quais elementos fazem você chegar a essa conclusão?

Estratégia: Pense nos elementos que você realmente considerou em sua leitura da obra.

Fala aí! Sugestão: angústia, dor, pedido de socorro. A nítida e forte expressão facial de grito, as cores utilizadas, as formas das pinceladas, que parecem ondas sonoras, e o plano de fundo embaralhado e distorcido são elementos que revelam a angústia do personagem retratado. Essa reflexão é importante para que os estudantes compreendam que uma manifestação artística de uma expressão corporal pode traduzir muitas coisas, servindo de base para que pensem na elaboração do que a seção **E se a gente...** propõe.

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

Momento de elaborar e produzir

Cada grupo deve tirar uma fotografia de um ou mais integrantes realizando o *kiai* em um combate de forma que expresse a situação do cotidiano que vocês querem expor.

Lembrem-se de que a fotografia não é apenas uma técnica de documentação; ela representa a forma como o mundo é visto pelo fotógrafo através das lentes, retratando uma emoção e um ponto de vista sobre a realidade. Assim, para a elaboração da fotografia, repliquem como vocês gritaram durante a prática da seção anterior, simulando um confronto real. A fotografia pode registrar o grito manifestado antes, durante ou depois da aplicação de um golpe.

Para representar o que querem expressar/gritar, além da espada, vocês podem utilizar objetos, figurinos, adereços e maquiagem, entre outros elementos importantes para a composição da fotografia. Além disso, devem pensar na expressão facial que deve ser feita para representar raiva, alegria, medo, surpresa e outros sentimentos a fim de transmitir o que desejam.

Por fim, utilizando um programa digital de edição, escrevam um texto-legenda para a fotografia que sintetize como ela representa a situação do cotidiano que vocês querem expor. O texto deve ter até 300 caracteres com espaço.

Apresentem o trabalho também ao professor de Arte, que os auxiliará, se for necessário, na melhoria da expressão artística e da legenda.

Dica de professor

Cuidado: a liberdade de expressão é um direito constitucional que nos garante expor nossos pensamentos, opiniões e sentimentos, se assim o desejarmos, sem sofrer repressão. Entretanto, esse direito tem limites. Assim, é preciso diferenciar a liberdade de expressão do discurso de ódio, que é aquele feito contra pessoas ou grupos com base em suas características étnicas, de gênero, de nacionalidade, de religião ou qualquer outra. O discurso de ódio costuma inferiorizar minorias, ofender, incitar à violência, ao preconceito e à discriminação e é considerado crime.

Durante a realização da proposta, usem a liberdade de expressão para gritar, mas sem incorrer no discurso de ódio.

Momento de expor e refletir

Escolham com o professor um espaço da escola para expor os trabalhos, de modo que a comunidade tenha acesso à exposição.

Aprecie a produção dos colegas, analisando a composição das fotografias e a relação delas com o texto das legendas.

Reflita sobre a libertação e a liberação de energia pelo grito ao expor suas opiniões e pensamentos e como isso pode ajudar no alívio de tensões e problemas.

Ao final da exposição, reflita, com os colegas, sobre as questões seguintes.

- Como foi a experiência de gritar por meio do registro de uma linguagem corporal?
- Como o sentido do grito foi transposto para o texto escrito?
- Você e seu grupo conseguiram transmitir a mensagem desejada por meio da fotografia?
- Que sensação você teve ao expressar o grito artisticamente?
- Foi relevante conhecer o grito dos outros grupos?
- Por meio da exposição, você passou a perceber novas situações e problemas de seu cotidiano?
- Houve assuntos e expressões em comum?

Recado final

Neste capítulo, você observou a expressão do grito em diferentes práticas corporais, principalmente nas artes marciais, e pôde também transmitir seus pensamentos e opiniões sobre assuntos diversos, empregando o *kiai* tanto de forma técnica quanto de forma estética e política. Considere que a beleza artística da expressão corporal do grito, assim como a escrita, pode ser uma forma de manifestação de ideias, críticas, emoções, sentimentos. Não se esqueça de que conflitos e divergências fazem parte das relações sociais e de que o diálogo e o respeito são uma ferramenta importante para o convívio em sociedade.

E lembre-se de que um grito pode dizer muitas coisas...

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

UNIDADE 4

CORPO QUE JOGA E SE POSICIONA



DUDU CONTURSI/PULSAR IMAGENS

Jovens em pista de *skate* na orla do Rio Guaíba, em Porto Alegre (RS), 2021.

O que significa para você um corpo que joga e se posiciona? Nesta unidade, você vai vivenciar o *fingerboard* e o *skate*, posicionar-se sobre prática corporal de aventura (PCA) e discutir os preconceitos que a cercam. Também vai experimentar e apreciar esteticamente outras PCAs, como o *rope swing* e o *slackline*.

Além disso, vai participar de diversas vivências para aprofundar conhecimentos sobre jogos, refletindo sobre as possibilidades de interação nos ambientes real e virtual, e os prejuízos do uso excessivo de jogos eletrônicos. Por fim, você vai vivenciar uma Olimpíada da Diversidade, reivindicando a participação dos corpos plurais no esporte.

Prepare-se para investigar o poder do corpo que conecta pessoas.

Fala aí! Nesse momento, deixe os estudantes apresentarem livremente suas impressões e opiniões. Com isso, eles vão começar a atribuir valores e sentidos ao *skate*. Cada um vai ter um motivo para ser ou não praticante do *skate*: alguns vão querer experimentar e fruir, e outros não. Converse com eles sobre a importância de conhecer melhor essa prática corporal, a fim de ter liberdade e consciência para decidir se vai ser praticante ou se prefere ser um espectador que entende e tem um posicionamento crítico sobre ela.

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Capítulo 16

POR QUE NÃO PRATICAR O *SKATE*?

A vivência das práticas corporais de aventura (PCA) no ambiente escolar é importante por proporcionar aos estudantes novas possibilidades de escolha de atividades para os momentos de lazer, bem como para o desenvolvimento de aspectos motores, cognitivos e afetivos, além de favorecer o exercício da crítica sobre tais práticas, que costumam ser veiculadas pelas mídias. Neste capítulo, o *skate*, PCA que, por muito tempo, foi marginalizada e agora faz parte dos esportes olímpicos, será vivenciado, discutido e abordado de diversos ângulos. Incitar os estudantes a apresentarem sua opinião, por meio de diferentes linguagens, diante desse panorama e dos discursos que nele estão envolvidos, permite trabalhar as habilidades EM13LGG201, EM13LGG203, EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 da BNCC.



DAVID BALOGH/GETTY IMAGES

A skatista brasileira Raicca Ventura compete por vaga nos Jogos Olímpicos de Paris 2024. Budapeste, Hungria, 2024.

Neste capítulo, vivenciaremos e discutiremos diferentes enfoques dados ao *skate*, prática corporal de aventura (PCA) muito popular no Brasil. É provável que você já tenha presenciado, nas ruas, nas pistas ou em competições, pessoas praticando essa atividade, cuja popularidade, principalmente entre os jovens, tem crescido muito, em particular após a participação de atletas brasileiros na primeira competição de *skate* na Olimpíada de Tóquio. O cenário tem mudado, mas, na história da modalidade, os skatistas sofreram com a veiculação de discursos estereotipados sobre os praticantes e a própria prática, que, muitas vezes, foi associada à marginalidade e a atividades ilícitas.

O que você acha disso? Por que não praticar o *skate*? Vamos nos posicionar?

Fala aí!

Antes de começar a explorar mais o mundo do *skate*, conta aí: você é ou gostaria de ser um praticante ou prefere ser um espectador do *skate*? Justifique sua resposta.

Caso já pratique o *skate*, conte aos colegas qual foi o motivo que levou você a aderir a essa PCA.

Estratégia: Acompanhe a fala dos colegas e seus argumentos e exponha com calma o que tem a dizer.

Tá ligado!

No decorrer do capítulo, você encontrará muitas palavras e termos em inglês. Que tal identificá-los e listá-los para compreender melhor seus significados nas aulas de Língua Inglesa? Com certeza, após essa decodificação, ficará mais fácil entender o *skate*.

BORA PRA QUADRA? *Skate e fingerboard*

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

A seguir, experimentaremos alguns movimentos associados à prática do *skate*. Durante a vivência, preste atenção em seu corpo, nos movimentos que realiza, nas capacidades que são demandadas e nos sentimentos que são experimentados.

Antes de mais nada, é importante considerar os **equipamentos de segurança**, lembrando que, nas PCA, é necessário atentar aos cuidados com a integridade física, bem como aos riscos que possam existir, planejando estratégias para minimizá-los.

Em grupos, façam uma pesquisa rápida: quais são os equipamentos de segurança necessários para a prática do *skate*? Depois, no caderno, indiquem a qual equipamento cada número se refere na imagem a seguir.

É lógico!

O registro solicitado exige abstração. É preciso que vocês selecionem, entre os dados pesquisados e checados, aqueles que são pertinentes a cada item numerado na imagem.

Tá ligado! Aproveitando a ocorrência de muitos termos em inglês no capítulo, sugerimos um trabalho interdisciplinar com o professor de Língua Inglesa, que poderá ser ampliado com a história e outros aspectos do *skate*.

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

Atividade 1 – Experimentando o *skate*

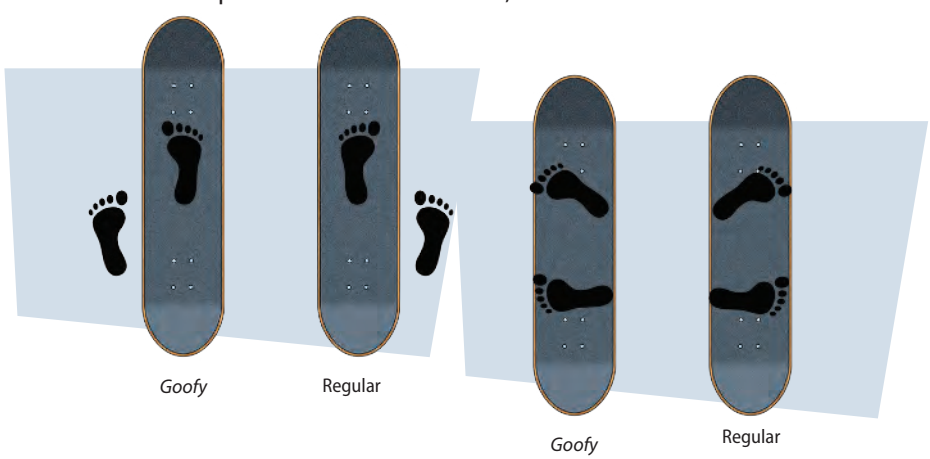
Para começar, em trios e utilizando a quadra ou outro espaço conveniente da escola, tentem os movimentos e explorem as posições descritas a seguir. Enquanto um estudante está sobre o *skate*, os outros dois devem auxiliá-lo e cuidar de sua segurança a todo momento. Experimentem andar de um lado para o outro no espaço escolhido. Quem estiver no *skate* deve usar todos os equipamentos de segurança.

a. **Posição inicial**. Suba no *skate* e incline o corpo para a frente e para trás, buscando o equilíbrio corporal sobre ele. Nesse momento, você pode verificar qual é a sua base: regular, com o pé esquerdo à frente e o direito atrás; ou *goofy*, com o pé direito à frente e o esquerdo atrás. A base não está relacionada com o fato de ser destro ou canhoto, e, para descobri-la, você pode experimentar as duas e avaliar em qual você se equilibra melhor. É interessante, nesse momento, escolher uma superfície na qual o *skate* não se desloque, como um gramado ou um tapete.

b. **Subir e descer**. Posicione-se sobre o *skate* com a base escolhida. Você deverá descer a perna de trás ao chão e, depois, colocá-la em cima do *skate* novamente. Repita várias vezes, até verificar que consegue fazer esse movimento com segurança.

c. **Remada**. Na posição de base escolhida, com a perna da frente voltada para o mesmo sentido, coloque a perna de trás no ar bem próxima ao *skate*, com a ponta do pé virada para a frente, e reme repetidas vezes no ar, sem encostá-la no chão. Teste seu equilíbrio durante esse movimento. Quando se sentir seguro, coloque o pé de trás no chão, próximo ao *skate*, e reme uma vez de modo suave para fazê-lo andar; então, coloque o pé de volta sobre o *skate,* até que pare. Ao colocar o pé sobre o *skate*, arrume com cuidado as pernas de modo que as pontas de ambos os pés fiquem voltadas para o lado do *skate* (como na posição inicial) e aprume o corpo.

Para evitar quedas, ao remar, flexione ligeiramente o joelho da perna da frente e deixe o peso do corpo sobre ela; além disso, ao fazer a remada, não deixe a perna de trás muito longe do *skate* e posicione o pé de trás próximo às rodas traseiras quando apoiá-lo de novo. À medida que se sentir mais confiante, aumente o número de remadas.



Representação esquemática de *skate* visto de cima, com posições do pé. (Imagem sem escala.)

Ilustração elaborada com base em: **Skate**: Guia passo a passo ilustrado. São Paulo: Zastras Editora, 2008.

d. **Frear**. Após ter conseguido remar e andar com os dois pés sobre o *skate*, realize o movimento para frear. Reposicione a perna da frente colocando, novamente, a ponta do pé para a frente. Tire a perna de trás do *skate*, encostando a sola do pé devagar no chão, raspando-a até frear o movimento. Cuidado para não fazer o movimento de forma brusca.



LJUPCO SMOKOVSKI/SHUTTERSTOCK

Skatista com equipamentos.

1. Protetores de cotovelo, parte sensível do corpo com mais chance de encostar no chão. 2. Roupa de mangas e pernas compridas, para evitar ralados no corpo em caso de queda. 3. *Skate* comprado em lojas especializadas. 4. Capacete. 5. Luvas, pois as mãos são o que primeiro colocamos no chão ao cair. 6. Protetores de joelho, parte sensível com mais chance de encostar no chão. 7. Tênis.
Instigue os estudantes a pesquisarem os equipamentos necessários à prática do *skate*. Se algum estudante possuir algum desses itens, peça-lhe que traga para a escola a fim de compartilhar com os colegas em data combinada com todos.

ATENÇÃO

Cuidado para não trombarem uns com os outros durante a experiência. O espaço deve ser delimitado em três corredores largos, para que todos tenham liberdade para executar as atividades e diminuir as chances de atrapalhar os colegas.

Quem já souber andar de *skate* pode auxiliar os colegas com dicas que adquiriu em suas experiências.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Dica de professor

Fique atento à sua segurança e à dos colegas durante as atividades. Você ou eles podem nunca ter andado de *skate*, caso em que a atenção deve ser redobrada. Como o *skate* é uma superfície instável e em movimento, ele gera grande desequilíbrio. Para reduzi-lo, incline o tronco, flexione os joelhos e abra os braços. Com os colegas segurando em seus braços, será mais fácil realizar os primeiros movimentos com o *skate*.

Caso considere interessante, apresente aos estudantes o vídeo, disponível em plataformas na internet, *Exercício: melhorar o equilíbrio – skate*, que sugere uma atividade bastante simples e eficiente para aprimorar o equilíbrio no *skate*.

Na **Roda de conversa,** conduza os estudantes, aproveitando para problematizar questões muito presentes no mundo do *skate*, levando em conta os conhecimentos prévios que eles têm sobre essa prática corporal. Nesta atividade, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG201, EM13LGG203, EM13LGG501 e EM13LGG502 da BNCC.
Estimule os estudantes a falarem sobre as impressões que tiveram durante a prática, sejam elas boas ou ruins, pedindo que justifiquem suas opiniões. Comente que o *skate* exige um grande trabalho dos músculos do abdome, os quais ajudam a manter o corpo em equilíbrio. Aproveite o momento para já começar a fornecer-lhes subsídios para que se posicionem sobre a estigmatização do skatista em nossa sociedade.

Trabalho e juventudes. Rayssa Leal ganhou o apelido de "fadinha do *skate*" em 2015, ao conseguir executar, com apenas 7 anos de idade, um *heelflip*, famosa manobra do *skate*. O vídeo da manobra viralizou. Na ocasião, ela usava uma fantasia com asas de fada; daí o apelido. Na Olimpíada de Tóquio, ela se tornou a medalhista mais jovem do Brasil. Pergunte aos estudantes se a história de Rayssa os motiva e reflita, sobretudo com as meninas, sobre a importância de haver uma menina como referência no *skate* nacional.

Biblioteca cultural

Se possível, ouça o *podcast* "Rayssa Leal e o foco da nova geração na saúde mental", em que a atleta, então com 15 anos, comenta vários aspectos de sua carreira. Ela conta como lida com a fama, fala sobre saúde mental, sobre o que aprendeu com o *skate* e sobre diversos outros assuntos e outras curiosidades. O *podcast* está disponível em plataformas de *streaming*.

Desafio

Quando conseguir andar com o *skate*, tente virá-lo e subir nele. Com as pernas paralelas e no chão, coloque o *skate* virado com as rodas para cima sobre seus pés (1). Salte para cima (verticalmente), virando o *skate* (2) e tentando cair em cima dele (3). Repita várias vezes a manobra, até conseguir realizá-la. Se preferir, treine sobre a grama ou um tapete para que o *skate* não deslize.

Siga os passos.



Passo 1



Passo 2



Passo 3



Passo 4

ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: **Skate**: Guia passo a passo ilustrado. São Paulo: Zastras Editora, 2008.

Roda de conversa

Terminada a fase de experimentação, sente-se em roda com seus colegas e converse com base nas questões a seguir.

- Como vocês se sentiram durante a vivência com o *skate*?
- Em quais movimentos tiveram mais dificuldade?
- Que momentos foram mais fáceis?
- Quais capacidades motoras são as mais trabalhadas no *skate*?
- Quais foram os sentimentos experimentados (prazer, medo, insegurança)?
- Por que alguns praticantes de *skate* foram e ainda são marginalizados pela sociedade?

TRABALHO E JUVENTUDES

Você sabia que Rayssa Leal, a "fadinha do *skate*", como era chamada no início da carreira, foi a atleta mais jovem do Brasil a ganhar medalha em Olimpíada? Pesquise a história de Rayssa e entenda sua trajetória. Como a atleta chegou à Olimpíada?

A história de Rayssa inspira você a pensar no *skate* como projeto de vida?



LINTAO ZHANG/GETTY IMAGES

Rayssa Leal é premiada em competição. Xangai, China, 2024.

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

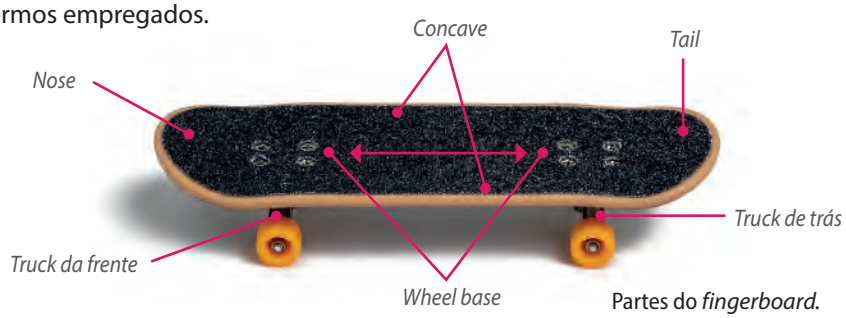
Atividade 2 – Experimentando o *fingerboard*

Você conhece o *fingerboard*? É o famoso *skate* de dedo, que se originou nos Estados Unidos, na década de 1980, quando skatistas passaram a utilizar *skates* em miniatura, que vinham em chaveiros, para realizar as manobras com os dedos. A modalidade chegou ao Brasil na década de 1990 e, desde então, conta com inúmeros praticantes e campeonatos.

Com o *fingerboard*, é possível realizar manobras utilizando apenas os dedos indicador e médio. Como pista e obstáculo, podem-se utilizar diferentes materiais e objetos comuns do dia a dia, como mesa, pia, bacias, grampeadores, entre outros. As manobras são idênticas às do *skate* profissional, mas não pense que são mais fáceis apenas por serem feitas com as mãos. Vamos experimentar?

Caso não tenha um *fingerboard*, na internet você encontra vídeos que ensinam a fazer o *skate* de dedo com madeira ou papelão.

Ande com o *fingerboard* para se adaptar: o dedo indicador vai à frente, e o médio, atrás. Depois, aprenda as manobras mais comuns. A imagem a seguir ajuda a entender os termos empregados.



Partes do *fingerboard*.

IRYNA TOLMACHOVA/ISTOCK/GETTY IMAGES

a. ***Ollie***. Coloque o dedo indicador um pouco atrás dos parafusos do *truck* e o dedo médio na ponta do *tail*. Deslize o *fingerboard*, batendo o dedo médio para que ele suba; nesse momento, o indicador não deve fazer pressão. Quando estiver no ar, comece a fazer pressão com o indicador para descer e continuar andando. O movimento é bem rápido e contínuo, sem tirar os dedos do *fingerboard*.

b. ***Flip***. Com os dedos na posição inicial, ao deslizar o *fingerboard* e bater o dedo médio no *tail* para subir, quando estiver em cima, o dedo indicador faz pressão no *nose* para o *fingerboard* virar no ar. Quando a rotação terminar, é só voltar os dedos para a posição inicial e continuar o movimento. Lembre-se de que será preciso muito treino. Assista a vídeos tutoriais para compreender melhor os movimentos.

Agora, utilize sua criatividade e construa, com seus colegas, uma pista de *fingerboard* com materiais recicláveis e outros que estejam disponíveis na escola.

Os estudantes serão convidados a construir um *skate* de dedo (caso não tenham) e a praticar algumas manobras dessa modalidade em uma pista, que também poderá ser construída com materiais recicláveis. É possível combinar com eles que façam o *fingerboard* em casa ou que tragam os materiais necessários para a escola, a fim de construí-lo em uma aula específica para isso. Os estudantes podem escolher os materiais de acordo com sua disponibilidade. Se não for possível que todos construam um *skate* individual, sugira que se juntem em duplas ou em grupos maiores. Nesta atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG201 e EM13LGG501.

É lógico!

Nesta atividade, há um problema a ser resolvido: usar o *skate* de dedo pela primeira vez. O problema é subdividido para que ocorra a resolução progressiva desse desafio.

Roda de conversa

Após as vivências e experimentações com o *fingerboard*, sentem-se em roda e conversem com base nas questões a seguir.

- O que cada um achou da vivência com o *fingerboard*?
- Quais manobras foram mais fáceis? Quais foram mais difíceis?
- O *fingerboard* pode ajudar praticantes do *skate* a melhorar sua técnica?
- O *fingerboard* sofre os mesmos preconceitos que o *skate*?
- Por que não praticar o *fingerboard*?



IVAN KISLITSIN/SHUTTERSTOCK

Skate de dedo.

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

Leitura

Leitura. Os textos de **Leitura** dão suporte à discussão sobre os preconceitos e estereótipos associados à prática do *skate*, bem como sobre os dilemas que a profissionalização da categoria traz para seus praticantes. Eles serão importantes referências para que os estudantes se posicionem sobre a prática e tenham subsídios para construir a charge da seção **E se a gente produzisse uma charge?**. Trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG203, EM13LGG302 e EM13LGG502.

Nos textos a seguir, conheceremos a evolução sócio-histórica do *skate*, suas características e os dilemas e problemas que os praticantes enfrentam. O primeiro é um fragmento de um artigo acadêmico, e o segundo, de uma reportagem.

Texto 1



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Representação artística de manobra de *skate*.

Das ruas para os Jogos Olímpicos?

Dinâmicas em torno da prática do *skate*

Comparado com outras modalidades esportivas tradicionais, o *skate* pode ser considerado uma prática corporal recente no cenário urbano. Sua breve história acompanha de forma singular as transformações que vêm ocorrendo na sociedade contemporânea. A relação entre prática esportiva e comportamento juvenil parece ser uma das principais características que diferenciam estas novas modalidades corporais. A emergência dos esportes radicais aponta para uma nova dinâmica em que a atividade física está relacionada também à construção de um estilo de vida que orienta o comportamento daqueles que ingressam nestas atividades. No caso do *skate*, a produção de um estilo de vida em torno de sua prática aconteceu de uma maneira processual. Por meio de **bricolagens** com outras manifestações juvenis (surfe, *punk*, *hip-hop*), aliadas ao modo como se apropriam da cidade, seus adeptos passaram a construir para si uma *essência skatista*, que passou a diferenciá-los das demais culturas juvenis e modalidades esportivas.

Concomitante a esta dinâmica de interação no espaço público, que acabou forjando uma *essência skatista*, o *skate*, assim como os demais esportes radicais, aos poucos foi ganhando maior reconhecimento e visibilidade. Para que esta visibilidade não se configurasse como um fenômeno efêmero da moda, o *skate* (sobretudo a partir dos anos 1990) passou a se **institucionalizar** com o objetivo de **capitalizar** e potencializar sua prática. Este processo pode ser descrito como uma dinâmica de "**esportificação**", que, dentre outras coisas, permitiu ao *skate* legitimar-se como uma modalidade esportiva. A participação do *skate* em grandes eventos esportivos e o debate sobre sua participação nos Jogos Olímpicos é resultado deste processo de maior visibilidade.

Contudo, entre os skatistas a dinâmica de "esportificação" é acompanhada de forma crítica, especialmente no que se refere ao perigo do "*skate* sair da mão dos skatistas" e da descaracterização da *essência skatista*. Caso isso ocorra, segundo seus adeptos, existe o risco de o *skate* perder sua singularidade e se nivelar às demais modalidades esportivas. Para equacionar essa questão, aqueles que enxergam os benefícios que a "esportificação" pode trazer ao *skate* argumentam que o risco de perda da *essência skatista* depende fundamentalmente da manutenção do "*skate* na mão dos skatistas".

[...]

Mesmo com a construção de inúmeras pistas e a proliferação de campeonatos, os skatistas continuam a se dirigir às ruas. Todavia, como sugere a pesquisa de Giancarlo Machado, muitos skatistas que saem às ruas com câmeras fotográficas e filmadoras passam a estabelecer uma nova relação com o espaço público. Se antes a rua era o local por excelência do espírito ***for fun*** e da diversão, para os skatistas que buscam sobreviver de sua imagem, as *sessões* na rua passam a ser encaradas como uma forma de trabalho.

Captar uma boa imagem em um local onde nenhum outro skatista andou, ou realizar uma manobra nunca antes registrada em determinado pico skatável, pode garantir visibilidade, reconhecimento e possíveis patrocínios ao skatista. Ao encarar a prática do *skate* na rua como uma forma de trabalho, estes skatistas descritos na pesquisa de Giancarlo Machado buscam se desvincular da imagem do *skate* como uma prática transgressora e conflituosa da ordem urbana. A ocupação da cidade deixa de ser uma ação desinteressada e passa a ser tratada como um ofício. Inclusive, esse passa a ser o discurso mobilizado na negociação para usar determinados espaços: eles não estão ali para se divertir, mas sim para trabalhar.

Esta nova postura dos skatistas na cidade suscita uma questão [...]: seria esta uma estratégia dos skatistas para sobreviver de forma alternativa ao processo de

Bricolagens: combinações, colagens em um único conjunto, de elementos de procedências diversas, formando um todo único.

Institucionalizar: tornar-se oficial.

Capitalizar: no contexto, fazer com que renda dinheiro.

"Esportificação" ou esportivização: processo que normatiza e acrescenta regras às práticas corporais.

***For fun*:** do inglês, "para a diversão", refere-se ao caráter lúdico, não competitivo da prática.

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

"esportificação"? Ou, pelo contrário, esta "relação profissional com a rua" é um indício de normatização da postura dos skatistas para além das pistas e campeonatos?

Referência

MACHADO, Giancarlo Marques Carraro. **De "carrinho" pela cidade**: a prática do *street skate* em São Paulo. 2011. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011.

BACIC OLIC, Mauricio. Das ruas para os Jogos Olímpicos?: dinâmicas em torno da prática do *skate*. **Campos – Revista de Antropologia Social**, [*s. l.*], v. 15, n. 1, p. 75-96, jun. 2014.

Biblioteca do professor. Para ampliar seu conhecimento sobre a história do *skate* e o processo de esportivização da prática, leia o artigo "A esportivização do *skate* (1960-1990): relações entre o macro e o micro", de Tony Honorato (*Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Porto Alegre, v. 35, n. 1, jan./mar. 2013), que pode ser acessado pela internet na biblioteca do portal do Centro Esportivo Virtual (CEV).

Texto 2

Skate e surfe: de alvos de preconceito no Brasil a prediletos nas Olimpíadas



ALEXANDRE TOKITAKA/FOLHAPRESS

Skatistas protestam contra proibição do esporte no Parque Ibirapuera. São Paulo (SP), 1988.

Essa é uma das mais jovens modalidades esportivas no Brasil, mas, graças à sua inserção nas Olimpíadas, tem conquistado milhares de jovens no país. O *skate* surgiu nos Estados Unidos, nos anos [19]60, e, no final dessa mesma década, chegou ao Rio de Janeiro graças a filhos de americanos e brasileiros que viajavam aos EUA.

Mas a popularização dessa modalidade de esporte radical só começou nos anos [19]70 quando apareceu na *Revista Pop*, uma das mais lidas entre os jovens da época. Surgiram empresas brasileiras especializadas na venda de *skates* e produtos ligados ao esporte. E, apenas em 1976, a primeira pista da América Latina foi inaugurada em Nova Iguaçu, Rio de Janeiro.

O fato é que o esporte nunca foi tão popular e bem recebido quanto o futebol, por exemplo. O período no Brasil era a ditadura militar e, rapidamente, o *skate* foi tido como um esporte de [...] quem não queria trabalhar. Não existia muito apoio e incentivo à prática por parte dos pais e educadores. Muitos jovens, inclusive, apanhavam de policiais nas ruas quando eram pegos em cima das quatro rodinhas criando manobras nas pistas e avenidas.

[...]

[...] Em 1984, uma nova onda de *skate* voltou a crescer junto à indústria brasileira – muitos filmes americanos passavam na televisão e mostravam jovens de várias idades andando de *skate* e se dedicando à prática

A TV aberta do Brasil foi influenciada e passou a dar atenção ao esporte, o que ajudou a disseminar a modalidade. Entre o meio dos anos [19]80 e toda a década de [19]90, diversas estrelas internacionais do *skate* surgiram – um dos mais famosos era Tony Hawk – e o *skate* voltou a ser amado pela juventude, principalmente na modalidade *Street*.

Em 1997, o skatista carioca Bob Burnquist – que vive na Califórnia desde 1995 – foi eleito o melhor skatista do ano no mundo após criar uma nova técnica que revolucionou o esporte, o *switchstance*.

Na entrada dos anos 2000, foi criada a Confederação Brasileira de Skate. Segundo o **Datafolha**, naquela época já havia mais de 2,7 milhões de skatistas no país. A partir daí, centenas de pistas foram construídas por todo o Brasil, facilitando o treino de milhares de atletas, tanto amadores quanto profissionais.

Datafolha: instituto de pesquisa.

Depois da consolidação do *skate* como esporte ao redor do mundo, o Comitê Olímpico Internacional anunciou que a modalidade faria parte dos Jogos Olímpicos, a partir de Tóquio 2020. Com a pandemia, as Olimpíadas foram transferidas para 2021 e oficialmente começaram. É aí que o *skate* parece ter voltado a virar febre.

[...] a busca por *skates* no *e-commerce* brasileiro cresceu 614%. A alta nas buscas coincide com o ótimo resultado que o esporte tem levado ao Brasil. [...] o *skate* deu duas medalhas de prata para o país: Kelvin Hoefler, no masculino, e Rayssa "Fadinha" Leal, de apenas 13 anos, no feminino. Os dois concorreram na categoria *Street* [...].

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

1. a. Os praticantes do *skate* não o encaram apenas como um esporte, mas também como um estilo de vida, acompanhado de manifestações (surfe, *punk*, *hip-hop*) que orientam o comportamento e o modo de apropriação do espaço urbano, construindo, assim, uma "essência skatista".

1. b. Descaracterização da "essência skatista" e de sua particularidade; possível perda da organização da modalidade pelos próprios skatistas; e redução do espírito de diversão na rua, trocando-se os encontros por treinos.

1. c. Maior reconhecimento e visibilidade social; entrada no mundo esportivo e, consequentemente, no mundo olímpico; maior retorno financeiro aos praticantes; e aumento do número de campeonatos.

1. d. Os skatistas passaram a considerar as ruas não apenas um espaço desinteressado e de diversão, mas também um espaço de trabalho. Por meio de filmagens e fotografias de suas manobras inusitadas em diferentes ambientes públicos, eles ganham visibilidade, reconhecimento e patrocínio.

2. a. Aumento de vendas de implementos de *skate*, diminuição de preconceitos, visão positiva sobre os atletas, incentivos e aumento de adeptos.

2. b. Os skatistas eram relacionados à marginalidade; muitos chegaram a ser presos por praticar o *skate*. Com isso, a modalidade perdeu adeptos, mercado e popularidade.

2. c. O *skate* se popularizou no Brasil após a aparição em uma revista consumida por jovens. Mais tarde, a exibição da prática em filmes e na TV aberta favoreceu sua visibilidade, com o consequente aumento do número de adeptos.

"Saber que muitas meninas já me mandaram mensagem [...] falando que começaram a andar de *skate* ou os pais deixaram andar de *skate* por causa de um vídeo meu, eu fico muito feliz porque foi a mesma coisa comigo. Minha história e a história de muitas outras skatistas que quebraram todo esse preconceito, toda essa barreira de que o *skate* era só para menino, para homem, e saber que estou aqui e posso segurar uma medalha olímpica, é muito importante para mim", disse a atleta "Fadinha" ao *site* do Comitê Olímpico do Brasil.

[...]

[...] a presença do esporte nos Jogos Olímpicos, pela primeira vez em Tóquio, pode significar, mais do que entretenimento, a derrubada desse antigo preconceito. Assim como tem acontecido com o skate, é possível que novas portas sejam abertas para os esportes radicais e eles estejam cada vez mais presentes em grandes competições mundiais.

OLIVEIRA, Laís. *Skate* e surfe: de alvos de preconceito no Brasil a prediletos nas Olimpíadas. ***Soul* Brasil Magazine**, 2022. Disponível em: https://soulbrasil.com/skate-e-surfe-de-alvos-de-preconceito-no-brasil-a-prediletos-nas-olimpiadas/. Acesso em: 4 jul. 2024.

O Brasil foi o segundo país com mais medalhas no *skate* na Olimpíada de 2021: além das duas mencionadas no texto, Pedro Barros ganhou uma de prata na modalidade *park*.

Na Olimpíada de 2024, em Paris, o Brasil ganhou duas medalhas de bronze, uma na modalidade *park* e outra no *street*, com Raíssa Leal ganhando sua segunda medalha olímpica.

Por dentro dos textos

1. **Segundo Mauricio Bacic Olic, autor do texto 1, o *skate* é uma prática corporal recente no cenário das grandes cidades, tendo acompanhado as transformações da contemporaneidade.**
   a. De acordo com o autor, o que diferencia o *skate* das outras modalidades esportivas?
   b. Ao longo do tempo, no entanto, o *skate* também se modificou, ganhando contornos de modalidade esportiva, passando pelo processo de "esportificação". Quais são os pontos negativos desse processo, de acordo com os próprios skatistas?
   c. Ainda de acordo com os próprios skatistas, quais são os pontos positivos?
   d. Apesar de o *skate* ter se profissionalizado, ainda vemos muitos praticantes nas ruas. Segundo o autor do texto, qual é a nova relação que esses indivíduos estabelecem com o espaço público?

2. d. O preconceito relacionado a mulheres que praticam a modalidade.

2. **O texto 2 relata o desenvolvimento da modalidade antes e depois da estreia em Olimpíada.**
   a. Que benefícios a estreia nesse megaevento esportivo trouxe e ainda pode trazer ao *skate*?
   b. O *skate* já foi uma prática proibida em nosso país. Muito do imaginário popular desse esporte carrega resquícios de sua história. Que preconceitos estiveram ligados à prática do *skate* em seu início e quais foram as consequências disso para os skatistas?
   c. Qual foi a importância da mídia para a disseminação e a visibilidade do *skate* em sua história?
   d. Mesmo na atualidade, Rayssa Leal aponta outro preconceito entre os skatistas. Qual é ele?

Papo aberto sobre os textos

3. **O texto 1 foi escrito antes da primeira participação do *skate* em Olimpíadas, e o texto 2, logo depois. É possível verificar que alguns dos benefícios previstos aconteceram, outros estão no caminho, e ainda é muito cedo para conhecer os impactos negativos apontados no texto 1. Como você avalia o *skate* antes e depois da Olimpíada de 2021 em seu contexto social? Ainda há preconceitos? A aceitação aumentou?**

3. Resposta pessoal. Insista com os estudantes na sustentação de suas opiniões com argumentos baseados em dados.

Biblioteca cultural

Para conhecer um pouco mais sobre a vida dos skatistas e as dificuldades que enfrentam para realizar a prática nas ruas, você pode assistir aos documentários *Dirty Money*: a geração do *skate* (Brasil, 2010), de Alexandre Vianna e Ricardo Koraicho, e *Vida sobre rodas* (Brasil, 2009), de Daniel Baccaro, disponíveis em plataformas de vídeo.

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

E SE A GENTE... PRODUZISSE UMA CHARGE?

Depois de tudo o que aprenderam e vivenciaram sobre o *skate*, a proposta é que, em trios, vocês criem uma charge que mostre um posicionamento a respeito da questão inicial do capítulo: "Por que não praticar o *skate*?".

Etapa 1 – Planejamento

Para ajudá-los a pensar na temática, façam uma pesquisa sobre os pontos a seguir.

a. Onde nasceu o *skate*?

b. Em que locais o *skate* é praticado?

c. Quem pratica o *skate*? Existe alguma característica específica para vivenciar essa modalidade?

d. Como vocês percebem a aceitação do *skate* após a estreia em Olimpíada?

Na sequência, reflitam sobre estas questões.

- Em que situações os skatistas costumam sofrer preconceito?
- Que motivos vocês teriam (ou têm) para praticar ou não o *skate*?

Decidam que mensagem querem transmitir, lembrando-se dos pontos discutidos nas atividades (segurança, estereótipos, preconceitos e esportivização) e das vivências realizadas.

Conversem para decidir o formato da charge. Elenquem os materiais necessários. Se houver sala de informática na escola, usem ferramentas digitais gratuitas para criação e edição de imagens.

Organize os estudantes em trios para realizar as atividades da seção **E se a gente... produzisse uma charge?**. Disponibilize materiais para a produção da charge, como folha sulfite, cartolina, lápis de cor e outros. Se a escola dispuser de sala de informática, os estudantes podem usar ferramentas digitais para escanear ou editar as charges. Esse trabalho também pode ser realizado em conjunto com o professor de Arte. Durante a produção, instigue os estudantes a expressarem suas críticas e seus posicionamentos diante dos pontos discutidos neste capítulo e das vivências com o *skate*. Há algumas orientações no **Suplemento para o professor**. Nesta atividade, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG201, EM13LGG203, EM13LGG302 e EM13LGG502 da BNCC.

Etapa 2 – Elaboração

A lápis ou usando uma ferramenta digital, façam um rascunho da charge, esboçando os personagens que vão compô-la e os textos verbais que querem incluir. Refaçam-no quantas vezes forem necessárias, até que o resultado fique satisfatório. Elaborem a primeira versão da charge. Acrescentem cenários e cores, se quiserem. Se for em papel, usem, de preferência, um tipo mais grosso que o sulfite. Não se esqueçam de assinar a produção.

Etapa 3 – Avaliação

Troquem as charges com outros trios, avaliando os pontos a seguir.

a. A charge transmite uma mensagem clara a respeito da prática do *skate*?

b. Caso haja balões de fala, eles estão bem posicionados? A linguagem é condizente com os personagens e com a situação comunicativa e não revela preconceito linguístico?

c. A expressão dos personagens contribui para transmitir a mensagem desejada?

d. Na charge, aparecem elementos estudados no capítulo?

Comuniquem aos outros trios, de forma respeitosa, a avaliação que fizeram da charge deles, acolhendo também a avaliação que receberem. Com base nela, façam ajustes na charge de vocês e preparem a versão final.

Etapa 4 – Apresentação

Organizem, com o professor, a forma de apresentação das charges – na sala de aula, em painéis pela escola ou em versão digital, como no *blog* da escola, com a devida autorização.

Ao final, discuta com os colegas: Sua opinião sobre o *skate* mudou após as aprendizagens e discussões propostas no capítulo? Que conhecimentos foram mais marcantes para você em relação a essa PCA?

Tá ligado!

Para esta produção, utilize seus conhecimentos de Língua Portuguesa. Lembre-se de que a charge é um gênero textual que, por meio da linguagem visual ou visual e verbal, faz uma crítica bem-humorada ou aborda, com enfoque irônico, um fato de natureza social, política ou cultural do momento.

Se os estudantes apresentarem as charges na sala de aula, reserve um momento para a turma apreciar e expor a interpretação que fizeram e, só depois, peça que o produtor da charge comente a ideia que quis expressar. Na discussão final, espera-se que os estudantes relatem se houve mudança ou não em sua percepção dessa prática corporal. Pode ser que alguns tivessem preconceito ou, por medo de quedas, não se interessassem por ela e tenham mudado de opinião. Até mesmo os praticantes podem ter aprendido algo e poderão compartilhar isso.

Recado final

Neste capítulo, você experimentou o *skate* como uma PCA que pode fazer parte de seu dia a dia e conheceu o *fingerboard* e suas manobras básicas. Também pesquisou os equipamentos de segurança necessários e conversou com os colegas sobre estereótipos e preconceitos relacionados aos praticantes do *skate*, além de debater dilemas enfrentados pelos skatistas em relação ao processo de esportivização da prática e aos efeitos pós-estreia na Olimpíada de 2021. Mesmo que você não pratique essa modalidade nem pretenda praticá-la, questione os estereótipos e as generalizações que a cercam. O *skate* está nas ruas da cidade, nas reportagens, nos eventos esportivos e agora na Olimpíada!

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

Capítulo 17

DESCOBRINDO NOVAS AVENTURAS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo no **Suplemento para o professor**.

SAÚDE **MEIO AMBIENTE**

Neste capítulo, os estudantes serão convidados a fruirem e apreciarem esteticamente formas de saltar, balançar e equilibrar baseadas nas práticas corporais de aventura (PCA) *rope swing* e *slackline*. Essas práticas radicais podem ser adaptadas ao espaço escolar para que os estudantes tenham a oportunidade de experimentar os movimentos de pêndulo e de equilíbrio, característicos de tais PCA. A proposta também abrange a discussão sobre sentimentos e emoções, saúde física e mental, controle dos riscos nas PCA e importância da segurança no desenvolvimento dessas práticas. Indicamos formas de os estudantes vivenciarem e criarem um parâmetro para uma avaliação técnica e estética dos movimentos desenvolvidos nas atividades. No âmbito dessa perspectiva para a Educação Física no Ensino Médio, neste capítulo serão contemplados os Temas Contemporâneos Transversais (TCT) Saúde e Meio Ambiente e as habilidades EM13LGG203, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503 e EM13LGG602, previstas na BNCC.



ELY PINEIRO/GETTY IMAGES

Jovens praticando *slackline*. Madrid, Espanha, 2005.

Quando vivenciamos novas práticas corporais, diversas sensações são geradas em nós, variando do medo à ousadia, do prazer ao desprazer. Cada sensação é única e depende de quem a experimenta. Neste capítulo, o convite é para que você experimente as práticas corporais de aventura (PCA) estando atento a sensações e reações em relação a surpresa, superação de limites, controle de riscos e descoberta do novo, que são inerentes a essas práticas.

As PCA são realizadas em diferentes ambientes e podem até mesmo ser classificadas de acordo com os locais em que ocorrem. Na interação com o ambiente, devem ser tomados todos os cuidados para preservá-lo.

Está preparado para vivenciar algumas PCA? O que acha de experimentar a beleza, o prazer, as emoções e os sentimentos gerados por essas práticas?

Fala aí! É importante que os estudantes entendam o que é a dimensão estética de uma prática corporal. A apreciação estética pode acontecer, por exemplo, quando o estudante consegue fruir a atividade, ou seja, desfrutar a vivência proporcionada, refletindo sobre o prazer, os sentimentos e as emoções experimentados. Aprofunde essa questão no **Suplemento para o professor**.

Biblioteca do professor. Para conhecer mais sobre o significado e as tendências da estética, sugerimos que você leia o verbete "Estética" do *Dicionário crítico de Educação Física* (Ijuí: Editora Unijuí, 2014).

Leitura

O trabalho com os textos a seguir contempla, principalmente, as habilidades EM13LGG303 e EM13LGG502 da BNCC.

Os excertos a seguir levarão você a refletir sobre as PCA no ambiente escolar e os benefícios de tais práticas para sua saúde e seu bem-estar.

Fala aí!

Será que podemos apreciar esteticamente um salto, um balanço ou um equilíbrio? Ou apenas as manifestações artísticas têm valor estético?

Estratégia: Considerar as próprias sensações ao presenciar ou experimentar essas práticas corporais ajudará na elaboração de uma resposta.

Texto 1

As práticas corporais de aventura nas aulas de Educação Física escolar: uma revisão de escopo

As práticas corporais de aventura (PCA) apresentam uma vasta variedade de modalidades distintas (*trekking*, arvorismo, *skate*, surfe, orientação etc.), entretanto, por mais diversas que possam parecer, essas práticas possuem certas características peculiares e semelhantes entre si, como o aproveitamento dos diversos espaços naturais, como o solo, o relevo, os acidentes naturais, entre outros (Almeida, 2009), além de apresentarem pouca previsibilidade, baixo estereótipo dos movimentos, disposição ao risco, emoções e o contato com a natureza (Pimentel, 2013).

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

Para Marinho (2009), as PCA são uma forma de experimentar a liberdade. Numa trilha, por exemplo, caminhar não é um meio, mas um fim, pois as pessoas estão diretamente em contato umas com as outras e com a natureza, e isso potencializa sentimentos afetivos, tessitura de laços e momentos de felicidade. A prática de atividades na natureza proporciona àquele que a realiza a descoberta, a superação de limites e a percepção complexa da natureza, com sua riqueza de cores e aromas, por isso intensifica a sensação de presença no mundo.

É possível encontrar nessas atividades a busca por aventura, diversão, alegria, companheirismo, superação, prazer, cooperação, solidariedade, compreensão da realidade, revitalização de forças, entre outras sensações e sentimentos (Inácio, 2008). As PCA possibilitam a manifestação do elemento lúdico, da liberdade e do prazer, intensificando mudanças pessoais e sociais. Durante essas atividades, o corpo passa a ser receptor e emissor de informações, e não apenas instrumento de ação, despertando novas sensibilidades e permitindo as experiências na relação do corpo com o meio (Marinho, 2004).

Biblioteca do professor. Para conhecer alguns trabalhos de professores de Educação Física do país voltados ao ensino das práticas corporais de aventura, indicamos o livro *Pedagogia da aventura na escola: proposições para a Base Nacional Comum Curricular* (PEREIRA, Dimitri Wuo (org.). Várzea Paulista: Fontoura, 2019).

Referências

ALMEIDA, A. C. P. C. Esporte, aventura e natureza: o praticante e a responsabilidade ambiental. *In*: MARINHO, A.; UVINHA, R. R. (org.). **Lazer, esporte e aventura:** a natureza em foco. Campinas: Alínea, 2009.

INÁCIO, H. L. D. Travessuras na natureza: perspectivas de formação e atuação profissional no Centro-Oeste. *In*: CONGRESSO CENTRO-OESTE DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 3., 2008, Cuiabá. **Anais** [...]. Cuiabá: CBCE MT, 2008.

MARINHO, A. Atividades na natureza, lazer e educação ambiental: refletindo sobre algumas possibilidades. **Motrivivência**, Florianópolis, n. 22, p. 47-69, jun. 2004.

MARINHO, A. Aventura, natureza e nomadismo: reflexões sobre o lazer e a sociabilidade na vida contemporânea. *In*: MARINHO, A.; UVINHA, R. R. (org.). **Lazer, esporte e aventura:** a natureza em foco. Campinas: Alínea, 2009.

PIMENTEL, G. G. A. Esportes na natureza e atividades de aventura: uma terminologia aporética. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 687-700, jul./set. 2013.

FRANÇA, Dilvano Lieder de *et al.* As práticas corporais de aventura nas aulas de Educação Física escolar: uma revisão de escopo. **Educação:** teoria e prática, [*s. l.*], v. 33, n. 66, 2023.

Texto 2

Práticas corporais de aventura na promoção da saúde e bem-estar: o *mountain bike* como expoente

OBJETO DIGITAL Vídeo: Práticas corporais de aventura na natureza e o meio ambiente

A promoção da saúde, entendida aqui como um estado de bem-estar físico, mental e social, é um grande desafio para a sociedade contemporânea. Na população em geral o comportamento sedentário, a exposição à poluição, aos alimentos industrializados, as diferentes condições estressoras associadas à vida moderna, aos **paradigmas** sociais, e o crescente favorecimento tecnológico são elementos que convergem para um estado biopsicossocial **antagônico** ao entendido como ideal para a promoção da saúde. Nesse cenário de transformações, o comportamento sedentário destaca-se como um grande problema de saúde pública em escala global. Dados do **Vigitel** (2019) revelam que 39 a 49,8% dos adultos brasileiros não atingem o nível mínimo de atividade física semanal recomendada pela Organização Mundial da Saúde. Quadro esse preocupante sob o ponto de vista da saúde pública, a qual observa que baixos níveis de atividade física estão positivamente associados ao risco de desenvolver doenças e maior risco de morte por todas as causas na população em geral.

Nesse contexto, o exercício físico e a atividade física **emergem** como importantes ferramentas para a promoção da saúde na população em geral. Entre os inúmeros modelos de exercício e atividade física, podemos destacar atualmente as práticas corporais relacionadas às atividades de aventura (PCA), as quais se ampliam mundialmente entre pessoas de diferentes faixas etárias e classes sociais como

Paradigmas: modelos a serem seguidos.

Antagônico: contrário.

Vigitel: Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico, do Ministério da Saúde.

Emergem: em sentido figurado, aparecem, manifestam-se

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



LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Muitas PCA, como o *rope swing*, exigem uso de equipamento de segurança.

alternativa para a promoção da saúde. Tais manifestações da corporeidade podem promover transformações associadas a melhora dos hábitos sociais e comportamentais, com desdobramentos importantes na saúde e no bem-estar dos indivíduos (Franco *et al.*, 2017). [...]

A superação de obstáculos naturais forçou a humanidade a criar técnicas e equipamentos ao longo da história, os quais serviram de base para os desbravamentos realizados por esportistas aventureiros na contemporaneidade (Franco *et al.*, 2017). Esses praticantes buscam um tipo de retorno à essência humana, de reaproximação ao meio natural e de desejo do desafio e superação de limites, com vistas a encontrar na aventura uma relação intermediada, construída com laços de reciprocidade e que podem ser considerados como dádivas – dar, receber e retribuir (Betrán, 2003; Suassuna e Brito, 2003). Assim, as práticas corporais relacionadas às atividades de aventura (PCA) são diferentes ética e esteticamente das modalidades atlético-recreativas e dos esportes tradicionais, além de nitidamente evocarem sensações e relações diferenciadas e positivas com o ambiente.

[...]

Sabe-se também que as PCA impulsionam o bem-estar físico e mental por conta dos significados **aludidos** ao prazer que surge nesse tipo de prática. Tahara *et al.* (2006) afirmam que os praticantes assumem as PCA como momentos propícios para a subjetividade, no sentido de favorecer a completa revisão de valores e atitudes dos sujeitos para consigo e para com o mundo, lhes possibilitando maior tranquilidade para viver e compreender seu redor. Identificaram também como as PCA maximizam sensações de satisfação pessoal, pois propiciam experimentações prazerosas à psique. Assim, essas práticas oportunizam vivências de alegria com ampliação dos sensos de limite da liberdade e da própria vida.

[...] Ficou demonstrado que os praticantes de PCA atrelam sua regularidade na modalidade à fuga do cotidiano e às experiências de lazer, como chances de melhorar sua qualidade de vida, diferentemente daqueles que praticam modalidades ***indoor*** tradicionais, os quais associam sua continuidade de prática mais ao potencial de efetividade estético-corporal. Segundo Paixão *et al.* (2011), tais fatores de adesão às PCA têm sido favoravelmente reforçados pela qualidade da atividade instrucional dos profissionais, os quais cultuam a integridade física e emocional dos praticantes por meio de procedimentos preventivos de minimização dos riscos e imprevistos, buscando ademais o domínio das técnicas e a qualidade dos equipamentos no momento dessas práticas corporais.

[...] a verdade é que as PCA são **sortidas** de imprevisibilidades, reduzida **estereotipia** de movimentos, e requerem disposição ao risco, busca por emoções, presença de novas tecnologias e o contato com a natureza, configurando, segundo Pimentel (2013), um tipo de "bricolagem de técnicas esportivas", onde são manifestados níveis variados de seriedade e **ludicidade**, cooperação e competição, amadorismo e profissionalismo, sensibilidade e insensibilidade ecológicas, intervindo simultaneamente e variando de acordo com a perspectiva da atividade não restrita a uma técnica corporal [...]

Percebe-se então que a multidimensionalidade das PCA **fomenta** um extenso número de benefícios que circulam entre fatores biológicos, psicológicos, socioafetivos e culturais, num emaranhado afirmativo que as fortalece como modelo de exercício físico e cenário de prática motora com grande potencial para promover a saúde e o bem-estar da população praticante. Durante a prática das PCA deve-se aliar uma série de conhecimentos, que incluem desde a técnica da modalidade específica, o emprego de tecnologias e o uso de equipamentos, à capacidade de decifrar informações referentes ao ambiente e, diante do imprevisto, a capacidade de decidir e agir antecipadamente por meio de estratégias para superar obstáculos (riscos) e atingir seus objetivos no decorrer da prática corporal aventureira [...].

Aludidos: referidos.

***Indoor*:** em ambiente fechado.

Sortidas: que têm grande variedade.

Estereotipia: comportamento repetitivo e automático.

Ludicidade: qualidade referente a jogo, a brincadeira.

Fomenta: estimula, provoca.

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

1. Sugestão: Com as PCA podem-se aprender valores, atitudes, normas e condutas, bem como experimentar emoções e sentimentos, desfrutar a interação com a natureza e conscientizar-se da importância da preservação dos ambientes naturais. Os estudantes devem ter liberdade para escrever o que mais considerarem aprendizagem nas PCA, com base em suas experiências anteriores ou não, e que pode estar presente em outras práticas corporais.

Referências

BETRÁN, J. O. Rumo a um novo conceito de ócio ativo e turismo na Espanha: atividades físicas de aventura na natureza. *In*: MARINHO, A.; BRUHNS, H. T. (org.). **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo: Manole, 2003. p. 157-202.

FRANCO, L. C. P. *et al.* Práticas corporais de aventura. *In*: GONZÁLES, F. J. *et al.* (org.). **Lutas, capoeira e práticas corporais de aventura**. 2. ed. Maringá: Eduem, 2017. (Coleção Práticas corporais e organização do conhecimento).

PAIXÃO, J. *et al.* Risco e aventura no esporte: percepção do instrutor. **Psicologia & Sociedade**, [*s. l.*], v. 23, n. 2, p. 415-425, 2011.

PIMENTEL, G. G. A. Esportes na natureza e atividades de aventura: uma terminologia aporética. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 68-70, jul./set. 2013.

SUASSUNA D.; BRITO, M. Esportes de aventura e a relação corpo e natureza. *In*: CONGRESSO BRASILEIRO DE SOCIOLOGIA, 9., 2003, Campinas. **Anais** [...]. Campinas: Sociedade Brasileira de Sociologia (SBS), 2003. p. 2-15.

TAHARA, A. K. *et al.* Meio ambiente e atividades de aventura: significados de participação. **Motriz**, Rio Claro, v. 12, n. 1, p. 59-64, 2006.

SILVA, R. A. S.; CRUZ, C. J. G.; MOLINA, G. E. Práticas corporais de aventura na promoção da saúde e bem-estar: o *mountain bike* como expoente. *In*: MORAES FILHO, J. A. *et al.* (org.). **Práticas corporais, saúde e ambientes de prática**: fatos, ações e reações. Nova Xavantina: Pantanal, 2021. v. 2. [livro eletrônico].

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

Papo aberto sobre os textos

1. **Ao experimentar uma das PCA, podemos conhecer os procedimentos necessários para realizá-la. Segundo os textos e levando em conta suas experiências anteriores, quais outras aprendizagens obtemos nessa vivência?**

2. **Quais benefícios as PCA promovem à saúde e ao bem-estar?**

3. **Você tem vontade de praticar alguma PCA? Por quê?**

4. **Os textos apontam que uma das características das PCA é a disposição ao risco. Esse fator pode encorajar ou inibir o praticante. Como gerir os riscos para evitar acidentes em geral e o praticante poder desfrutar da prática com segurança?**

2. As PCA são opções de atividades físicas e de lazer para a população, inclusive as que não visam apenas à melhora estética. Elas promovem reflexões e novas atitudes diante do ambiente natural, favorecendo a revisão dos valores para si e para o mundo. Podem proporcionar prazer e gerar diferentes sentimentos e emoções, como alegria e satisfação pessoal na superação de limites. Segundo o texto 2, as PCA promovem benefícios biológicos, psicológicos, socioafetivos e culturais, promovendo assim a saúde e o bem-estar pessoal. Embora o texto 2 traga mais subsídios para os estudantes responderem a essa questão, é importante considerar seus conhecimentos prévios na resposta.

3. Resposta pessoal. Nesse momento, os estudantes devem falar livremente dos sentimentos que têm diante da possibilidade de experimentar uma PCA. Leve-os a comentarem quais práticas gostariam de vivenciar e os motivos dessa escolha. Caso algum deles já tenha experimentado uma PCA, peça que conte o que sentiu antes, durante e após a prática.

4. Sugestão: É importante que um profissional qualificado instrua e acompanhe a prática. O risco deve ser controlado e calculado; verificar as possíveis falhas, acidentes e quedas, minimizar imprevistos, assim como utilizar os equipamentos de segurança são procedimentos essenciais para que as PCA sejam desenvolvidas com segurança e tragam experiências prazerosas aos praticantes. A qualidade dos equipamentos também deve ser verificada.
Para responder a essa questão, os estudantes devem utilizar suas vivências, considerando as práticas que realizam ou seu conhecimento prévio sobre as PCA. Enfatize que, com o risco sob controle, os praticantes podem fruir as PCA, ou seja, podem desfrutar das atividades e apreciá-las esteticamente.

Vamos apresentar uma forma de vivenciar o *slackline* e o *rope swing* adaptada ao contexto escolar. Verifique a possibilidade de realizar tais práticas a fim de que as experiências proporcionadas sejam inovadoras e os estudantes consigam fruí-las e apreciá-las esteticamente. Inicialmente, a proposta é que pesquisem fotos dessas práticas, para depreenderem algumas características. Essa pesquisa pode ser feita na sala de informática da escola, em aparelhos celulares dos estudantes ou em casa. Trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.

BORA PRA QUADRA? O *slackline* e o *rope swing*

Etapa 1 – Pesquisa

Pesquise em um *site* de busca primeiro *slackline*, escolha e salve três fotos; depois pesquise *rope swing*, ou pêndulo humano, e separe mais três fotos para uma conversa em aula. Você pode imprimir as fotos ou salvá-las em um celular, por exemplo.

Etapa 2 – Análise

Apresente o resultado da pesquisa aos colegas. Depois, responda às questões.

1. Quais equipamentos você consegue identificar nas fotos de *slackline* e nas de *rope swing*?
2. Todos os praticantes estão usando equipamentos de segurança?
3. Qual é a vestimenta usada?
4. Em que locais ocorre a prática?
5. Quais sentimentos e emoções você identifica nos praticantes?

Etapa 2. 1. Nas fotos escolhidas pelos estudantes referentes ao *rope swing* poderão ser visíveis, por exemplo: corda, cadeirinha de alpinismo (*seat harness*) e capacete. Ainda que não estejam aparentes nas fotos, ressalte o uso de cabos de aço, presilhas, engates, cintos, mosquetões, entre outros itens, que são devidamente testados pelos instrutores. Os equipamentos devem ser resistentes a impactos, fabricados segundo normas específicas e vistoriados. Comunique à turma que, sem a devida estrutura, não será possível realizar o *rope swing* na escola. Nas fotos de *slackline*, em geral pouco se vê o uso de equipamentos de segurança. Explique aos estudantes que, para iniciantes, uma forma segura de praticar é colocar a fita presa da maneira certa com a catraca e os *slings* de ancoragem bem perto do chão. O gramado e a areia são locais indicados para a prática, pois são superfícies que amortecem as possíveis quedas. Quando o *rope swing* é feito em grandes alturas, é possível ver o praticante com cadeirinha de alpinismo conectada à fita. Protetores de árvores, capacetes e joelheiras também são recomendados para iniciantes. Caso os estudantes não consigam identificar os equipamentos de segurança nas fotos, proponha uma pesquisa.

2. Trabalhe com os estudantes a necessidade de utilizar equipamentos de segurança nas PCA.

3. Provavelmente, nas fotos escolhidas pelos estudantes haverá pessoas com roupas confortáveis de passeio ou específicas para a prática de atividade física.

4. É possível que as fotos de ambas as práticas sejam ambientadas em cenários naturais, como entre árvores, acima de rios, montanhas e lagos, ou no ambiente urbano.

5. Dependendo da foto, os estudantes poderão captar sentimentos como alegria, dor, prazer, medo etc.

Fala aí! Incentive os estudantes a expressarem suas opiniões livremente, mas fundamentando os argumentos. É importante que percebam que há limites que devem ser considerados nas PCA e que os riscos devem ser bem avaliados para que os esportes radicais possam ser praticados com a segurança necessária.

Etapa 3. É necessário que se utilize a fita específica de *slackline* para desenvolver as atividades propostas. Ela pode ser emprestada de algum estudante ou praticante, devendo estar em bom estado, ou a escola pode adquirir uma, como material pedagógico, para compor o arsenal de equipamentos para as aulas de Educação Física. Para tracionar a fita, siga as instruções do fabricante e certifique-se de que esteja bem colocada, experimentando-a previamente. Escolha um local com os estudantes. Se a fita for presa entre árvores, coloque protetores para que ela não cause danos ao tronco e converse com a turma sobre o cuidado com a natureza. Coloque em volta colchonetes ou placas de EVA para a segurança dos estudantes – realizar a prática em um gramado também é recomendado. Organize-os em trios para que, enquanto um deles tenta fazer a travessia, os outros o auxiliem, um em cada lado. Também se pode colocar um outro *slackline* ou uma corda em uma altura acima da cabeça dos estudantes para que se segurem enquanto tentam realizar a passagem pela fita sozinhos.

Fala aí!

Dan Osman foi o pioneiro no *rope swing* (pêndulo humano). Utilizando equipamentos de escalada, realizava as quedas experimentando o efeito pêndulo. A cada vez, ele superava seus saltos anteriores e, logo após quebrar seu recorde, tentou fazer um *jump* de 365 metros. Embora o esportista soubesse que, a essa altura, os riscos do salto aumentariam, pois ele poderia se chocar com a copa das árvores, propôs-se a saltar, mas a corda se rompeu, e infelizmente ele acabou falacendo.

Qual é sua opinião sobre os riscos dos esportes radicais? E sobre a busca constante de novos recordes?

Estratégia: Fundamente seus argumentos buscando pensar na questão em relação a diferentes contextos.

Etapa 3 – *Slackline*

Leia orientações específicas no **Suplemento para o professor**.

O *slackline* é uma prática realizada sobre uma fita estreita presa horizontalmente em dois pontos fixos. O praticante deve andar sobre a fita indo de um ponto ao outro equilibrando-se, sem cair, e pode também ficar parado, desafiando-se em equilíbrio estático. Existem diferentes modalidades, nas quais podem variar a altura, a distância, a elasticidade e a espessura da fita, os movimentos, bem como o ambiente em que são praticadas: na natureza – como em praias, rios, campos e entre montanhas – ou em ambiente urbano – como praças, pontes e entre prédios.

Por ser um esporte de aventura que envolve tanto a técnica e suas combinações quanto a estética dos movimentos e do atleta (estilo), nas competições a avaliação ocorre com base em critérios como: amplitude e variação das manobras (estáticas e dinâmicas), dificuldade (grau de complexidade de execução das manobras), limpeza (quantidade de erros), estilo, entre outros.

Para começar, escolha com o professor um local adequado para a prática, dentro ou fora da escola: entre árvores ou pilares (não escorregadios), dando preferência a uma praça, um parque ou um campo, para um contato maior com a natureza. Coloque a fita bem próximo ao chão, encostando nele, para as primeiras travessias.

Tire os sapatos para sentir melhor a fita e comece subindo pelo meio dela com o apoio de seus colegas – a atividade deve ser feita em trios. Conforme você e os colegas forem perdendo o medo e adquirindo mais equilíbrio, a fita pode ficar mais tensionada e mais alta.

Concentrar-se, respirar fundo e relaxar, abrir os braços, flexionar um pouco as pernas e fixar o olhar é importante para ir adquirindo cada vez mais equilíbrio e confiança. Conforme for progredindo, tente ficar parado por alguns segundos e executar diferentes posições corporais, como as do *yogaline* (modalidade em que o praticante de *slackline* faz movimentos da ioga sobre a fita).

Procure ficar cada vez mais independente para fruir das passagens pela fita. Sinta o prazer de conseguir dar passos com autonomia ao realizar essa nova prática corporal. A dica é: um passo de cada vez!

Investigue

Existem diferentes modalidades de *slackline*. Em grupos, investiguem para conhecê-las. Escolham uma e anotem: o nome, no que ela consiste, em qual local pode ser praticada e quais são os cuidados necessários (equipamentos, vestimenta, proteções, tempo de experiência). Depois, compartilhem e opinem: Qual consideram a mais interessante?

Estratégia: Conversem previamente entre os grupos para que as modalidades escolhidas não se repitam. No compartilhamento da pesquisa, respeitem a opinião dos colegas, pois a dimensão estética é subjetiva.

Investigue. Organize os estudantes em grupos de cinco e peça que primeiro pesquisem quais são as modalidades de *slackline* e depois escolham uma delas. Para não haver escolha repetida, assim que terminarem a pesquisa geral, eles deverão falar a todos qual escolheram. Se fizerem a pesquisa juntos na sala de informática da escola ou no celular, será mais fácil realizar essa dinâmica. Caso contrário, peça que, de uma aula para outra, os grupos definam e falem a você, antes de dar continuidade à pesquisa e, se houver duplicidade de modalidade, verifique qual dos grupos pode trocar. No dia combinado, os estudantes devem trazer o resultado e apresentá-lo.

Etapa 4 – *Rope swing*

Pouco conhecido e timidamente praticado no Brasil, o *rope swing* pode ser realizado, como o próprio nome diz, com o balanço em uma corda. Nessa modalidade, o praticante, devidamente preso por uma corda (e utilizando os equipamentos de segurança necessários), salta de uma plataforma elevada (uma ponte, por exemplo) e balança em

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

Tá ligado. Ainda que na escola seja fácil montar a estrutura e você já tenha alguma experiência anterior com a prática, a proposta poderá ser desenvolvida com a ajuda do professor de Física para conhecimento, envolvimento e compreensão dos estudantes.

movimento pendular. Essa prática é parecida com o *bungee jumping* e pode ser chamada de pêndulo humano, salto de pêndulo ou *rope jump*. Vamos apresentar a você uma possibilidade adaptada para vivenciá-la, desfrutando-a e apreciando-a esteticamente, bem como controlando e gerindo seus riscos.

A seguir, serão propostas três atividades para testar novas possibilidades de salto e balanço em corda. Elas serão adaptadas e organizadas pelo professor.

Você pode repetir todas as atividades várias vezes, ampliando a distância do salto. Cuide de sua segurança e da de seus colegas, mantendo a distância necessária durante a execução das atividades e respeitando a vez de cada um. Caso tenha dificuldade de sustentar seu corpo pelos braços, você pode apoiar seu pé na ponta da corda, enrolando-o nela, ou no nó feito pelo professor para realizar o balanço.

Tá ligado!

Faça uma pesquisa, se possível com o professor de Física, para calcular o tamanho e a espessura da corda para a prática do *rope swing* na escola, bem como a resistência da estrutura em que será pendurada e a trajetória esperada do movimento.

Estratégia: Com o professor de Educação Física, selecionem o local onde a prática poderá ser realizada, para confirmá-lo depois dos estudos feitos.

Atividade 1 – Saltando e balançando

A proposta dessa atividade é saltar segurando uma corda e balançar até o outro lado. Por segurança, ela deve ser realizada sobre um colchonete mais espesso e macio, que amorteça possíveis quedas. Segure a corda com uma mão e caminhe dois ou três passos para trás. Incline o corpo para trás, deixando seu braço reto, conforme o passo 1 da ilustração a seguir. Dê um salto vertical e agarre a corda com a outra mão, posicionando-a um pouco acima da que já estava segurando a corda (passo 2). Balance até o outro lado com os joelhos flexionados (passos 3 e 4). Diminua o ritmo do balanço e volte à posição inicial (passo 5).

É lógico!

Nas atividades 1, 2 e 3, as sequências de orientações para viabilizar os saltos correspondem a um algoritmo. Dominá-lo resulta em conseguir resolver o mesmo problema em outras situações.

Passo a passo



Passo 1.



Passo 2.



Passo 3.



Passo 4.



Passo 5.

Ilustrações elaboradas com base em: HOW to rope swing and how to double rope swing. **Mudstacle**, 16 mar. 2016. 1 vídeo (2min52s).

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

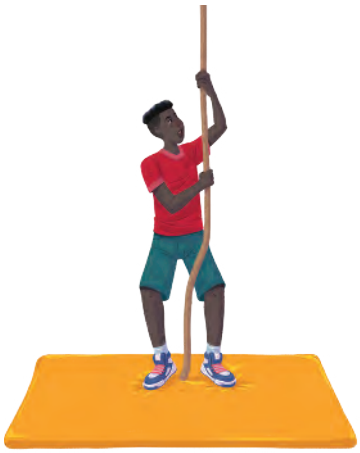
Atividade 2. Ajude os estudantes a desenvolverem as atividades com base nas indicações e, ao mesmo tempo, a identificar a beleza, o prazer, os sentimentos e as emoções gerados pela experiência, ao final de cada uma delas. Instruções importantes sobre como organizar as atividades estão no **Suplemento para o professor**, inclusive para adaptar a ponta das cordas com nó, para que os estudantes que tenham dificuldade em sustentar seu corpo pelos braços apoiem o pé durante a execução das atividades e consigam se balançar.

Atividade 2 – Subida e balanço na corda

Nessa atividade, o objetivo é escalar a corda e balançar-se nela. No *crossfit*, somente a prática da escalada é realizada, sendo denominada *rope climb*. É um exercício de força; então, não desista se não conseguir realizá-lo na primeira tentativa – o importante é tentar.

Agarre a corda um pouco acima de sua cabeça e salte, elevando os joelhos. Deixe a corda no meio das pernas, conforme o passo 1 da ilustração a seguir. Enrole uma perna na corda, de modo que esta passe atrás da panturrilha e fique em cima do peito do pé, como indicado no passo 2. Prenda a corda colocando o outro pé em cima dela (passo 3). Impulsione seu corpo para cima (passo 4). Agora, segure a corda mais acima e repita todos os movimentos anteriores para subir o quanto conseguir.

Passo a passo



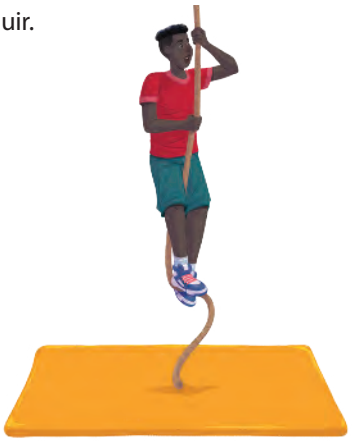
Passo 1.



Passo 2.



Passo 3.



Passo 4.

Ilustrações elaboradas com base em: INSTITUTO DE PESQUISA DA CAPACITAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO. **Subida na corda**. Rio de Janeiro: IPCFEx, [*s. d.*]. Fôlder.

Realize uma ou duas subidas e, se sentir segurança, balance na corda. Salte para descer. Repare que os colchonetes ou proteções embaixo da corda são uma forma de amenizar impactos se houver quedas.

Dica de professor

Por envolver saltos de alturas elevadas, o *rope swing* deve ser realizado por maiores de 18 anos, por isso aqui apresentamos uma versão adaptada da prática. Se, daqui a alguns anos, quiser obter uma nova experiência, procure uma empresa qualificada nos saltos da modalidade, com equipamentos de segurança em bom estado e devidamente licenciada para funcionar. Não controlar os riscos pode ser perigoso para sua segurança. Faça uma boa escolha!

Atividade 3 – Desafio: saltando com duas cordas

A proposta dessa atividade é saltar com duas cordas. Para saltar, repita os passos 1, 2 e 3 da primeira atividade. Ao chegar próximo à outra corda, siga o passo a passo da ilustração a seguir. Segure a corda com a mão que estava embaixo (passo 1) e troque de corda (passo 2), balançando (passo 3) até chegar ao outro lado (passo 4).

Passo a passo



Passo 1.



Passo 2.



Passo 3.



Passo 4.

Ilustrações elaboradas com base em: HOW to rope swing and how to double rope swing. **Mudstacle**, 16 mar. 2016. 1 vídeo (2min52s).

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Respostas pessoais. Nem sempre atividades como essas geram prazer ou percepção de beleza. Pode haver estudantes que não tenham gostado das experimentações que fizeram por causa de medo, dor ou dificuldade em executar os movimentos, o que, inclusive, pode gerar desprazer.

Roda de conversa

- Você sentiu prazer ou desprazer ao realizar essas atividades?
- Você já tinha experimentado essas ou outras PCA? Se sim, como foi? Se não, como reagiu diante do novo?
- Na passagem ou nas posições corporais sobre a fita e no salto realizados por você e por seus colegas, conseguiu perceber alguma beleza?
- Os colegas realizaram equilíbrios e saltos bonitos ou não? Que critério você empregou para chegar a esse julgamento?
- Você identificou algum risco antes da realização das atividades? E durante ela? Se sim, como agiu e que emoções experimentou?
- Você adotaria essa prática como atividade física regular, pensando em sua saúde e em seu bem-estar? Explique os motivos de sua resposta.

Em 2017, 245 pessoas saltaram de *rope swing* em Hortolândia (São Paulo), alcançando o recorde de maior número de pessoas saltando de pêndulo humano juntas no mundo. O salto foi idealizado por Alan Ferreira Mahseregian, que tem conhecimento em técnicas de resgate, rapel, *rope jump*, tirolesa, cabo aéreo e conta com certificado da NR-35 (segurança em trabalho em altura). Com toda essa experiência, a segurança dos participantes foi calculada com o máximo de cautela e rigor.

E SE A GENTE... APRECIASSE ESTETICAMENTE ESSES MOVIMENTOS?

Quando experimentamos algo novo, gostamos de apreciar e registrar esses momentos. Que tal registrar as atividades realizadas anteriormente e mostrá-las em uma exposição?

Em trios, vocês devem se organizar para que haja no grupo: um fotógrafo, um executor do movimento e um ajudante para as duas funções anteriores.

Escolham uma travessia ou uma pose sobre o *slackline*, um salto e/ou um balanço de que mais gostaram para registrar. Vocês também podem criar posições no *slackline*, saltos ou balanços novos, avaliando os riscos com o professor e os colegas.

O fotógrafo deve tentar registrar, de vários ângulos, as diversas etapas do movimento escolhido. O executor deve fazer o movimento mais de uma vez e, por fim, escolher a foto de que mais gostou. O registro pode ser feito com um celular.

Todos passarão pelas três funções; então, vocês podem escolher uma foto de cada integrante do grupo para expor. Caso você ou seus colegas não se sintam confortáveis em ter uma foto exposta, conversem com o professor justificando a não participação. Com base na foto escolhida, elaborem um breve texto descritivo contando as emoções, os sentimentos, o prazer, os desafios, a percepção de beleza ou não e outras sensações experimentadas durante cada execução.

Para a exposição, combinem com o professor qual espaço da escola será utilizado. Lembrem-se de que a foto deve ser seguida do texto descritivo (embaixo, ao lado ou em cima). Vocês podem usar uma folha sulfite para cada foto, uma cartolina por grupo ou, ainda, expor as fotos de toda a turma em um papel *kraft* de longa extensão. Para organizar a exibição, considerem o roteiro a seguir.

- Qual será o título da exposição?
- Todas as fotos terão o mesmo tamanho (exemplo: 10 por 15 centímetros)?
- Que papel será usado para a impressão (exemplo: papel fotográfico ou sulfite)?
- Quais serão o número de caracteres/palavras e o tipo de diagramação destinados ao texto descritivo (exemplo: até 200 caracteres ou 35 palavras com espaçamento duplo entre as linhas)?
- Como serão dispostas as fotos e o texto?

Uma opção para a apresentação é fazer uma exposição digital. Para isso, cada grupo deve criar um vídeo de até 5 minutos juntando suas produções. Nele, serão mostradas as fotos do trio com os respectivos textos descritivos, que devem ser narrados, cada um, se possível, pelo seu autor, como um depoimento sobre o movimento executado.

E se a gente... Faça a mediação, de modo que os estudantes possam participar das decisões, levando em conta os espaços e os materiais disponíveis na escola. Essa exposição pode ser uma forma de avaliação dos estudantes. Incentive-os a utilizarem a criatividade para a elaboração de um novo movimento, e, em um segundo momento, convide-os a analisarem de modo técnico e estético as criações de todos. Caso algum estudante não queira ter uma foto sua na exposição, converse com ele sobre os motivos e faça a mediação; se, mesmo assim, ele não quiser participar, aceite sua decisão. Verifique se não está ocorrendo *bullying* e converse com os estudantes sobre esse tema. Caso optem pelos vídeos, eles podem ser expostos em telão, no anfiteatro ou em outros espaços da escola, para que todos possam apreciar as experiências realizadas. Nessa atividade, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG602.

Recado final

As atividades propostas neste capítulo proporcionaram experiências com algumas PCA, reflexões sobre saúde e meio ambiente na relação com essas práticas, além do desenvolvimento de uma percepção estética em sua realização. Essa dimensão é especialmente desenvolvida na área de Arte, mas é importante saber que, além de explorar procedimentos e conceitos, podemos refletir sobre o prazer, a beleza, os sentimentos e as emoções gerados pela experimentação de uma prática corporal com risco controlado. Com a devida segurança, é só praticar e fruir.

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

Em consonância com a BNCC, segundo a qual, no Ensino Médio, os estudantes devem ser convidados a experimentar novas possibilidades de jogos e brincadeiras, neste capítulo serão propostas diversas vivências para que eles aprofundem o conhecimento sobre os jogos, discutindo, mais especificamente, as possibilidades de interação nas manifestações reais e virtuais.

Além disso, tratamos das consequências do uso exagerado dos jogos eletrônicos pelos adolescentes e jovens, bem como dos preconceitos e estereótipos construídos sobre essas práticas, a fim de que busquem utilizá-las, como Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC) que são, de modo consciente, crítico, criativo, ético e responsável. Ao final do capítulo, espera-se que sejam capazes de qualificar os processos de escolha, realizando curadoria no processo de seleção de jogos, de acordo com suas necessidades e projetos de vida. Dessa forma, serão desenvolvidos os temas contemporâneos transversais Saúde e Economia/Trabalho e as habilidades EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG701 e EM13LGG702 da BNCC.

Capítulo **18**

VIRTUAL *VS* REAL: A CURADORIA NOS JOGOS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Desde pequenos, nós jogamos: a princípio, com nossa família, depois com amigos, na escola e em outros contextos sociais. Os jogos são populares e estão presentes em diferentes espaços sociais e culturais, propiciando momentos de lazer e aprendizado. Além disso, promovem a interação entre os participantes, seja nos momentos de diversão, seja durante o processo de transmissão, que, muitas vezes, ocorre de modo informal, nas diversas relações que estabelecemos com outras pessoas.



ZUMA PRESS/ALAMY/FOTOARENA

Jovens jogam campeonato de *dodge ball*, esporte semelhante à queimada no Brasil. Gaza, Território Palestino, 2019.

Biblioteca do professor. Para compreender melhor as características do jogo desenvolvidas neste capítulo, indicamos *Homo ludens*: o jogo como elemento da cultura (São Paulo: Perspectiva, 1999), de Johan Huizinga, e *O que é sociologia do esporte* (São Paulo: Brasiliense, 1990), de Ronaldo Helal.

Neste capítulo, todas as manifestações virtuais de jogos serão chamadas de jogos eletrônicos. Embora o jogo eletrônico também faça parte da realidade, o termo *real*, no capítulo, refere-se a jogos não eletrônicos, ou seja, que não tenham interface com a realidade virtual. Como *real* é utilizado comumente em contraposição a *virtual*, decidimos manter esse termo.



FLORENCIA MARTIN/PICTURE ALLIANCE/GETTY IMAGES

Adolescente joga usando óculos de realidade virtual. Buenos Aires, Argentina, 2023.

A representação virtual dos jogos é realizada em ambientes digitais, por meio de equipamentos como o console, o computador, o *tablet* e o celular, apresentando ao jogador muitas possibilidades. A interatividade é mediada por um sistema eletrônico contra a inteligência artificial ou pessoas reais. Os jogos eletrônicos, diferentemente das outras categorias de jogos, por serem controlados por um sistema computacional, são formados por um conjunto de regras rígidas, com flexibilidade limitada à programação, e pouco negociáveis. As regras, porém, podem ser atualizadas e personalizadas pelo programador.

Os jogos também se manifestam nas plataformas digitais, sendo chamados, nesses casos, de jogos eletrônicos, de computador, virtuais, *on-line*, *videogames*, entre outras denominações.

É importante, diante da vasta gama de jogos que temos à nossa disposição, sobretudo os eletrônicos, termos conhecimentos suficientes para avaliá-los e escolhê-los – realizando uma **curadoria** –, de acordo com nossos interesses e necessidades, sempre de forma crítica, ética e responsável.

Vamos vivenciar os jogos tanto na quadra quanto em plataformas eletrônicas, aprendendo com eles?

Fala aí! Na adolescência há uma substituição dos jogos da infância. Alguns adolescentes simplesmente deixam de jogar, outros participam de grupos exclusivos para jogadores, outros ainda só jogam quando a família se reúne, e há os que gostam apenas dos eletrônicos, entre outros exemplos. Enfim, será interessante levantar os tipos de jogos com que os estudantes estão se entretendo na atualidade.

Fala aí!

Que jogo você tem jogado? Conte aos colegas quais jogos fazem parte de seu dia a dia, sozinho, em família, com amigos...

Estratégia: Se um colega estiver falando, aguarde que ele termine antes de você tomar a palavra, para não haver sobreposição de falas e não prejudicar o diálogo.

LEMBRA?

O jogo, como conteúdo das aulas de Educação Física, pode ser definido pelas seguintes características: uma atividade voluntária, que ocorre em determinados limites de espaço e tempo, em que os participantes definem e cumprem as regras e combinados, que podem ser alterados em comum acordo. Essa atividade tem um fim em si mesma e promove diversão e aprendizagem.

No final, discuta com eles quais são os mais jogados pela turma e por qual motivo. Utilize esse levantamento para fazer apontamentos e ajustes de discussões no decorrer do capítulo, a fim de fazer os estudantes refletirem, por exemplo, sobre se os jogos que eles têm jogado trazem ou não benefícios a sua saúde.

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

Nosso objetivo, com esta atividade, é que os estudantes experimentem jogos eletrônicos e jogos na quadra, comparando-os quanto a voluntariedade, flexibilidade e obediência às regras; organização de espaço e tempo; e possibilidade de interação. Ao final, espera-se que sejam capazes de perceber diferenças e semelhanças entre os tipos de jogos, ganhando subsídios para o processo de curadoria de acordo com seus interesses pessoais.

BORA PRA QUADRA? Capturar a bandeira

Você já jogou *paintball*? Trata-se de um jogo cujo objetivo é capturar a bandeira da equipe adversária, ao mesmo tempo que se busca eliminar os adversários com um marcador movido a CO_2 (dióxido de carbono) e ar comprimido, tendo como munição bolinhas de tinta. É praticado em espaços específicos. Como há pouco contato físico entre os participantes e são utilizados equipamentos de proteção – máscaras e roupas apropriadas –, trata-se de prática segura. Os projéteis são feitos com tinta solúvel em água, por isso não machucam nem mancham a roupa.

Nesta atividade, você experimentará diferentes jogos relacionados a essa prática.



JACKF/ISTOCK/GETTY IMAGES

Grupo de jovens jogando *paintball*. Espanha, 2020.

Bora pra quadra? Considerando que os jogos de ação são muito populares entre adolescentes, nesta atividade o objetivo é que os estudantes façam uma curadoria de jogos eletrônicos relacionados ao *paintball*, selecionando os que podem ser jogados *on-line* ou baixados nos computadores da escola ou celulares, com as devidas autorizações e sob sua supervisão. Caso seja possível, leve os estudantes para a sala de informática da escola e peça que procurem por "*paintball*" em *sites* específicos de jogos, ou por "jogos *on-line* de *paintball*", em buscadores em geral. Fique atento para que não entrem em *sites* inadequados. Se não houver internet disponível na escola, peça aos estudantes que, caso seja possível, joguem em casa: no computador, no celular ou em outro aparelho eletrônico disponível. Depois, durante a aula, abra espaço para o compartilhamento das experiências.

Paintball virtual

***Paintball* virtual.** Durante a experimentação, favoreça a fruição levando os estudantes a explorarem os movimentos corporais, as significações, as estratégias de jogo e as TDIC, conforme a BNCC indica nas habilidades EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG701.

Escolha um jogo gratuito de *paintball* virtual para jogar. Explore suas funcionalidades; avalie a jogabilidade; observe com atenção como os cenários são construídos e que cores são usadas; verifique se o nível de dificuldade é adequado, se o jogo é indicado para sua faixa etária e se não há violência; leia as avaliações dos usuários; entre outros aspectos. Depois, encontre outro jogo de *paintball*, faça as mesmas observações e identifique as diferenças e as semelhanças entre os dois jogos. Repita esse processo até encontrar o jogo que mais lhe agrada.

Nesse processo, você atuará como curador, buscando, avaliando e selecionando diferentes opções de jogos de *paintball*. Aproveite e desfrute desses jogos.

Pique-bandeira

Agora é hora de jogar na quadra! Provavelmente, você conhece ou já jogou o pique-bandeira. Esse jogo pode ter diferentes regras e denominações, de acordo com a região ou o país em que ocorre; por exemplo, barra-bandeira em Pernambuco e salva-bandeira em Santa Catarina. Nos Estados Unidos, ele é chamado de *capture the flag* ("capturar a bandeira").

Organizados em duas equipes, os jogadores têm como objetivo invadir o campo adversário para capturar a bandeira que lá está e trazê-la para seu campo sem ser pego pelo oponente. Ao mesmo tempo, é necessário proteger a bandeira que está em seu espaço de jogo.



DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Alunos jogando pique-bandeira na escola. São Paulo (SP), 2024.

Quem conseguir levar primeiro a bandeira para seu campo vencerá. O jogador que for tocado durante a tentativa de captura da bandeira no campo do oponente fica "congelado" até que um companheiro encoste nele para salvá-lo. Se um jogador estiver com a bandeira do adversário e for interceptado antes de chegar a seu campo, ele a perderá e o jogo será reiniciado.

Cada vez que a bandeira for capturada, o jogo será reiniciado, e você e sua equipe poderão reorganizar as estratégias de ataque e defesa. No decorrer do jogo, é possível acrescentar, modificar ou retirar alguma regra, de acordo com as necessidades e possibilidades de todos os jogadores. Por exemplo, vocês podem experimentar, em comum acordo, estabelecer uma área maior em torno da bandeira, na qual ninguém possa ser pego; assim, é possível criar mais estratégias para voltar com ela até seu campo.

Aproveite o jogo!

Pique-bandeira. Delimite o espaço de jogo ou peça ajuda aos estudantes. Coloque uma bandeira no centro de cada linha de fundo do campo (se houver quadra de voleibol na escola, utilize sua marcação) e organize a turma em duas equipes, que deverão ocupar seus espaços na quadra. As bandeiras podem ser de um pedaço de tecido de qualquer tipo, mas devem ser de cores diferentes. Caso não encontrem pedaços de tecido, escolha outro objeto disponível, como cones, fitas, bolas grandes. Para diferenciar as equipes, utilize coletes ou fitas amarradas nos braços. Ao final das jogadas, abra espaço para que os estudantes discutam as regras e sugiram alguma alteração, caso considerem que, por algum motivo, o jogo não esteja fluindo. Por exemplo, eles podem ter dificuldade em conseguir voltar com a bandeira capturada ao campo de origem; nesse caso, pode-se combinar que, para vencer, seja necessário apenas pegá-la. Ou ainda, caso a captura da bandeira aconteça de maneira rápida demais, podem-se introduzir regras que dificultem o jogo.

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

Pique-queima

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Esse jogo, uma mistura do jogo anterior com a queimada, também é chamado de *paintball* das quadras. Ele tem a mesma estrutura e o mesmo objetivo da atividade anterior (capturar a bandeira); agora, no entanto, em vez de ter de tocar no jogador adversário para pará-lo, você pode eliminá-lo, queimando-o com uma bola, como no jogo de queimada. Para que o adversário seja "queimado", a bola deve acertá-lo e cair no chão; se ele espalmar a bola ou a segurar ou se ela bater primeiro no chão, a ação não será validada. A cabeça é "fria"; por isso, cuidado com o rosto de seu colega!

Em cada campo, haverá trincheiras de proteção para que, durante o ataque, você se proteja ou se esquive das bolas. Porém, mesmo que você esteja escondido, o adversário pode "queimá-lo"; quando isso ocorrer, você deve voltar para seu campo de defesa. Por isso, sempre avance tentando chegar rapidamente até a bandeira.

Cada equipe receberá dez bolas (ou uma por jogador). Decidam, coletivamente, se elas ficarão espalhadas pela quadra ou com os jogadores. Como o jogo é muito dinâmico, as equipes poderão perder as bolas caso elas rolem até o campo adversário, além de poder recuperá-las ou acumulá-las. As bolas só serão redistribuídas quando o jogo reiniciar, ou seja, quando uma equipe conseguir capturar a bandeira.

Representação artística de jogo de pique-queima. (Imagem sem escala.)



GIL TOKIO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Antes, durante e após o jogo, conversem bastante, em cada equipe, sobre as estratégias que serão utilizadas para ataque e defesa.

Nesse jogo também é possível acrescentar, modificar ou retirar alguma regra, conforme a necessidade da turma, deixando-o mais fácil ou mais difícil. Por exemplo, pode ser decidido que todos podem "queimar" e ser "queimados" mesmo dentro de seu campo de jogo.

Roda de conversa das atividades

Em duplas, conversem sobre as questões a seguir e, depois, socializem a resposta com a turma toda.

Depois de pedir aos estudantes que conversem em duplas, abra para discussão geral.

1. Após vivenciarem as três atividades, avaliem os aspectos de cada uma delas propostos a seguir.
   - **a.** Foram atividades voluntárias? Vocês as apreciaram?
   - **b.** As regras foram flexíveis? Vocês as respeitaram?
   - **c.** Houve limites de espaço e de tempo?
   - **d.** Como foi a interação com seus colegas?
2. Vocês jogaram o *paintball* virtual e depois experimentaram uma versão adaptada na quadra. De qual vocês mais gostaram, do virtual ou do real? Justifiquem suas respostas apresentando os critérios que levaram vocês a tal escolha.

1. a. A respeito da característica da voluntariedade do jogo, eletrônico ou não, os estudantes devem compreender que, fora do contexto escolar, ele acontece de forma espontânea e livre, ou seja, não é imposto e é realizado nos momentos em que os participantes desejam. Já na escola, o jogo – um conteúdo que deve ser aprendido em todas as suas dimensões pelos estudantes – pode não ser realizado de forma voluntária, seja porque os estudantes não estão dispostos a participar, seja porque não apreciam essa prática.

1. b. É importante que os estudantes compreendam que, nos jogos, há regras estabelecidas previamente pelos jogadores, que ordenam e estruturam a prática. Os participantes têm liberdade para alterá-las desde que todos estejam de acordo, não havendo necessidade de árbitros para intervir, como no esporte. Além disso, os estudantes devem notar que as regras dos jogos eletrônicos, de modo geral, não podem ser modificadas, pois já estão embutidas no sistema. Porém, em alguns casos, ocorrem alterações, de acordo com reclamações e críticas dos jogadores, para tornar o jogo mais equilibrado e atrativo.

1. c. Espera-se que os estudantes concluam que sim, tanto nos jogos em quadra quanto nos jogos eletrônicos, nos quais os limites de tempo e de espaço são indicados pelo sistema computacional. Comente que, nos jogos em quadra, cada partida não tinha duração predefinida, pois dependia do tempo gasto por cada equipe para capturar a bandeira; e o espaço foi delimitado pelas linhas da quadra. De forma geral, sobre essas características, é importante que os estudantes identifiquem que o jogo poderá ser encerrado quando os jogadores não quiserem mais participar, perdendo o interesse por ele. Em relação ao limite de espaço, todo jogo ocorre em um local previamente delimitado, inclusive fisicamente, e de maneira deliberada ou espontânea.

1. d. Espera-se que os estudantes cheguem à conclusão de que, nos jogos eletrônicos, as interações são desenvolvidas com o sistema computacional ou com outro jogador; já nas atividades em quadra, a interação ocorre entre os jogadores da mesma equipe e entre os adversários, tanto de forma verbal quanto não verbal, isto é, pela linguagem do corpo.

2. Estimule os estudantes a responderem pensando em elementos como nível de interação, dificuldades experimentadas, facilidade de aprendizado, capacidades exigidas, entre outros. O objetivo, aqui, é que eles qualifiquem o processo de escolha de jogos e brincadeiras, realizando curadoria adequada.

Leitura 1

Os textos a seguir referem-se a pesquisas de diferentes ordens sobre os jogos eletrônicos e seus efeitos no processo de ensino e aprendizagem dos estudantes e em sua saúde. Nesta seção, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG502 e EM13LGG702 da BNCC, além de ser abordado o tema contemporâneo transversal Saúde.

Em artigo publicado em uma revista de pesquisa, Valéria França aponta diversos aspectos, positivos e negativos, dos jogos eletrônicos. Vamos ler dois fragmentos desse artigo.

Texto 1 SAÚDE

A ciência e os *videogames*

Associados a hábitos sedentários, os jogos de computador também atraem pesquisadores interessados em compreender seu potencial de estímulo à atividade física. Professor na Universidade Federal da Paraíba, em seu doutorado em informática na educação, realizado na Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Mateus David Finco estudou os *exergames*, que captam movimentos reais do corpo do jogador, levando-os para o universo virtual, na tela. Jogos de console, os *exergames* utilizam uma plataforma periférica sobre a qual o jogador fica em pé durante os exercícios de ioga ou aeróbicos, por exemplo. Versões mais avançadas podem usar também câmera e raios infravermelhos para captar esses movimentos.

Há cinco anos, quando decidiu estruturar um laboratório de *exergames* em parceria com um colégio de Porto Alegre, Finco percebeu que, ao trocar o *joystick* pela captura dos movimentos, a indústria estava construindo uma forma diferente de interação. E, assim como *tablets* e celulares, poderia constituir nova ferramenta para a educação. "A ideia era investigar de que maneira eles poderiam contribuir para o engajamento de alunos que geralmente apresentam sinais de insatisfação na prática de atividades físicas", conta Finco.



LARS BARON/GETTY IMAGES

Jovem experimenta equipamento de *exergame*. Colônia, Alemanha, 2023.

Cada um dos 24 voluntários, de 11 a 17 anos, podia utilizar os equipamentos por 50 minutos, três vezes por semana, por seis meses. Todos foram filmados. O objetivo era registrar o desenvolvimento dos participantes, sua interação social e com os equipamentos. A partir da análise das imagens, Finco percebeu que o dispositivo constitui um recurso motivacional, que aumenta a interação entre os alunos e melhora a habilidade motora. "A principal contribuição do projeto foi mostrar como um laboratório de *exergames* pode oferecer uma alternativa para as aulas regulares de Educação Física", sintetiza Finco, que vê possíveis contribuições de seu uso em atividades envolvendo alunos que apresentam deficiências motoras, físicas e mentais.

Pesquisa recém-finalizada pelo Pennington Biomedical Research Center da Universidade do Estado da Louisiana, nos EUA, indica que jogos virtuais que exigem movimentos corporais combinados com suporte, também virtual, de preparadores físicos podem efetivamente melhorar a saúde de crianças obesas. Intitulado *Home-based exergaming among children with overweight and obesity: a randomized clinical trial*, o estudo liderado por Amanda Staiano, especialista em psicologia do desenvolvimento, que será publicado em edição especial do periódico científico *Pediatric Obesity*, envolveu 46 crianças de 10 a 12 anos. Metade delas e suas respectivas famílias integraram o grupo de jogadores. A outra metade, um grupo-controle. Ao final de seis meses de programa, 22 das 23 famílias do grupo de jogadores haviam completado 94% das sessões de jogos e frequentado 93% das sessões de *videochats*. As crianças desse grupo conseguiram reduzir em cerca de 3% o índice de massa corporal (IMC) e em 7% seus níveis de colesterol, enquanto as do grupo-controle observaram aumentos de 1% e 7%, respectivamente.

FRANÇA, Valéria. A ciência e os *videogames*. **Pesquisa Fapesp**, São Paulo, ed. 270, p. 84-87, ago. 2018.

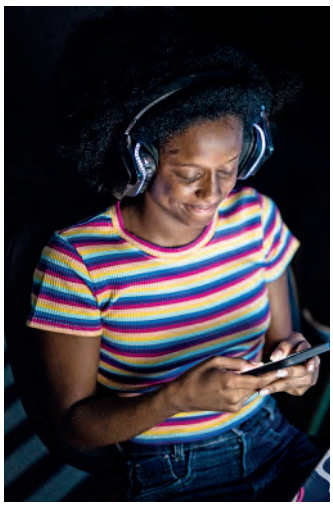
Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

Texto 2

A compulsão pelo jogo digital

Ficar horas imerso no universo dos *games*, sem conseguir trabalhar, estudar ou mesmo conviver socialmente são alguns dos sintomas que definem o transtorno por jogos digitais ou *videogames* (*gaming disorder*). Desde junho [de 2018], o transtorno consta como patologia na International Classification of Diseases (ICD-11), da OMS. Em outubro do ano passado, havia sido incluído no Manual de Doenças Mentais (o MSD-5), da Associação Americana de Psiquiatria. De acordo com o MSD, pode ser considerado doença quando os sintomas se manifestam durante um ano. Dependendo da intensidade, classifica-se como médio, moderado ou grave. Em geral atinge crianças e adolescentes [...]. Salah H. Khaled Jr., doutor em ciências criminais e professor da Faculdade de Direito da Universidade Federal do Rio Grande, considera equivocada a classificação da OMS. Entre outros motivos, pela inadequada comparação com jogos de azar e drogas, uma vez que *games* são produtos culturais. Para ele, *gaming disorder* pode ser definida como "patologização dos *games*". "O suposto 'vício' pode ser sintoma de outra condição, como ansiedade ou depressão, por exemplo. E a ênfase no sintoma pode deixar um problema maior sem tratamento", avalia. "A indústria farmacêutica está por trás da criação de várias 'doenças', como psiquiatras e psicólogos denunciam. Essas classificações resultam de embates históricos, não expressam verdades absolutas", observa o autor da obra *Videogame e violência: cruzadas morais contra os jogos eletrônicos no Brasil e no mundo*. "Do mesmo modo, não existe nenhuma evidência concreta de que os *games* provoquem violência", afirma, depois de revisar a literatura sobre o tema.

FRANÇA, Valéria. A ciência e os *videogames*. **Pesquisa Fapesp**, São Paulo, ed. 270, p. 84-87, ago. 2018.



FG TRADE/ISTOCK/GETTY IMAGES

Jovem jogando no celular. Brasil, 2022.

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

Por dentro dos textos

1. O texto 1 trata dos *exergames* e das pesquisas que vêm sendo feitas sobre o assunto.
   a. O que são *exergames*?
   b. De acordo com diversas pesquisas realizadas, nacional e internacionalmente, quais são os benefícios dos *exergames* para a saúde e a socialização?
   c. Relacione a resposta ao item anterior com a maneira como, na primeira frase do texto, a autora caracteriza os jogos eletrônicos.
   d. Na sua opinião, é possível substituir a atividade física ou as aulas de Educação Física pela prática de *exergames*? Por quê?

2. O texto 2 apresenta uma nova doença, já catalogada pela Organização Mundial da Saúde (OMS).
   a. Que doença é essa? Quais são seus principais sintomas e o público mais vulnerável?
   b. Que motivos o doutor Salah H. Khaled Jr. apresenta para sustentar sua tese de que essa classificação da OMS é equivocada?

1. a. De acordo com o texto, os *exergames* são jogos que transmitem os movimentos de jogadores para a tela. Pergunte aos estudantes se já tiveram contato com algum jogo desse tipo.

1. b. Segundo as pesquisas realizadas, os *exergames* apresentaram os seguintes benefícios: aumento da motivação e da interação social; melhoria das habilidades motoras; diminuição do IMC e do nível de colesterol de crianças obesas.

1. c. Com a expressão "Associados a hábitos sedentários", a autora se refere à imagem – geralmente atrelada aos jogos eletrônicos – de que são responsáveis pelo sedentarismo de muitos jovens, que passam muitas horas jogando e sem atividades físicas, enquanto pesquisas com *exergames* chegaram a resultados que contrariam essa imagem.

1. d. Resposta pessoal. Leve os estudantes a perceberem que o texto 1, apesar de valorizar os *exergames* como uma alternativa para as aulas de Educação Física, não aponta diretamente uma substituição.
Os estudantes devem considerar em sua resposta que o ensino, nesse componente curricular, não se limita apenas à vivência de práticas corporais, mas implica também refletir sobre conceitos e valores atrelados a elas, o que os jogos eletrônicos por si só não trazem. Apesar disso, os *exergames* ser utilizados pelos professores como ferramentas para atingir os objetivos de aprendizagem. A interação pessoal e as relações estudante-estudante e estudante-professor durante as aulas também constituem um fator a ser discutido com a turma.

2. a. A doença apresentada pelo texto 2 é o transtorno por jogos digitais ou *videogames* (*gaming disorder*), classificado como patologia ICD-11 e MSD-5. Os sintomas estão relacionados a passar horas jogando sem conseguir trabalhar, estudar ou mesmo conviver socialmente. Atinge, em geral, crianças e adolescentes.

2. b. O médico defende que o transtorno por jogos digitais pode ser sintoma de outra doença, como a ansiedade e a depressão, que, se não identificadas, podem não ser tratadas de modo adequado. Além disso, para ele os jogos eletrônicos são produtos culturais, e não produtos viciantes, como jogos de azar e drogas.

3. **Os textos lidos trazem subsídios para se fazer uma curadoria dos jogos eletrônicos para uso no cotidiano com base em aspectos positivos e negativos para a saúde e a socialização. Monte no caderno um quadro com esses aspectos (siga o modelo).**

Pontos Positivos	Pontos Negativos

MODELO

3. Pontos positivos: Possibilidades: socialização mediada pelas tecnologias; prática de atividade física (*exergames*); criatividade; diversão; melhora nas habilidades motoras; motivação para aprender. **Pontos negativos**: Possibilidades: Pouco convívio social; exagero no tempo de jogo; vício; sedentarismo.

ECONOMIA/TRABALHO

O texto a seguir é o relato de uma profissional experiente em curadoria de jogos eletrônicos.

Texto 3

Mas... você joga?

Durante três anos, trabalhei como curadora de jogos digitais em um festival internacional de arte e tecnologia bastante conhecido. Durante três anos, ouvi a mesma pergunta: mas o que você faz? A resposta para essa pergunta é ao mesmo tempo simples e complicada. Eu poderia dizer apenas que seleciono os jogos que serão exibidos no festival, mas, na maior parte das vezes, quem pergunta não se satisfaz com esta resposta e diversas questões aparecem em seguida. As mais frequentes costumam ser: quantas pessoas trabalham com você? quem escolhe os jogos para você selecionar? mas quem decide quais jogos entram? mas você tem algum contato com os desenvolvedores? quem instala e testa? você é estagiária? eu fiz um jogo, posso te mandar? você conhece o jogo [insira aqui o nome]? por que o jogo tal não está na exposição deste ano? E, claro, a pergunta que não quer calar: VOCÊ JOGA?

Todas essas perguntas parecem ao mesmo tempo bastante inocentes e um tanto óbvias, mas, se você for pensar a respeito, elas estão carregadas de "probleminhas". Esse "probleminhas" tem algumas origens: eu sou uma mulher num ambiente predominantemente masculino, eu pareço jovem demais para assumir um cargo de suposta importância, eu me apresento de maneira pouco séria em ambientes vistos como formais.

O festival no qual eu trabalhava reúne diversas linguagens eletrônicas em um mesmo espaço expositivo, promovendo o diálogo entre arte e meios digitais. Dentro desse ambiente, existem curadorias um pouco mais autônomas, como é o caso de animação, *games* e cinema digital, por exemplo. Para cada uma delas, há um curador responsável por toda a categoria, que trabalha juntamente com os curadores gerais organizadores do evento e as outras equipes responsáveis pela montagem, equipamentos, manutenção, educativo e conteúdo do festival.

Então, em resposta às primeiras perguntas: eu trabalhava sozinha na parte de *games*, era responsável por pesquisar muito e selecionar os jogos. Sim, era eu mesma quem decidia quais entravam, quais não entravam, passando pelo aval apenas do curador geral da exposição. Eu testava, instalava e testava novamente. Eu entrava em contato com os desenvolvedores brasileiros e internacionais, convidava-os para participar do festival e me responsabilizava completamente pelo conteúdo que eu estava selecionando para ser exibido.

Não, eu não sou estagiária, sou formada, faço mestrado em jogos digitais e tenho sim experiência e repertório mais do que suficiente para um cargo desse tipo. Sim, você pode me mandar seu jogo, contanto que ele seja um jogo independente, experimental e que trabalhe com questões poéticas e estéticas condizentes com a exposição na qual estou trabalhando. Eu não tenho obrigação de aceitar seu jogo, nem mesmo de responder aos seus questionamentos sobre o motivo pelo qual seu jogo não foi aceito.

É possível que eu conheça ou não o jogo do qual você está falando. Eu tenho a mesma chance de conhecer um jogo que qualquer outra pessoa ocupando a mesma função que eu, tendo acesso aos mesmos conteúdos que eu tenho e tendo interesses semelhantes. Pode ser que este jogo que você presume que eu não conheça não esteja na exposição por diversos motivos: ele não conversa com a temática proposta, os desenvolvedores não responderam ao convite, ele não funciona em uma exposição com fluxo intenso de visitantes, ou pode ser que eu não o conheça mesmo.

É lógico!

O preenchimento do quadro envolve a abstração: entre todas as consequências dos jogos eletrônicos, você precisa selecionar as que se relacionam apenas aos campos da saúde e da socialização. Em seguida, reconhecendo padrões, deve julgá-las como positivas ou negativas.

ODS 4 ODS 5

Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Tá ligado!

Utilize seus estudos de Língua Portuguesa sobre gêneros para analisar os textos desta sequência. Todos abordam a temática dos jogos, mas, por exemplo, nos textos 1 e 2, a argumentação estrutura-se em torno de dados e fontes de pesquisa, enquanto o texto 3 se baseia em experiências individuais.

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



NAYRA HALM/FOTOARENA

Telão exibe partida em evento de jogos eletrônicos. Rio de Janeiro (RJ), 2019.

Vamos fazer um *exerciciozinho* de imaginação. Vamos imaginar que eu seja um homem de 28 anos que aparente ser um pouco mais jovem e tenha cabelos coloridos, *piercings*, tatuagens e use roupas casuais. Este homem é curador de jogos digitais em um festival de arte. Quantas pessoas perguntariam para ele abismadas: VOCÊ JOGA? Eu diria, pela minha experiência, que muito poucas. Atrevo-me a dizer ainda que o fato de ele parecer jovem e casual só contribuiria para a imagem dele como curador de jogos digitais. Diria ainda que as outras perguntas "problema" – que agora a gente já pode parar com o eufemismo e chamar de machistas – seriam reduzidas pela metade (ou nem mesmo existiriam).

Ter que me justificar todos os dias para poder exercer um trabalho é extremamente desgastante. Ter que me apresentar muitas vezes como "assistente de curadoria" em vez de "curadora" só para não ter que ficar me explicando é simplesmente horrível e degradante. Ser questionada diariamente por pessoas que simplesmente presumem que você não tem a mínima ideia do que você está fazendo/dizendo apenas porque você – obviamente, sendo mulher – não poderia conhecer aqueles jogos ou, pior, jogá-los...

EU JOGO, SIM! Jogo como uma garota, tenho minhas preferências, minhas manias e hoje começo a contar para vocês, de uma maneira bastante pessoal, aqui na *Ovelha*, minhas experiências na área e principalmente o que eu venho jogando, já joguei e quero jogar! Sem questionamentos, sem justificativas, só eu, os joguinhos e vocês. Bora?

CAVALEIRO, Anita. Mas… você joga? Artigo originalmente publicado na revista **Ovelha** e gentilmente autorizado para publicação neste volume.

Papo aberto sobre os textos

4. Quando você escolhe um jogo eletrônico para seu momento de lazer ou *hobbie*, quais aspectos você leva em conta? Os apontamentos dos textos lidos fizeram você repensar essas escolhas?

5. Para um festival ou uma exposição de jogos eletrônicos, que critérios a curadoria deve considerar, de acordo com o texto 3?

6. Você já tinha pensado que para ser curador de jogos eletrônicos são necessários os requisitos apontados no texto 3?

7. A autora do texto 3 escreve sobre o preconceito de gênero que sofre em sua profissão de curadora de jogos eletrônicos. Você identifica esse preconceito em outras profissões? Se sim, em quais?

4. Resposta pessoal. Leve os estudantes a refletirem sobre quais são os critérios levados em conta para as escolhas dos jogos eletrônicos em seu cotidiano. Eles devem responder se, após ler os três textos, houve alguma mudança na forma como selecionam os jogos em seu cotidiano, no tempo que passam jogando ou mesmo se deixaram de lado algum jogo depois que refletiram melhor sobre ele.

5. Questões estéticas e a temática dos jogos devem estar de acordo com a proposta do evento, além da adequação de funcionamento para um fluxo intenso de visitantes.

6. Resposta pessoal. A curadoria em jogos eletrônicos pode não ser apenas uma tarefa de análise para escolha de um momento de lazer ou prática de atividade física, e não é uma profissão sem exigência de qualificação. O texto 3 apresenta a formação de uma curadora e as tarefas que desempenha nessa função.

7. Resposta pessoal. Os estudantes podem discorrer sobre várias profissões, pois no Brasil há esse preconceito, que impacta não só o reconhecimento como também o salário dos profissionais de acordo com o gênero. No mundo esportivo podemos citar o futebol, que é uma das profissões em que a diferença de salário é grande entre times femininos e masculinos, mesmo que os profissionais tenham o mesmo nível.
Instigue os estudantes a falarem mais a respeito desse assunto dando encaminhamentos para discutirem a importância da igualdade de gênero nos diferentes âmbitos sociais. Reforce que a confiança no trabalho de um profissional deve se pautar em critérios como formação consistente, comprometimento com suas atividades, experiência e outros, nunca em preconceito.

TRABALHO E JUVENTUDES



LOHANNE VILLELA/ACERVO DA FOTÓGRAFA

Anita Cavaleiro. São Paulo (SP), 2018.

A autora do texto 3 é Anita Cavaleiro de Macedo Cabrera, educadora, ilustradora e pesquisadora formada em Artes Visuais pela Universidade Estadual Paulista e mestra em Artes Visuais pela Escola de Comunicações e Artes da Universidade de São Paulo, onde desenvolveu a pesquisa *Sobre jogos e não jogos: um estudo sobre curadoria de jogos digitais experimentais*. Foi curadora do Festival Internacional de Linguagem Eletrônica e trabalha como educadora de Tecnologia e Artes, ministrando cursos e oficinas.

Em seu projeto de vida, você já tinha pensado na profissão de curador de jogos digitais e em seus requisitos?

Caso você tenha interesse por essa profissão e queira se aprofundar sobre o tema, sugerimos que leia o artigo científico mencionado a seguir ou outros trabalhos da autora: "Curadoria em jogo: o papel do curador de jogos digitais", publicado no *DATJounal*, v. 2, n. 1, 2017. É possível encontrá-lo na internet nos arquivos do *DATJournal* fazendo a busca pela data da publicação (2017).

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

BORA PRA QUADRA? Virtual × real

Agora você vai vivenciar um *exergame* e um jogo físico correspondente. De qual você acha que vai gostar mais? Na roda de conversa depois da vivência, você vai contar se sua resposta a essa pergunta se confirmou ou não.

Bora pra quadra? Nesta seção, a proposta é que os estudantes vivenciem jogos eletrônicos em que os movimentos corporais sejam o controle, tal como nos *exergames*, bem como os jogos físicos correspondentes. Propomos a vivência com o jogo de dardos, mas é possível escolher outros. Você pode utilizar os aparelhos e jogos que houver na escola ou pedir aos estudantes que os tragam para a aula, dando-lhes a possibilidade de experimentar e discutir diferentes tipos de jogos. Nessas atividades, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG701 da BNCC.

Jogo de dardos virtual

Depois das reflexões feitas na seção **Leitura**, que tal experimentar um *exergame* com dardos?

Você e os colegas farão uma curadoria a fim de encontrar o melhor jogo eletrônico de dardos, com base nos aspectos que elencaram como positivos em seção anterior. Além desses aspectos, outros podem ser considerados, como: que o jogo tenha regras mais próximas às reais; que favoreça a interação e a movimentação corporal; que seja divertido; e que os motive a jogar de forma real. Lembrem-se de ler resenhas ou avaliações dos usuários para ajudar no processo de escolha.

O jogo de dardos consiste em acertar os dardos nos diferentes setores do tabuleiro, a fim de chegar a zero ponto. A equipe que primeiro conseguir isso vence. Realize o alongamento corporal ministrado pelo professor e lembre-se de que os movimentos durante o jogo não devem ser exagerados ou bruscos, para não haver risco de dores e lesões musculares e articulares.

Em seguida, inicie a prática, conforme as orientações do jogo eletrônico. O sistema mostrará qual equipe começa. Reveze com os integrantes de sua equipe para jogar seguindo as instruções. Experimente e divirta-se!

Jogo de dardos virtual. Utilize um console com um sensor de movimento e um jogo de arremesso de dardos. Para a pesquisa, sugira à turma palavras-chave em inglês relativas ao jogo de dardos, como *darts game* ou *dart-throwing*, para ampliar o número de resultados na busca. Uma estratégia para organizar a turma, caso seja numerosa e não haja espaço suficiente para todos, é levar metade dos estudantes para vivenciarem o jogo em quadra da próxima atividade, com os dardos reais, enquanto os demais participam do jogo eletrônico. Se possível, peça a ajuda de auxiliares da escola para o desenvolvimento das atividades.

Organize os estudantes em quatro equipes. Antes de iniciar, pergunte se algum integrante da equipe já vivenciou o jogo de dardos real, pedindo que fale sobre a experiência e compartilhe dicas e estratégias para conseguir altas pontuações. Organize um alongamento corporal com ênfase nos membros superiores. É importante que você conheça o jogo antes de ministrá-lo, bem como as possibilidades de jogadas e as limitações. Explique os comandos no console e as posições corporais. Nesse momento, não oriente os estudantes quanto às regras do jogo de dardos.

Jogo de dardos real

Agora, você vai participar de um jogo de dardos real, com a mesma equipe do jogo de dardos virtual.

Como jogar

- Ordem de jogo: um jogador de cada equipe deve arremessar o dardo no tabuleiro. Quem acertar mais próximo do centro, sai em primeiro lugar, ficando os outros na sequência.
- Para jogar o dardo, escolha a mão direita ou a esquerda. Coloque a perna do mesmo lado à frente e a outra atrás.
- Não faça movimentos bruscos, apenas flexionar e estender o cotovelo é suficiente para ajustar o arremesso.
- Cada jogador tem direito a três arremessos por rodada. Se o dardo cair do alvo antes de o jogador ir buscá-lo, os pontos não serão validados. Também não se marcam pontos ao acertar a parede ou espetar outro dardo.

Pontuação

- Todos iniciam com 301 pontos, mas (como puderam ver no jogo eletrônico) a lógica é retroativa, ou seja, cada ponto realizado é subtraído do total. Os primeiros que chegarem a zero vencem.
- No tabuleiro os números 1 a 20 são distribuídos de forma não sequencial. A pontuação é contabilizada conforme o lugar em que o dardo acerta (ver imagem a seguir).
- A mosca (centro do tabuleiro) é dividida em duas partes: a interna e a externa. A primeira vale 50 pontos e a segunda, 25.
- O anel exterior vale o dobro e o interior, o triplo.
- O maior número de pontos que um jogador pode fazer, em uma única rodada, é 180, ao acertar os 3 dardos no triplo 20.

Jogo de dardos real. Para esta atividade, são necessários tabuleiros e dardos. Caso não estejam disponíveis na escola, consulte a direção e veja se é possível adquirir esse material para as aulas de Educação Física. Em caso negativo, construa tabuleiros adaptados ou peça aos estudantes que os tragam, se tiverem. Para melhor compreender o jogo de dardos, indicamos o vídeo *Onde vale mais jogar dardos – Como jogar dardos? (Na mosca)*, disponível em plataformas de vídeo.

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

Investigue. Peça aos estudantes que formem grupos de cinco integrantes para pesquisar as modalidades do jogo de dardos e as diferenças entre elas. Como, provavelmente, serão vários grupos, cada um poderá escolher aquela de que mais gostar. A que tiver a maioria da preferência será a variante que eles vão experimentar. Essa pesquisa pode ser realizada na sala de informática, se houver, e, assim, contar com o auxílio do professor responsável por ela.

Investigue

Entre as modalidades do jogo de dardos, as mais utilizadas na disputa de torneios e campeonatos internacionais são as variantes 301 e 501, no formato individual dos jogos, e 701 e 1.001, nas disputas por equipes. Você conhece outras variações dos jogos de dardos? Investigue quais existem e, depois de conhecê-las, que tal jogá-las?

Estratégia: Seja curador: primeiramente, encontre as variações do jogo de dardos; depois, conheça melhor cada uma delas a fim de escolher uma para jogar com os colegas.

- Para chegar exatamente a zero e vencer o jogo, o último dardo precisa atingir o duplo. Se, por exemplo, faltarem 32 pontos para um jogador chegar a zero, ele deve acertar o duplo 16. Caso falhe o duplo e acerte o 16 simples, tem de acertar o duplo 8, e assim por diante.
- Caso pontue mais do que o necessário, os dardos da jogada não são contabilizados e a pontuação volta a ser a mesma da jogada anterior.



PHOTOGRAPHER/SHUTTERSTOCK

Tabuleiro.

Há algumas indicações métricas oficiais para organizar o jogo: o centro do tabuleiro deve ser pendurado a 1,73 metro do chão e ficar bem preso; os jogadores devem se posicionar atrás de uma linha traçada a 2,37 metros de distância do tabuleiro; e, se no arremesso o jogador ultrapassar essa linha, a jogada não será válida. Se o espaço de jogo permitir, utilizem essas medidas.

Biblioteca cultural

O Museu do *Videogame* Itinerante é a maior exposição de *videogames* retrô do Brasil e tem mais de 50 anos de história. Seu criador e curador responsável, Cleidson Lima, é formado em Jornalismo, com especialização em tecnologia. Com experiência de longo tempo, é um curador de referência na área. O museu foi criado em 2011, quando Cleidson decidiu compartilhar sua coleção de *videogames* para que o público os conhecesse e os experimentasse. É o primeiro no gênero no país a ser reconhecido pelo Instituto Brasileiro de Museus.

Roda de conversa

1. Você já conhecia o jogo de dardos?

1. a. Comente com os estudantes que, apesar de ser mais difícil compreender as regras do jogo de dardos sem instrução, é possível entender o jogo eletrônico pelas informações do sistema.
1. b. Comente com os estudantes que o jogo virtual pode melhorar a compreensão e auxiliar na apropriação das regras.

a. Se não conhecia, foi possível entender as regras apenas jogando virtualmente?

b. Se já conhecia, jogar virtualmente melhorou sua compreensão das regras?

2. Qual experiência foi mais interessante: a real ou a virtual? Justifique sua resposta.

3. Houve diferenças nas interações com sua equipe durante o jogo real e o eletrônico? Se sim, aponte-as e descreva-as. Se não, justifique. **3.** Respostas pessoais.

4. Na sua opinião, os jogos eletrônicos poderiam ser mais recorrentes nas aulas de Educação Física? Justifique sua resposta.

5. Com base nos conhecimentos que você adquiriu no decorrer do capítulo, como curador de suas práticas corporais, quais jogos escolheria para praticar voluntariamente com seus colegas de forma voluntária? **4.** Resposta pessoal. Apesar de alguns estudantes apresentarem interesse e considerarem as aulas com os jogos eletrônicos motivadoras, outros podem ficar inibidos durante a atividade, uma vez que todos os olhares estão voltados para eles. Pensar, em conjunto com os estudantes, algumas estratégias para minimizar os efeitos dessa exposição pode ser uma saída. Vale lembrar que estamos indicando, aqui, o uso dos jogos eletrônicos como ferramenta de ensino.

2. Resposta pessoal. Na introdução da seção há um questionamento sobre qual era a opinião dos estudantes antes de experimentarem os jogos. Agora pergunte se a opinião deles mudou e por quê.

5. Com a compreensão das características e a experimentação de jogos reais e virtuais, espera-se que os estudantes repensem suas escolhas e estejam mais conscientes dessas práticas, bem como possam analisar as limitações e as consequências dos exageros no uso dos jogos eletrônicos, como a falta de interação social e o sedentarismo.

Recado final

Vivenciar jogos reais e virtuais pode ser uma experiência muito rica e divertida! Afinal, eles são objetos significativos tanto para a educação quanto para os momentos de lazer. Esperamos que tenha sido proveitoso conhecer as características gerais dos jogos, seus benefícios e os diferentes pontos de vista a seu respeito – em especial no que se refere aos jogos eletrônicos – e vivenciá-los, refletindo sobre a atividade de curadoria de jogos no cotidiano ou como opção profissional em seu projeto de vida.

Com todos esses aprendizados, será mais fácil fazer suas escolhas e aproveitar os jogos com equilíbrio e criticidade. Jogue com moderação e divirta-se!

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

Capítulo 19

VAMOS RECRIAR JOGOS?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

De acordo com a BNCC, no campo das práticas de estudo e pesquisa é indicado, entre outras habilidades, que os estudantes apreciem, analisem e produzam discursos e textos. Neste capítulo, a proposta é que experimentem, analisem, recriem e exponham jogos presentes em seu contexto sociocultural, a fim de ampliar suas reflexões e ações em relação à linguagem corporal. Também refletiremos sobre a valorização das pessoas idosas no que diz respeito a tais práticas e a importância de aprender e compartilhar com elas o brincar e o jogar. No âmbito dessa perspectiva de Educação Física no Ensino Médio da BNCC, neste capítulo serão trabalhados os Temas Transversais Contemporâneos (TCTs) Diversidade Cultural e Valorização do Idoso e as habilidades EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503 e EM13LGG703.



FG TRADE/ISTOCK/GETTY IMAGES

Instrutora ensinando futevôlei em quadra de areia. Brasil, 2023.

ODS 3

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Jogar é uma atividade em que o lúdico é um componente essencial, uma vez que nela estão presentes o prazer, a alegria, a criatividade e a espontaneidade. Por meio dos jogos também podemos nos expressar na combinação de regras, durante a vivência das atividades ou na criação de novas formas de jogar.

À medida que crescemos, podemos perder o contato com os jogos em razão da entrada de outras práticas corporais em nossa vida e de distintas tarefas mais formais, como o estudo e o trabalho. Mas por que não jogar quando temos essa oportunidade? Como aprender a jogar com as gerações anteriores?

Neste capítulo, inicialmente, você vai aprofundar seus conhecimentos conhecendo, reconhecendo e recriando alguns dos jogos presentes na cultura de nosso país. Sendo as brincadeiras igualmente importantes e desenvolvidas em conjunto nas aulas de Educação Física, em um segundo momento, a proposta é que você pense em formas de socializá-las junto com os jogos, principalmente com as pessoas idosas.

As brincadeiras e os jogos são uma das práticas corporais mais utilizadas nas aulas de Educação Física e uma das mais presentes no ambiente escolar em geral (nos intervalos, na entrada e na saída). Consideradas um patrimônio cultural com valor em si mesmo, nas aulas deste componente curricular as brincadeiras e os jogos devem ser conhecidos, reconhecidos, compreendidos e transformados.

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

É lógico!

Classificar é uma habilidade que envolve a identificação de padrões, os quais permitem estabelecer relações de semelhança, por exemplo, entre um jogo e um conjunto de características.

Para enriquecer seu conhecimento sobre a definição de jogo, sugerimos "Jogo, Educação Física e ética", capítulo de **Jogos e ética na perspectiva da educação física escolar**, de Fernanda Moreto Impolcetto (Dissertação de mestrado – Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, Rio Claro, 2005. p. 91-102). O texto está disponível no Repositório Institucional da Unesp clicando-se em "Busca Integrada Cruesp" e digitando-se o nome da dissertação.
Para conhecer mais sobre a categoria dos jogos cooperativos, indicamos **Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como um exercício de convivência**, de Fabio Otuzi Broto (Santos: Projeto Cooperação, 2001).

DIVERSIDADE CULTURAL

O jogo é um conteúdo da cultura corporal, bem como um conceito definido e discutido por diversos estudiosos e pesquisadores, não havendo um parâmetro comum para classificá-lo. Há autores que classificam os jogos apenas em competitivos e não competitivos, por exemplo. Nesta seção, sem a pretensão de criar algo novo nem restringir os jogos a uma única classificação, apresentamos algumas categorias: jogo tradicional, jogo cooperativo, jogo de tabuleiro e jogo tradicional indígena.

Atividade 1 – Jogo tradicional: Taco

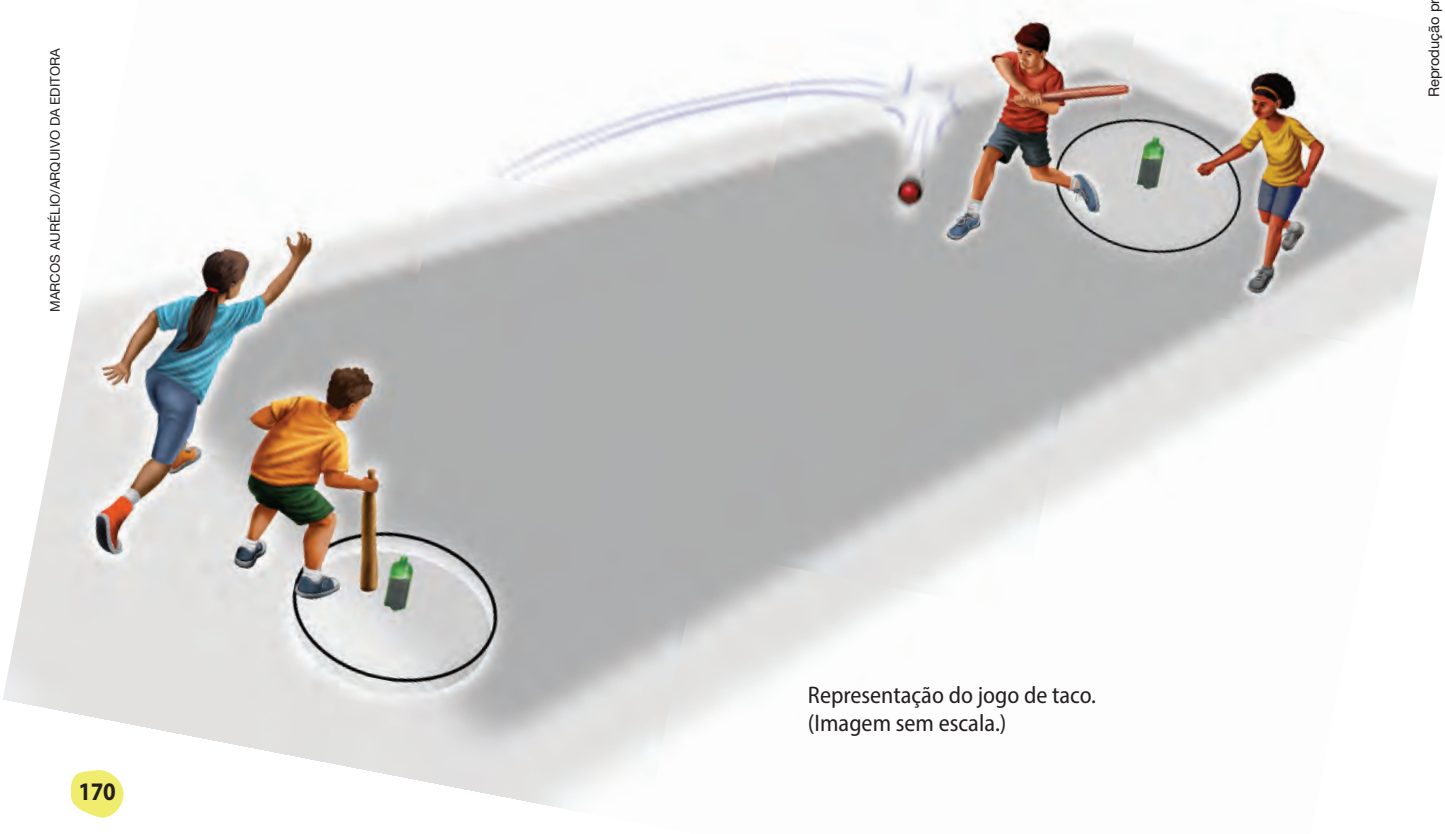
Veja orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Os jogos tradicionais fazem parte da cultura popular, são marcados pela transmissão oral entre gerações e podem ser originários de várias partes do mundo. Em razão dessas características, esses jogos podem sofrer modificações ao longo do tempo, receber nomes diferentes, e algumas de suas regras podem variar de acordo com a região em que são jogados. Exemplos de jogos tradicionais: cabra-cega (cobra-cega, pata-cega, galinha-cega etc.), queimada (baleado, queimado, carimbada etc.), pique-bandeira (rouba-bandeira, bandeirinha estourada, bandeirinha etc.), peteca, dança das cadeiras, amarelinha, cama de gato, entre outros.

Taco ou *bets* (ou ainda bete, *bet*, *bets* lombo, betcha, bolibete, becha, lesca etc.) é um jogo tradicional muito disputado nas ruas e esteve em alta nas décadas de 1970 e 1980. Em razão do crescimento urbano, porém, hoje são poucas as crianças e os adolescentes que conseguem aproveitar a rua para jogá-lo e disseminá-lo.

O material necessário para o jogo consiste em: duas garrafas PET (ou latas/cones), dois tacos (ou cabos de vassoura) e uma bolinha (a mais utilizada é a de tênis).

Para jogar, deve-se desenhar duas bases, a cerca de 10 ou 15 passos de distância uma da outra, e representar cada uma delas com um círculo, deixando a garrafa no meio.



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Representação do jogo de taco.
(Imagem sem escala.)

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

O jogo é disputado por duas duplas. Tirando a sorte (exemplos: par ou ímpar; jô-quem-pô; cara ou coroa; seco ou molhado), deve-se escolher a dupla que vai iniciar com os tacos. Esses participantes serão os rebatedores, no ataque, que deverão se posicionar entre os círculos, com seu corpo na lateral, deixando somente o taco na frente do alvo. A outra dupla, os arremessadores, ficará com a bola na defesa (atrás dos círculos).

Os arremessadores devem tentar derrubar a garrafa arremessando a bola para trocar de lugar com os rebatedores. A dupla do centro, por sua vez, deve proteger as garrafas com os tacos e rebater a bola para longe. Quando isso ocorrer, os rebatedores devem correr um em direção ao outro, cruzar os tacos, trocar de lado e bater os tacos dentro dos círculos, realizando essa troca quantas vezes for possível. Cada cruzamento vale um ponto.

Quando a dupla de defesa recupera a bola, volta ao jogo para derrubar as garrafas antes que os adversários marquem muitos pontos. Se conseguir derrubar a garrafa, a dupla que estava com a bola troca de lugar com a dos tacos, reiniciando o jogo.

Os rebatedores devem ficar sempre com os tacos dentro do círculo, tirando-os apenas para rebater a bola e cruzar. Caso um rebatedor seja flagrado com o pé sobre a linha ou dentro da circunferência, poderá ser "queimado" pelos defensores, ou seja, a dupla perde os tacos.

Regras para a contagem dos pontos

Regra 1	Regra 2	Regra 3	Regra 4
A contagem dos pontos do jogo não zera quando se perde o taco, por isso é importante recuperá-lo o mais rápido possível, pois vence a dupla que fizer 12 pontos primeiro.	Caso, durante o cruzamento, os tacos não se toquem ou não encostem na base oposta no retorno, o ponto não é marcado.	Após uma rebatida (inclusive para trás), a dupla de defesa que conseguir apanhar a bola no ar e gritar "vitória *bets*" ou "vitória" ganha o jogo.	Se o rebatedor encostar a bola no taco e ela for para trás de seu círculo, conta-se "uma para trás". Se isso ocorrer mais duas vezes (ou seja, "três para trás"), a dupla perde os tacos. A contagem zera quando a dupla de ataque for para a defesa.

Vale lembrar que as regras do jogo podem ser outras, de acordo com a tradição de seu contexto sociocultural.

Dica de professor

Para sua segurança e a dos colegas, durante o jogo, segure firme o taco, tomando cuidado para que ele não escape da mão. Quando estiver na defesa, proteja o rosto para que não seja acertado pelo balanço do taco dos rebatedores ou pela bolinha. Se estiver ventando, coloque areia ou água no fundo da garrafa para que não caia, mas cuidado para não a deixar muito pesada, a ponto de não conseguir derrubá-la com a bola.

Atividade 2 – Jogo cooperativo: Ordem no banco

A estrutura dos jogos cooperativos permite que as pessoas joguem com as outras, em vez de contra as outras, pois o outro é sempre visto como um parceiro, e não como adversário. O jogo é realizado com o objetivo de superar desafios, atingir metas e não de derrotar o outro participante.

Existem várias categorias de jogos cooperativos, entre elas as de **resultado coletivo**, em que, apesar de o grupo ser dividido em times, os objetivos, as metas, os desafios e os resultados ainda continuam sendo comuns (exemplos: travessia de rio, bola ao cesto, entre outros), e as **sem perdedores**, em que há um único time, no qual todos jogam pelo prazer, para alcançar objetivos e superar desafios comuns, com resultados compartilhados e competição nula (exemplos: paraquedas, passa-bambolê, dança das cadeiras cooperativa, nó humano, escravos de Jó, entre outros).

É lógico!

A realização dos jogos desta atividade prevê que você siga instruções expressas em algoritmos. O conhecimento desses algoritmos permite não apenas a participação nestas situações pontuais, mas seu deslocamento, com ajustes, para outras situações semelhantes.

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

ANDREJ FILIPOVIC//ISTOCK/GETTY IMAGES

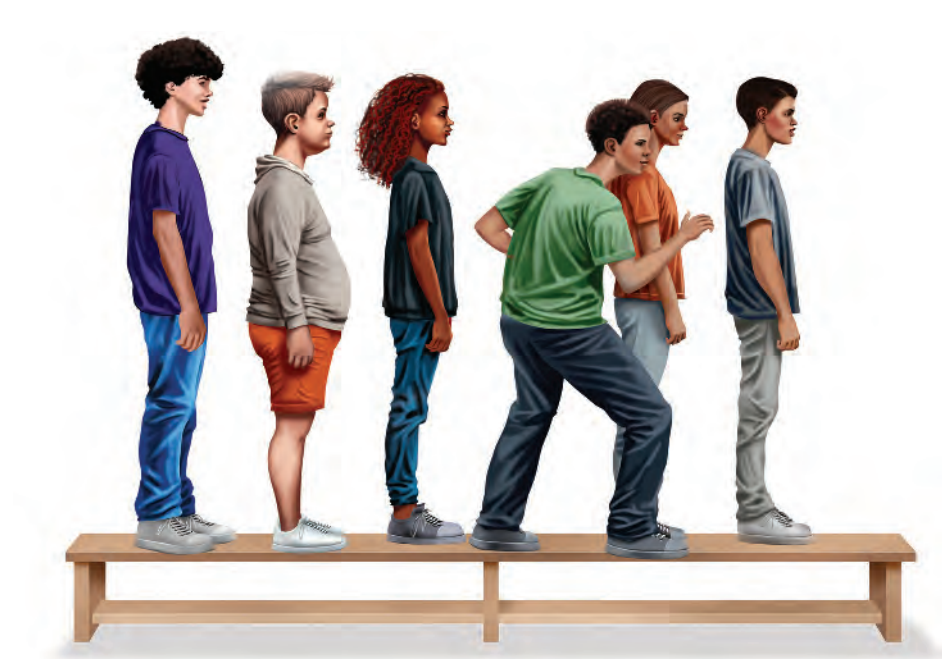


Exemplo de jogo cooperativo: o quebra-cabeça. Iugoslávia, 2023.

Para este jogo, é necessário um banco sueco ou qualquer outra superfície relativamente estreita, como cadeiras enfileiradas, sobre a qual os estudantes consigam se posicionar e realizar as atividades. Sempre pense na segurança dos estudantes. Dependendo do tamanho da turma, organize-os em duas filas. Como tarefas, solicite que se ordenem de forma crescente ou decrescente, considerando diferentes aspectos, como mês de nascimento, primeira letra do último sobrenome, idade, dia do nascimento, número de letras no nome, entre outros.

Agora, você experimentará um jogo sem perdedores. Você e os colegas devem subir em um banco relativamente estreito (ou em cadeiras enfileiradas) e se posicionar em fila, um atrás do outro, conforme indicado na ilustração. Quando todos estiverem em cima, o professor vai ditar algumas formas de vocês se ordenarem no banco (pelo número de chamada, mês de nascimento, número de letras do nome, por exemplo). Para cumprir essas tarefas, ninguém poderá descer do banco. Se algum estudante encostar o pé no chão, deve imediatamente voltar os dois pés no banco e recomeçar exatamente do lugar em que se desequilibrou.

MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA



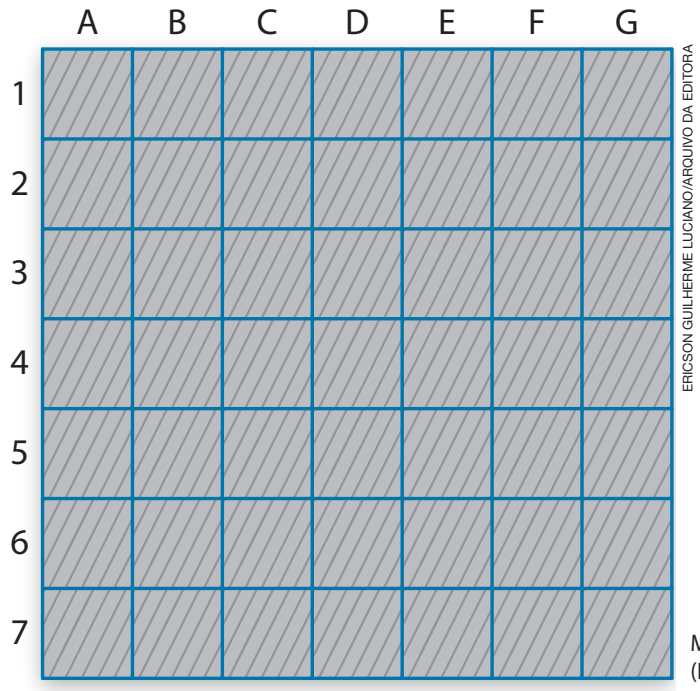
Representação do jogo cooperativo "ordem no banco".

Fiquem atentos, pois a cada tarefa cumprida o professor ditará uma nova ordem para seguirem!

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

Atividade 3 – Jogo de tabuleiro: Batalha-naval gigante

Os jogos de tabuleiro consistem na movimentação das peças sobre uma superfície plana. O tabuleiro pode ser de diferentes materiais, como madeira, tecido, papel, papelão, pedra, plástico, entre outros. Esses jogos têm diferentes objetivos e, por serem envolventes, favorecem o desenvolvimento da estratégia e do raciocínio lógico, bem como o planejamento de ações. Exemplos: jogo de damas, xadrez, *stop*, futebol de botão, batalha-naval, jogo da velha, entre outros.



ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Modelo de tabuleiro gigante. (Imagem sem escala.)

Para dar mais dinamismo aos jogos de tabuleiro e ampliar suas possibilidades corporais, os estudantes se movimentarão como peças do jogo.

Nesta atividade, o objetivo é realizar um jogo de tabuleiro bastante conhecido: batalha-naval. A diferença é que você movimentará seu corpo como se fosse uma peça do jogo.

Para isso, organizem-se com a ajuda do professor, em quatro equipes de no mínimo sete estudantes.

Com sua equipe, desenhe no chão, com giz, um tabuleiro de batalha-naval com sete linhas (numeradas de 1 a 7) e sete colunas (assinaladas com letras de A a G).

Os campos podem ser desenhados com giz ou delimitados com cordas ou bambolês. Vocês também utilizarão papel e caneta nesse jogo.

Em uma folha avulsa, repliquem duas vezes esse tabuleiro. No primeiro tabuleiro, indiquem quatro embarcações (porta-aviões, submarino, cruzador, barco, entre outras), que ocupem de um a três quadrados. Nesse tabuleiro, vocês anotarão os ataques recebidos dos adversários. O segundo tabuleiro será utilizado para registrar os ataques feitos contra a equipe adversária. Apenas um estudante por equipe deve fazer esse controle.

Cada equipe pode atacar duas vezes por rodada. Quando a equipe adversária acertar uma embarcação, você ou um colega de equipe deve entrar no quadrado correspondente do tabuleiro gigante e ficar de pé. Quando a embarcação inteira for atingida, deve sair do tabuleiro.

As regras são as mesmas do jogo de tabuleiro convencional: as embarcações não podem se tocar e a equipe adversária não pode saber onde elas estão. O jogo termina quando uma equipe acerta todas as embarcações da adversária.

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

Atividade 4. Nesta atividade os estudantes vão experimentar o jogo cabo de guerra, tradicional da cultura indígena. Ele está presente no cotidiano das crianças indígenas e também é realizado em competições para medir força entre grupos e entre aldeias. Os materiais necessários para a atividade são: giz ou fita-crepe para demarcar o chão; corda ou outro material resistente que não arrebente ao ser puxado uma ou várias vezes; pedaço de pano ou lenço para definir o meio da corda. Você pode usar um apito para marcar o início das disputas de modo que todos comecem a puxar ao mesmo tempo.

Você e sua turma podem reiniciar o jogo, trocando os adversários. Divirtam-se!



DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Estudantes jogando batalha-naval gigante em escola. São Paulo (SP), 2024.

Atividade 4 – Jogo tradicional indígena: Cabo de guerra

Você sabia que o cabo de guerra é muito comum nas aldeias indígenas e que existem campeonatos desse jogo?

Provavelmente, você já o conhece.

Com os colegas, faça no chão uma linha reta e marque o meio da corda amarrando nela um pedaço de pano ou um lenço.

A disputa pode ser iniciada em dupla. Escolha alguém que tenha características físicas parecidas com as suas (tamanho e peso, por exemplo).

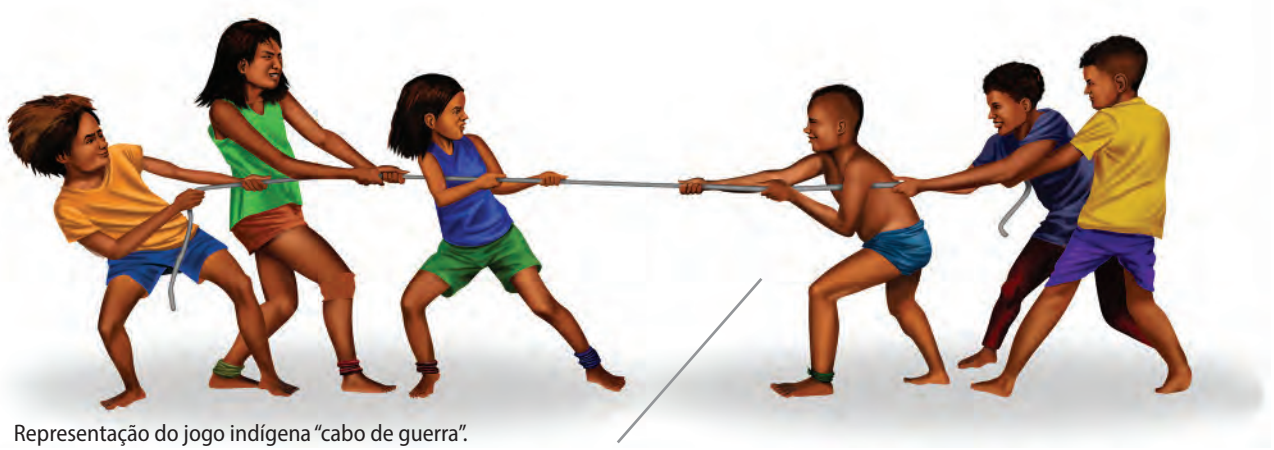
Cada integrante da dupla segura em uma extremidade da corda, posicionando o pedaço de pano em cima da linha traçada. Ao sinal do professor, iniciam a disputa, cada um puxando a corda para seu lado. Vence quem conseguir que o oponente ultrapasse a linha demarcada ou consiga puxar toda a corda tocando no pedaço de pano.

É bom sempre cuidar da segurança um do outro durante a disputa. Se o colega cair, em vez de arrastá-lo você pode ajudá-lo a se levantar, perguntar se está bem e avaliar se ele tem condições de reiniciar a disputa ou se é preciso aguardar um tempo.

Na sequência da dupla, a disputa pode ser feita em grupos mistos de quatro integrantes ou mais e, por fim, a turma pode ser dividida em dois grupos grandes com a mesma quantidade de integrantes cada um. Atentem que, para isso, a corda deve ser maior.

Grande parte de nossa cultura é formada pela contribuição das culturas indígenas, africanas, portuguesa e de diferentes povos imigrantes. O acervo de jogos e brincadeiras da cultura popular brasileira é oriundo dessa miscigenação.

Os povos indígenas, particularmente, têm práticas corporais próprias, que podem variar de acordo com as tradições de cada um. Mas também incorporam tecnologias e adotam práticas corporais originárias de outras culturas, como o futebol.



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Representação do jogo indígena "cabo de guerra".

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

Roda de conversa

Em duplas, conversem sobre as questões a seguir e, depois, socializem a resposta com a turma toda.

1. Após vivenciarem as quatro atividades, avaliem os aspectos de cada uma delas propostos a seguir.
   a. Quais são as habilidades necessárias para o desenvolvimento das atividades propostas?
   b. De quais atividades vocês mais gostaram e por quê?
   c. Vocês modificariam as regras de algumas delas?
   d. Qual atividade sentiram mais dificuldade para realizar?
   e. Como foi a interação com seus colegas?
2. Que outros tipos de jogos vocês conhecem e gostariam de jogar com os colegas?

1. a. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes relacionem habilidades como velocidade, equilíbrio, pensamento estratégico, força etc.
1. b. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes justifiquem suas escolhas, elaborando argumentos relacionados ao tipo de habilidade necessária ao jogo.
1. c. Resposta pessoal. Incentive os estudantes a compartilharem o que modificariam e, se for possível, proponha novas rodadas de acordo com as sugestões apresentadas.
1. d. Resposta pessoal. Converse com os estudantes para avaliar se as dificuldades estão relacionadas às habilidades exigidas em cada uma e, se achar pertinente, proponha novas atividades para que possam desenvolvê-las.
1. e. Resposta pessoal. Reforce a importância do respeito entre os colegas durante as atividades e ao falar sobre eles. Uma interação problemática pode surgir de algum tipo de dificuldade, ou desconforto, que pode ser trabalhada em sala de aula.
2. Instigue os estudantes a elencarem jogos que não sejam eletrônicos. Esse levantamento será importante para a atividade da seção **E se a gente... recriasse um jogo?**.

Leitura

Por meio da leitura, os estudantes serão convidados a refletir sobre a interação entre gerações em uma atividade envolvendo jogos e brincadeiras.

RESPEITO E VALORIZAÇÃO DO IDOSO

Este texto apresenta o relato de uma troca de experiências sobre jogos e brincadeiras tradicionais entre gerações em uma atividade criada para esse fim.

Brincadeiras criam conexões entre crianças, adolescentes e pessoas idosas

O conhecido refrão "Brincadeira de criança, como é bom, como é bom", da música cantada pelo grupo Molejo, traduz o sentimento e as expressões faciais de idosos, crianças e adolescentes que participaram, na manhã da terça-feira (9), das atividades integradas do Centro de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para pessoa idosa, de São Pedro, e para crianças e adolescentes de Nova Palestina. Uma demonstração de que brincar é importante e prazeroso tanto para crianças quanto para aqueles que já passaram dos 60 anos de idade.

"Quem não gosta? Quem não gosta é um chato", afirmou dona Hilda G., de 84 anos, moradora de São Pedro. Dona Hilda disse que brincar junto com crianças e adolescentes é ainda mais divertido: "Eles me fazem rir. Ah, estar no meio deles me faz lembrar dos meus netos e bisnetos", falou emocionada, abraçada ao menino Guilherme P. V., de 10 anos.

Dona Hilda contou que estava encantada com a inteligência do menino. E Guilherme fez questão de mostrar suas habilidades: "Eu gosto muito de matemática. Quero ser professor. Quero fazer inglês também e viajar o mundo". Ao falar dos sonhos, ele foi perguntado em quem se inspirava e Guilherme não demorou a responder: "Eu sou meu próprio exemplo", disse ele.

Para Marcus V. de S., de 7 anos, vivenciar aquele momento do encontro intergeracional foi muito legal. "Toda criança precisa brincar e, acho que isso deve ser bom para eles (idosos) também. Eu sinto muita falta disso em casa", comentou ele.

O menino revelou que, como mora no segundo andar alugado de um sobrado, não é permitido brincar dentro de casa. "Nenhuma brincadeira. Não pode nada que faça qualquer barulho ou conversas muito altas, nem risadas para não incomodar a moradora da parte debaixo do imóvel. Por isso, estou achando muito legal", afirmou ele.

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

E se você acha que o desafio foi encontrar uma brincadeira que agradasse às crianças e, também, às pessoas idosas, a resposta veio dos dois grupos. "A integração entre eles foi tanta que eles mesmos sugeriram as brincadeiras e as adaptações. Uma delas foi a "Adedonha", sendo realizada com todos sentados, com uma bola e uma música. A cada interrupção do som, quem estava segurando a bola tinha que falar o nome de um país, cidade ou estado", comentou a facilitadora de oficinas Lucineia G.

Se deu certo, a resposta vem do aposentado Gilson N., de 65 anos. "Muito bom. Inclusive, essa garotada é muito incentivadora. Saio daqui mais feliz. É uma grande satisfação. A gente aprende com eles. Essa convivência permite mudar a ideia deles em relação à gente, pessoas mais velhas, e de nós em relação a eles. Saio mais leve, com a cabeça folgada e com essa energia contagiante deles", afirmou Gilson.

VERIN MAKCHAROEN/ISTOCK/GETTY IMAGES



Avô e neta realizando atividade de pintura. Tailândia, 2023.

Ana Clara P., de 10 anos, e dona Cecília R. C., de 65 anos, formaram uma dupla quase que inseparável na oficina de artes. Emocionada com o carinho entre as duas, Ana Clara disse que "foi bem legal e apropriado brincar com os idosos. É uma experiência nova para elas". E dona Cecília respondeu que sim.

"Não tinha isso quando criança. Na minha época, criança não se misturava com adultos. Mas é muito bom a gente passar nossas experiências para elas. A gente entra no mundo deles, porque quando se vira adulto não volta mais", falou Cecília em tom de nostalgia.

A gerente de Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, Cristina S., destaca como ponto alto dessa atividade as potentes trocas de conhecimento passadas de forma leve e descontraída. O que, para a secretária de Assistência Social, Cintya S., representa o cumprimento do papel da Assistência Social na garantia de direitos. "O ato de brincar é um direito para as crianças. Essas atividades conjuntas de crianças, adolescentes e idosos, com certeza, estão contribuindo para reduzir o sentimento de solidão dos idosos e para a formação cidadã das crianças e adolescentes. É um encontro em que todos saem ganhando e fortalecidos, pois há a construção de respeito com a diversidade desse grupo que se forma por esta oficina de convivência", disse a secretária.

BLACKMAN, Rosa. Brincadeiras criam conexões entre crianças, adolescentes e pessoas idosas. **Prefeitura Municipal de Vitória.** Notícias, maio 2023. [Abreviamos os nomes das pessoas citadas para preservar suas identidades.]

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

Papo aberto sobre o texto

1. O texto utiliza muito o termo *brincadeiras*. Você sabe qual é a diferença entre jogos e brincadeiras? Caso não saiba, pesquise para responder.

2. De acordo com o texto, qual é a importância de resgatar as brincadeiras tradicionais tanto para crianças quanto para pessoas idosas?

3. Na sua opinião, por que o evento apresentado no texto deu certo?

4. Em qual espaço você mais jogou e brincou em sua vida: na rua, em casa, no condomínio, na escola, em clubes, em parques, em áreas de lazer, em colônias de férias, em acampamentos, ou em outros locais? **4.** Resposta pessoal.

5. Você acha importante que haja espaços públicos para a prática de brincadeiras e jogos? Justifique sua opinião. **5.** Resposta pessoal. É importante que os estudantes reflitam sobre as políticas públicas que existem ou devem ser criadas para que haja espaços para a prática de jogos e brincadeiras.

6. Você teria interesse em organizar com os colegas uma vivência intergeracional de jogos e brincadeiras em sua comunidade (na rua, na escola, em área de lazer ou em outro espaço)? Por quê?

Investigue. Defina uma data para que os estudantes tragam essa pesquisa para a aula. Caso haja estudantes que não tenham mais os avós, peça que entrevistem algum parente ou amigo da família idoso que represente essa figura familiar. No dia combinado, organize o compartilhamento de fotos e vídeos para que todos tenham acesso a esse material.

Investigue

Você sabe quais jogos e brincadeiras as pessoas idosas com quem você convive realizavam na infância? Pesquise entrevistando-as e, se possível, peça que os ensinem a você e joguem ou brinquem juntos. Se possível, tire uma foto ou grave um vídeo para registrar esse momento e compartilhe com os colegas durante a aula, contando como foi vivenciar essa experiência intergeracional.

Estratégia: Escute atentamente o entrevistado e escolha um jogo ou uma brincadeira que seja possível de realizarem juntos. Para desfrutar desse momento, você pode chamar alguém para filmá-lo ou fotografá-lo.

1. Resposta pessoal. Muitas vezes, os conceitos de jogos e de brincadeiras são confundidos e até mesmo entendidos como a mesma coisa. Alguns falam brincadeira quando se referem a um jogo e vice-versa. Porém, eles têm suas particularidades. As brincadeiras são atividades espontâneas e voluntárias, sem regras fixas. Os participantes buscam prazer e diversão com essa atividade, que é mais lúdica. Não há necessariamente um vencedor; elas simplesmente acontecem e seguem se desenvolvendo enquanto há alguém motivado e interessado. O pular corda, por exemplo, é considerado uma brincadeira, por ter essas características. O jogo, mesmo sendo lúdico, voluntário e com os participantes buscando prazer e diversão, exige regras e tem um fim predeterminado, como atingir uma pontuação específica ou uma meta estabelecida.

2. Sugestão: É importante resgatar essas brincadeiras, pois fazem parte da cultura popular. Ao brincar, estamos cultivando as tradições familiares, regionais e nacionais, que são transmitidas de geração em geração. Independentemente da idade dos participantes, a brincadeira promove prazer e alegria, proximidade e troca de experiências e de conhecimentos entre as gerações, além de favorecer o respeito com a diversidade de idade e ampliar o convívio social das pessoas idosas.

3. Resposta pessoal. Converse com os estudantes a respeito do fato de as brincadeiras propostas no evento terem atraído públicos de diferentes idades, principalmente aqueles que as conheceram na infância e sentem saudade de revivê-las, além de terem proporcionado uma convivência prazerosa entre gerações fora do contexto familiar.

6. Resposta pessoal. Em muitos lugares, no passado, as brincadeiras e os jogos eram praticados na rua, em festas, com irmãos, parentes e amigos; atualmente há quem não possa nem brincar em casa, como o caso relatado no texto. Além disso, em razão do aumento da violência urbana e de uma vida mais agitada, o jogar na rua, em muitos casos, foi substituído pela televisão e pelos entretenimentos digitais, o que enfraquece a transmissão desse conhecimento entre as gerações, de forma que permanece apenas na memória dos adultos e das pessoas idosas. No contexto das aulas de Educação Física, a organização da vivência intergeracional poderia envolver toda a comunidade escolar, incluindo gestores e equipe técnica, para o resgate de jogos e brincadeiras.

E SE A GENTE... RECRIASSE UM JOGO?

Você viveu ou reviveu jogos de diferentes classificações. Talvez já conhecesse alguns deles, mas com outras regras.

Agora a proposta é que, com base nesses modelos, você recrie jogos, escolhendo entre os que viu neste capítulo ou outros de que se lembre e de que goste.

Os estudantes serão convidados a recriar jogos. Seguindo as instruções, ajude-os no cumprimento de cada fase, inclusive durante a organização da apresentação, que poderá ser feita de uma ou das duas formas indicadas. Nesta atividade serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG301, EM13LGG501 e EM13LGG703 da BNCC.

Momento de planejar

Para esta atividade, a turma deve se organizar em grupos de cinco integrantes. Sigam os passos indicados.

1. Relembrem os jogos aprendidos e suas classificações (tradicional, cooperativo, de tabuleiro e tradicional indígena). Considerem também jogos que não realizaram em aula, presentes em seu contexto sociocultural e que vivenciaram na pesquisa; neste caso, não se esqueçam de classificá-los conforme a categorização apresentada neste capítulo. Após debaterem sobre as possibilidades de jogos, escolham apenas um para recriar.

2. Caso optem por recriar um jogo eletrônico, pensem em estratégias para simulá-lo na quadra, promovendo a atividade corporal.

Momento de planejar. Incentive os estudantes a praticar a técnica tempestade de ideias ou *brainstorming*, para que visualizem diferentes opções e possibilidades. A partir da palavra *jogo*, peça que escrevam no papel os diferentes jogos que lhes vêm à mente, realizados nas aulas de Educação Física ou não. Essa técnica favorece a liberdade dos estudantes na exposição de suas ideias, além de explorar a criatividade e promover debates acerca de cada um dos apontamentos. Ressalte que não há respostas certas ou erradas, pois o objetivo da técnica é exercitar a memória e a capacidade de organizar os pensamentos.

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

Vocês podem utilizar vários materiais para criar os movimentos, até mesmo um tabuleiro gigante.

3. Caso os materiais de que precisem não estejam disponíveis na escola, priorizem a escolha dos que forem mais fáceis de obter.
4. Considerem o grau de dificuldade do jogo para sua faixa etária. Um jogo muito fácil ou muito difícil não motivará os praticantes.
5. Verifiquem os riscos e os procedimentos de segurança necessários para que a atividade seja bem aproveitada pelos colegas, evitando acidentes.

Momento de elaborar

Agora é hora de fazer uma ficha para o registro do jogo recriado pelo grupo, conforme o modelo apresentado a seguir.

Para facilitar a compreensão das regras (campo **Ações e regras**), vocês devem criar uma ilustração explicativa, fotografar as ações e legendá-las ou elaborar um infográfico.

Não se esqueçam de que a prática deve ser criativa e instigante!

Momento de elaborar. Para ajudar os estudantes a compreender a estrutura da ficha, você pode dividi-los em cinco grupos e pedir que tentem relacionar cada um dos itens da ficha às atividades trabalhadas anteriormente neste capítulo. Como os materiais, o número de jogadores e as ações e regras podem ter sido modificados considerando o contexto da sala de aula, incentive-os a argumentar sobre as respostas que indicarem.

Pode ser que, após recriar o jogo, os estudantes não consigam enquadrá-lo em uma categoria específica; neste caso, preste auxílio.

Considere a possibilidade de não enquadrar o jogo em nenhuma categoria anterior ou de enquadrá-lo em mais de uma, já que os estudantes podem recriar os jogos de diversos modos.

Nome e categoria do jogo recriado:

MODELO

Descrição do nome do jogo e da categoria à qual pertencia antes de ser recriado.

Nome e categoria iniciais:

Os estudantes devem indicar materiais a que tenham fácil acesso para a realização do jogo.

Número de jogadores:

Os estudantes devem avaliar se o número de jogadores é suficiente para a realização da prática.

Materiais:

Apresentação do objetivo do jogo.

Objetivo:

Descrição de como se realiza o jogo e de suas regras.

Ações e regras:

Observações:

Registro de outros itens pertinentes à proposta. Neste campo, os estudantes podem indicar as ações de segurança necessárias.

Modelo de ficha de registro.

Tá ligado!

Para o registro das regras do jogo, lembre-se de que textos instrucionais geralmente empregam verbos no imperativo ou infinitivo, estudados em Língua Portuguesa.

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

Momento de jogar, avaliar e refazer

Apresentem oralmente o jogo recriado à turma, mostrando os recursos visuais que elaboraram para explicar as regras. Depois, é só reunir os colegas e colocá-lo em prática.

Ao final de cada vivência, em roda de conversa, analisem com a turma todos os itens descritos na ficha do jogo, verificando se foi possível cumprir o objetivo, se as regras foram claras, se houve acidentes, se o número de jogadores e os materiais foram adequados e, principalmente, se houve envolvimento e diversão entre os participantes.

Nesse momento, a proposta é que você e seu grupo recebam críticas e sugestões dos colegas para melhorar seu jogo. Com outras pessoas jogando, vocês conseguirão perceber e analisar o que pode ser ajustado.

Anotem tudo o que for apontado durante a roda de conversa. Depois, analisem juntos as críticas e sugestões recebidas e, se for o caso, reelaborem o jogo, acertando itens necessários e melhorando a prática.

Momento de jogar, avaliar e refazer. Organize as apresentações dos jogos desta etapa, que podem levar mais de uma aula. Durante as avaliações, apresente dicas que possam melhorar os jogos recriados e faça a mediação das críticas e sugestões dos estudantes, para que não inferiorizem a criação dos colegas.

Momento de apresentar

Agora é hora de você e seu grupo apresentarem para a turma a versão final do jogo. Joguem-no novamente em quadra e ajustem todos os detalhes necessários.

Selecione um dos jogos recriados pela turma para participar de um festival intergeracional. Façam uma votação e, caso achem viável, elejam mais de um jogo e incluam algumas brincadeiras – podem ser as citadas na pesquisa que fizeram ou outras presentes no cotidiano da turma. Por ser um evento intergeracional, vocês devem convidar pais, avós ou até mesmos outros parentes para jogar com vocês. Também podem ser convidados os funcionários e os professores da escola para formar as equipes de jogadores.

Escolham um nome para o evento e definam os integrantes de cada equipe de trabalho necessária para sua realização: secretaria, apoio, arbitragem e jornalismo. O professor explicará a função de cada uma delas.

No dia do evento, as equipes devem realizar o que foi combinado para que tudo ocorra da melhor forma possível. Após o evento, encontrem-se novamente para analisar tudo o que ocorreu durante o processo.

Uma opção para a apresentação é, com a ajuda do professor, montar um portfólio com vídeos dos jogos que recriaram. Para isso, vocês devem se organizar para filmar e editar os jogos, replicando todos os itens da ficha que preencheram. O portfólio poderá ser disponibilizado no *blog* da turma ou da escola, com a devida autorização.

Sejam criativos para apresentar e socializar os jogos recriados!

Momento de apresentar. Organize a apresentação dos grupos nesta etapa. Se for realizado o festival, sugerimos que essa experiência ocorra, se possível, em um espaço da comunidade, para que os estudantes exerçam a cidadania e o protagonismo comunitário. Mais instruções de como organizar o evento estão nas orientações específicas do **Suplemento para o professor.** Caso escolham o portfólio, disponibilize ferramentas para os estudantes filmarem os jogos. Ao final, monte com eles o portfólio de vídeos com os jogos recriados. Peça auxílio do professor de Informática (se houver na escola), caso os estudantes precisem editar os vídeos. Com a autorização dos familiares e responsáveis, bem como da direção da escola, também pode ser criado um canal *online* para armazená-los.

Fala aí! Organize os estudantes em roda e deixe que se expressem livremente sobre as experiências relacionadas à última seção do capítulo. Cada equipe poderá falar da sua experiência de modo particular. Caso opte por fazer o portfólio, os estudantes não precisarão responder a segunda questão.

Fala aí!

O que você achou da experiência de recriar um jogo e jogar outros recriados pelos colegas? Como foi compartilhar esse momento com familiares e pessoas de outras gerações?

Estratégia: Cada colega terá uma percepção sobre a vivência, então, escute e respeite as diferentes opiniões.

Recado final

Neste capítulo, você conheceu uma possível classificação para os jogos e experimentou alguns deles, inclusive um jogo indígena. Por meio dessa prática corporal, você pôde se expor e expressar sua criatividade ao recriar jogos e ao organizar um festival intergeracional para a comunidade em que está inserido ou um portfólio de vídeos, conforme tenha sido a opção da turma. Esperamos que durante esse processo você tenha apreciado e reconhecido a importância dos jogos e das brincadeiras nas atividades escolares e comunitárias, valorizando o conhecimento de pessoas idosas e vivenciando uma forma de mobilizar o meio social em que vive com atenção especial a elas. Que tal convidar seus familiares e amigos para jogar e brincar com mais frequência?

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

Capítulo 20

ESPORTE E DIVERSIDADE: JOGANDO COM AS DIFERENÇAS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS



CTK/ALAMY/FOTOARENA

Walking footbal: o futebol adaptado para pessoas idosas. República Tcheca, 2024.

Neste capítulo, será problematizada a condição hegemônica dos ditos "corpos esportivos", buscando reivindicar o direito ao esporte dos corpos diversos, sejam eles corpos de pessoas gordas, com deficiência, trans, homossexuais, dentre tantos outros. A proposta tem por objetivo instigar os estudantes a se questionarem sobre os motivos que levam algumas pessoas a terem a experiência esportiva como direito, enquanto para outras essa experiência representa uma conquista, bem como, a partir desse processo de conscientização, levá-los a se posicionarem contra atitudes opressivas, com acolhimento à diversidade no esporte. Além da leitura e da discussão de textos que tensionam a hegemonia cis-heteronormativa no campo esportivo, os estudantes terão a oportunidade de debater o tema em um júri simulado e de organizar e vivenciar uma experiência esportiva que seja orientada pela diversidade e a inclusão. Tal proposta promove o desenvolvimento das seguintes habilidades: EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502.

Disruptiva: que provoca a ruptura de um padrão.

Trans: forma reduzida de *transgênero* e *transexual*, termos usados para designar pessoas que não se identificam com os papéis sociais atribuídos a seu gênero de nascimento. Inversamente, a palavra *cis* é uma redução de *cisgênero*, termo que designa aqueles que se identificam com todos os aspectos de seu gênero de nascimento.

Quando se pensa em esporte, é quase inevitável relacioná-lo com estereótipos que remetem à normatização de uma concepção de corpos atléticos como aqueles que obedecem a alguns padrões. Neste capítulo, pretendemos ampliar a discussão sobre essa concepção de supostos "corpos esportivos", iniciada no **Capítulo 8** (*Identidades plurais no esporte*). Retomamos uma passagem do texto da **Leitura 1** daquele capítulo, em que Wagner Xavier de Camargo afirma que "O modelo hegemônico instituído e que informa o senso comum acerca de um 'padrão' legítimo de comparação com o 'resto' é baseado no homem branco, magro e musculoso, belo, heterossexual e cristão. Qualquer dissidência relativa a estas características é colocada no caldeirão das exceções, das 'anormalidades'; em uma palavra, as 'minorias'".

Olhando a imagem de abertura deste capítulo, temos uma representação **disruptiva** em relação a esse modelo hegemônico de "corpos esportivos" em pelo menos dois marcadores: idade e biotipo corporal. Mas quem determina que o esporte não poderia ser representado por mulheres, por pessoas idosas, por pessoas gordas, por pessoas com deficiência, por pessoas **trans** ou LGBT em geral, enfim, por quaisquer pessoas?

O título deste capítulo é uma provocação para repensarmos o universo esportivo a partir da chave da diversidade. Assim, você conhecerá algumas pessoas que representam essa diversidade e experimentará praticar esporte com respeito à diversidade em seu contexto escolar. Vamos juntos nessa jornada?

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

Bate-papo de respeito

Leia o fragmento de notícia a seguir.

Passar por um processo de transição de gênero não é simples. Luca Kumahara, primeiro atleta transgênero da história do tênis de mesa, é um exemplo disso. Ele iniciou o tratamento hormonal no ano passado e, desde então, precisou lidar com muitas dificuldades em decorrência das mudanças fisiológicas sofridas por seu corpo.

[...]

Desde quando revelou seu processo de transição, em setembro de 2022, Luca foi bem recebido pelas pessoas ao seu redor: sejam familiares, amigos ou companheiros de equipe. A Confederação Brasileira de Tênis de Mesa e a Federação Internacional de Tênis de Mesa também o acolheram, em uma situação inédita na modalidade.

LUCA Kumahara fala sobre os desafios no processo de transição. **Uol**, [*S. l.*], 21 maio 2024. Disponível em: https://www.uol.com.br/esporte/ultimas-noticias/otd/2024/05/21/luca-kumahara-fala-sobre-os-desafios-no-processo-de-transicao.htm?cmpid=copiaecola. Acesso em: 30 jul. 2024.

LUISA GONZALEZ/REUTERS/FOTOARENA



Luca Kumahara em partida da Olimpíada de Tóquio 2020.

LUCA Kumahara fala sobre os desafios no processo de transição. **Uol,** [*S. l.*], 21 maio 2024. Disponível em: https://www.uol.com.br/esporte/ultimas-noticias/otd/2024/05/21/luca-kumahara-fala-sobre-os-desafios-no-processo-de-transicao.htm?cmpid=copiaecola. Acesso em: 30 jul. 2024.

Pesquise informações complementares e atualizadas sobre o atleta Luca Kumahara e converse com os colegas, procurando compreender melhor os motivos pelos quais ele considera desafiador o processo de adaptação no que diz respeito a entender como jogar.

Leitura

Entre os grupos marginalizados, discriminados e excluídos na esfera das práticas esportivas, as pessoas gordas, as pessoas com deficiência e as pessoas trans (e dissidentes dos padrões cis-heteronormativos de modo geral) são algumas daquelas vitimizadas sistematicamente em diferentes dimensões dessas práticas, que vão do esporte de alto rendimento, passando pelas práticas esportivas de lazer e alcançando o esporte educacional, inclusive nas aulas de Educação Física das escolas. Visibilizar pessoas gordas, com deficiência e/ou trans que desafiam esses processos de estigmatização enfrentando essa violência é uma ferramenta potente para nos aliarmos à luta pela democratização e pela humanização do esporte.

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

É preciso tratar de temas como esses com responsabilidade e respeito. Também é necessário evitar o discurso de que, quando fazemos piada com esses temas, estamos apenas brincando, pois brincadeira de verdade só existe quando todas as partes estão se divertindo; caso contrário, isso se chama *bullying* e, nesses casos específicos, gordofobia, capacitismo e transfobia, que devem ser denunciados e combatidos com rigor.

Vamos conhecer algumas histórias inspiradoras e nos aliarmos a essa luta contra a discriminação no esporte.

Texto 1

ODS 5

Esta proposta estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Gordofobia: conheça mulheres do esporte que combatem o preconceito

Neste 10 de setembro, dia de combate à gordofobia, apresentamos Ellen, Suelen e Tuany, que vivem na pele a luta contra a discriminação

Dez de setembro é o dia do Combate à Gordofobia, mas qual o significado desse termo? "Gordofobia é um neologismo para o comportamento de pessoas que julgam alguém inferior, desprezível ou repugnante por ser gordo. Funciona como qualquer outro preconceito baseado numa característica única", explica o psiquiatra Adriano Segal. A discriminação contra pessoas gordas ainda não é punida pela legislação brasileira, mas pode ser enquadrada [como] injúria e danos morais e a pessoa pode ser processada nas esferas criminal e cível.

Quem nunca se magoou com comentários gordofóbicos, feitos contra você ou contra outra pessoa? Se a gordofobia afeta toda a nossa sociedade, como deve ser viver esse preconceito dentro do esporte? Existe espaço para corpos não magros em práticas atreladas à saúde?

A meia-maratonista Ellen Valias é símbolo da luta contra a gordofobia no esporte. Ellen tem 41 anos e também é fundadora do Rachadão Basquete Feminino.

[...]

J. R. Duran: fotógrafo com trabalho publicado em revistas do Brasil e do exterior, é conhecido por fotografar celebridades.



MATT ROBERTS/GETTY IMAGES

A judoca Maria Suelen Altherman. Tóquio, 2017.

"Ser gordo é lutar para existir em lugares [em] que não querem que você esteja."

Ellen está terminando a faculdade de Educação Física e diz que um dos motivos que a fez procurar o curso foi que a maioria dos profissionais da área não sabe acolher pessoas gordas. Quem vai querer praticar um esporte se sentindo julgado pelo corpo o tempo todo? Precisamos que todos os tipos de corpos ocupem seus espaços porque se ver representado é um incentivo à prática.

Maria Suelen Altherman é uma judoca brasileira de 34 anos, que se aposentou recentemente. Suelen competia na categoria acima de 78 quilos e posou para **J. R. Duran** em 2021 declarando: "Adoro mostrar meu corpo, tenho orgulho dele. Ele me fez ganhar medalhas, tem corpo melhor que esse?". [...]

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

E como para ser atleta você precisa de determinação, e não de magreza, Tuany Barbosa é atleta paralímpica de arremesso de peso e vai participar do Pan-Americano de 2023. Tuany começou a carreira no judô (categoria acima de 78 quilos), mas sofreu um acidente durante uma competição em 2014 aos 21 anos. "(Depois disso) Eu comecei a prestar um pouco mais de atenção no arremesso de peso [...]. No judô, eu usava bastante a perna. Agora mudei para a cadeira e passei a usar mais o tronco. É o contrário do judô, tenho que empurrar bastante."

Sabe o que essas atletas têm em comum? Elas têm corpos diversos e bonitos e fazem o melhor que podem com eles.



THOMAS LOVELOCK/OIS/ZUMA PRESS WIRE SERVICE/ZUMAPRESS/FOTOARENA

A arremessadora de peso Tuany Barbosa. Tóquio, 2021.

NINJA Esporte Clube. Gordofobia: conheça mulheres do esporte que combatem o preconceito. **Ninja**, [*S. l.*], 10 set. 2023. Disponível em: https://midianinja.org/gordofobia-conheca-mulheres-do-esporte-que-combatem-o-preconceito/. Acesso em: 30 jul. 2024.

Texto 2

©ALEXANDRE BECK



BECK, Alexandre. *Armandinho Quatro*. Florianópolis [ed. do autor], 2015. p. 73.

Texto 3

O futuro trans do esporte

A opinião pública tem sido impactada, de todos os lados e por todas as vias, sobre questões relativas a pessoas trans no esporte de competição, particularmente esse que vemos na TV e que é considerado de matriz espetacular, ou seja, amplamente divulgado como espetáculo. Muito se fala sobre as pessoas trans como atletas, porém pouco se pergunta para elas o que pensam de tudo isso e se, de fato, o esporte é uma questão fundamental em suas vidas.

A partir disso que tem ocorrido, gostaria de defender um futuro trans do esporte! E digo que tal futuro não se restringirá às pessoas trans/transgênero, isto é, àquelas que não concordam com o gênero atribuído no nascimento; este novo futuro libertará geral para que corpos possam competir sem exceção de prerrogativas, sem limites ou regulações, sem ter que se encaixar nas já velhas e carcomidas categorias "masculino" e "feminino".

Laurel Hubbard foi a "primeira mulher trans" a participar, oficialmente, do levantamento de peso, na recém-finalizada edição dos Jogos Olímpicos [2021], um megaevento que é vitrine do esporte moderno e lugar de atenção dos meios de comunicação em todo o planeta. Contudo, ela abriu uma porta não só para atletas trans, mas para os corpos **não binários**, não conformes, não cisgêneros, não heterossexuais, não usuais.

Não binários: forma com terminação adotada por alguns falantes da língua para indicar um gênero gramatical neutro, que foge ao padrão masculino/feminino na flexão de gênero da língua portuguesa; não binários.

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



CHRIS GRAYTHEN/GETTY IMAGES

A levantadora de peso neozelandesa Laurel Hubbard. Tóquio, 2021.

Claro que o Olimpismo é a trajetória dos que chegam ao posto de semideusas/semideuses por vias bastante particulares. Nem todas as pessoas conseguem participar como atletas de Jogos Olímpicos/Paralímpicos e pouquíssimas sobem ao Olimpo para receber a medalha conquistada. Todavia, digo que a prerrogativa aberta por Hubbard vai atuar como ondas reverberando num mar, gerando tsunâmis (de distintas intensidades e magnitudes) por todas as partes em que houver um grupo praticando esporte e uma regulamentação arregimentando-o. Hubbard será *forever*!

Ela foi registrada oficialmente nos Jogos, porque foi inscrita como atleta selecionada pelo comitê nacional da Nova Zelândia (seu país natal) e não simplesmente convidada a participar, ou algo similar. Hubbard faz história dentro da História. Há atletas que vieram antes dela e que eram dissidentes [da] matriz cis-heteronormativa de sexo-gênero. Mas correram, nadaram, lutaram ou jogaram como quaisquer outros corpos. Isso não anula a importância de suas participações e nos mostra o tamanho do incômodo que Hubbard provocou (e continuará provocando) nos órgãos de controle no futuro.

Numa entrevista no *site* Huffpost, ela disse:

"Minha participação não deveria ser algo histórico. À medida que avançamos a um mundo novo e mais compreensivo, a gente se dá conta de que pessoas como eu são simplesmente pessoas. Somos seres humanos. E espero que apenas estar aqui seja suficiente [...]. Não penso que eu deva ser um exemplo a ser seguido. Espero que, pelo fato de estar aqui, eu possa providenciar algum tipo de encorajamento. Se há pessoas que estão sofrendo ou enfrentando dificuldades, não necessariamente relacionadas ao esporte, que tudo isso lhes sirva de exemplo para que vejam que há oportunidades no mundo, oportunidades para viver como somos".

Pois digo a Hubbard: não estamos caminhando para um mundo mais compreensivo e tolerante, pelo contrário. Há dados de aumento de desigualdade em todos os continentes; aumento da pobreza absoluta e falta de recursos básicos; as recentes Conferências sobre economia e clima deste ano [2021] mostraram que estamos em franca extinção, se não controlarmos nossa pusilânime força autodestrutiva. Portanto, Hubbard: você é, sim, um exemplo a ser seguido enquanto ainda temos um mundo no qual possamos viver. E há também o exemplo de outras pessoas.

Há Caster Semenya, uma corredora sul-africana multimedalhista de provas de velocidade (400 e 800 metros) e de meio fundo (1.500 metros), que é uma pessoa que apresenta variação intersexo. Até aí, nada errado com ela, a não ser sua condição de hiperandrogênica, ou seja, produtora em excesso de testosterona. Semenya tem sido perseguida há mais de uma década, vilipendiada em seu direito de simplesmente correr e pressionada a se manter sob controle de remédios para se "adequar". Semenya: você não precisa se adequar e sabe disso!

De onde vêm as supostas vantagens que mulheres trans e hiperandrogênicas a que tanto se alude aqui e ali? De suas produções de testosterona? De suas estruturas ósseas? De suas vivências prévias como "homens", particularmente no caso das mulheres trans?

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

[...]

E, de onde vem Semenya, há outras atletas meio-fundistas também afetadas, como Francine Niyonsaba (de Burundi) e Margaret Wambui (do Quênia); e, recentemente, duas velocistas dos 400 metros da Namíbia, Christine Mboma e Beatrice Masilingi, de apenas 18 anos. Todas banidas do esporte ou impedidas de competir por apresentarem testosterona em excesso. [...]



CAMERON SPENCER/GETTY IMAGES

A corredora sul-africana Caster Semenya. Bathurst, Austrália, 2023.

Para quem acompanha os desdobramentos do segundo século de existência do esporte moderno, talvez possa entender que, mais do que em momentos anteriores, o panteão dos deuses olímpicos (particularmente composto por homens e brancos) tem se sentido ameaçado não tão somente pela presença de mulheres, e sim por mulheres trans, negras, pobres e com variação intersexo de países africanos e asiáticos. Então, além da parcialidade na generificação dos argumentos científicos para justificar incoerências e injustiças contra corpos de supostas "mulheres de verdade", isso é racismo e xenofobismo velado.

Mulheres sempre foram perseguidas no percurso deste esporte moderno, desde seu berço. Não seria diferente com mulheres trans e com as que apresentam variação intersexo. Ainda vivemos a tal "caça às bruxas" às mulheres na trajetória machista e masculinista deste esporte bicentenário. Que tal nós o trans-formarmos?

[...]

Apesar de minha empatia com o discurso de Hubbard em sua entrevista e do qual segmentei apenas um pequeno trecho aqui ([em plataformas de vídeo] se pode conferi-lo na íntegra), não tenho dúvidas de que o registro de sua participação foi histórico e sem precedentes (ao contrário do que ela reconheceu em seu discurso), independentemente do que acontecer no futuro talvez por políticas de retaliação dos órgãos de controle, que começaram a ser arquitetadas antes mesmo de os Jogos de Tóquio 2021 terminarem.

Para que atletas e outras pessoas envolvidas no campo esportivo possam compreender que há um futuro trans, pessoas trans, pessoas com variação intersexo, as não bináries, entre tantas outras possibilidades de seres humanos (como a própria Hubbard frisa), devem se mostrar, fazerem-se visíveis, para que haja exemplos a serem seguidos. Como ela [...], e **outres** que ou estão por aí ou logo aparecerão no *spotlight* olímpico/paralímpico e trarão não simplesmente o futuro do esporte, mas sim o esporte do futuro.

CAMARGO, Wagner Xavier de. O futuro trans no esporte. **Ludopédio**, [*S. l.*], 21 nov. 2021. Disponível em: https://ludopedio.org.br/arquibancada/o-futuro-trans-do-esporte/. Acesso em: 30 jul. 2024.

Outres: outras e outros.

Papo aberto sobre os textos

1. **Como você avalia que devemos agir para evitar que temas como os tratados nos textos não sejam passíveis da reprodução de preconceito, discriminação e diferentes formas de *bullying*?**

2. **Como você vê a participação de pessoas gordas, de pessoas com deficiência e de pessoas trans no esporte?**

3. **Qual é a importância de pessoas com corpos que são marginalizados no universo esportivo participarem do esporte de alto rendimento espetacularizado?**

4. **Pensando em seu contexto de vivência do esporte, tanto nas aulas de Educação Física quanto em outros ambientes, como têm sido tratadas pessoas gordas, pessoas com deficiência, pessoas trans e outras socialmente estigmatizadas por razões diversas? E como você acredita que deveriam ser tratadas?**

1. Resposta pessoal. Na própria mediação da discussão, é importante enfatizar que o tema deve ser tratado com respeito e responsabilidade. Procure deixar claro, desde o início, que não há espaço para qualquer tipo de tratamento jocoso que busque desqualificar a relevância da discussão.

2. Resposta pessoal. Mais uma vez, a discussão precisa ser realizada com respeito aos temas e às pessoas. Procure orientar a discussão no sentido de se exercer o princípio da alteridade, colocando-se no lugar do outro e procurando entender como uma pessoa se sente ao ser impedida de praticar esporte ou ao sofrer preconceito e discriminação pelo simples fato de ser gorda.

3. Resposta pessoal. Um ponto a ser destacado na discussão, caso não seja abordado pelos estudantes, diz respeito ao fato de a presença desses corpos estabelecer a representatividade deles no universo esportivo, contrapondo-se ao imaginário de "corpos esportivos" padronizados.

4. Resposta pessoal. Nesse momento, é importante trazer a discussão para o contexto de vida dos estudantes, sempre de modo responsável, procurando que a discussão não seja pautada em estudantes que possam ser expostos e vitimizados a partir da abordagem; mas que seja feita com base em situações e ações que precisem ser elaboradas coletivamente para a garantia dos direitos e a humanização das relações.

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

Por dentro dos textos

5. No texto 1, a meia-maratonista Ellen Valia afirma que "Ser gordo é lutar para existir em lugares [em] que não querem que você esteja". Qual é o sentido dessa afirmação quando se trata do esporte?

6. Ainda no texto 1, lemos a declaração da judoca Maria Suelen Altherman: "Adoro mostrar meu corpo, tenho orgulho dele. Ele me fez ganhar medalhas, tem corpo melhor que esse?". Qual é a importância de afirmações como essa e da presença de pessoas como Suelen para o esporte?

7. No texto 2, o pai de Armandinho propõe ao filho que jogue basquete com um menino cadeirante, com o seguinte argumento: "Ele é um menino igual a você, filho!". Ao discordar do pai e dizer que o menino não é igual a ele, você acredita que Armandinho está sendo capacitista? Justifique.

8. Logo no início do texto 3, ao comentar a repercussão da participação de pessoas trans no esporte, Wagner Xavier de Camargo afirma que "Muito se fala sobre as pessoas trans como atletas, porém pouco se pergunta para elas o que pensam de tudo isso e se, de fato, o esporte é uma questão fundamental em suas vidas". Analise essa afirmação do autor e discuta com os colegas qual é o sentido de se perguntar o que as pessoas trans pensam sobre o assunto.

9. Ainda sobre o texto 3, o que o autor quer dizer com "O futuro trans do esporte"? Qual é sua opinião sobre essa proposição?

10. No texto 3, o autor discute o banimento das competições imposto à corredora sul-africana Caster Semenya e a outras corredoras do continente africano e afirma que se trata de perseguições alimentadas pela "parcialidade na generificação dos argumentos científicos para justificar incoerências e injustiças contra corpos de supostas 'mulheres de verdade'", mas também por "racismo e xenofobismo velado". Quais são os fundamentos da argumentação do autor e como você avalia essa crítica feita por ele?

Investigue. Oriente a turma para que possa retomar os marcadores sociais já abordados no decorrer do capítulo, com a possibilidade de ampliar as análises do tema e acrescentar outros, tais como o etário, o étnico-racial, o de classe social etc. Ao final do processo, avalie com a turma qual seria a melhor forma de compartilhar com a comunidade escolar os produtos obtidos, pensando que as pesquisas podem gerar produtos em forma de cartazes, *slides*, produções audiovisuais, palestras etc.

Investigue

Considerando o tema "Esporte e diversidade", tratado neste capítulo, dividam-se em grupos de cinco integrantes e façam uma pesquisa para ampliar os conhecimentos sobre alguma coletividade socialmente marginalizada nas práticas esportivas. Procurem fazer a escolha dessas coletividades com a turma toda, para que cada grupo investigue diferentes marcadores sociais que provocam algum tipo de exclusão dos esportes. Após a realização das pesquisas, compartilhem os resultados com a turma em uma plenária e, se possível, com a comunidade escolar, por meio de uma exposição visual, audiovisual ou oral.

Estratégia: No grupo, façam um levantamento das coletividades que consideram sofrer discriminação nos esportes e façam um *ranking* por ordem de prioridade daqueles que vocês teriam maior interesse em pesquisar. Após a escolha, na discussão com a turma toda, procurem dividir no grupo as tarefas de pesquisar as informações, de estruturá-las e de apresentá-las para a turma.



S.DALI/SHUTTERSTOCK

6. Falas como a de Suelen são importantes para que se façam contrapontos aos discursos hegemônicos que associam saúde e esporte exclusivamente aos corpos magros, estabelecendo-se, assim, novas possibilidades de corpos esportivos e, por consequência, a diversidade no esporte.

7. Armandinho não está sendo capacitista. Ao contrário, está avaliando que o outro menino joga basquete melhor do que ele, sem considerar sua deficiência, o que representa uma atitude anticapacitista. Armandinho considera o menino, antes, um menino e reconhece sua capacidade e sua habilidade para jogar basquete, não trazendo sua deficiência como definidora primária de sua identidade.

8. Resposta pessoal. Nessa discussão, é fundamental que se reconheça o direito de existir das pessoas. Para isso, é importante desviar das armadilhas moralistas de vigiar e punir o comportamento alheio e focar a defesa da escuta atenta, generosa e acolhedora do que o outro sente e pensa. Trata-se do direito à soberania vital dos indivíduos.

9. O autor quer dizer que no futuro deve haver um esporte que não tenha um enquadramento binário, que acolha apenas as identidades masculina e feminina fazendo que as pessoas que nele não se encaixam tenham que se ajustar aos parâmetros designados pela biociência que ordena o campo esportivo. Com relação à opinião dos estudantes sobre o tema, as respostas são pessoais, mas novamente é importante garantir que a discussão se paute pelo respeito e pela intolerância ao discurso de ódio.

10. Quando o autor se refere à parcialidade na generificação dos argumentos científicos, toma por base o fato de a ciência ser inconclusiva em relação às supostas vantagens atléticas das mulheres trans em relação às mulheres cis, mas, apesar disso, tende a se pautar por indicadores da cisgeneridade para interditar corpos trans no esporte. Já em relação ao racismo e à xenofobia, o autor se refere ao fato de as punições com proibição de competir recaírem sobre atletas negras do continente africano, agregando componentes raciais e étnicos nas interdições impostas pelas entidades responsáveis. Sobre a avaliação de cada estudante, as respostas são pessoais, mas deve-se sempre considerar o respeito aos direitos humanos, não havendo espaço para discursos de ódio.

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

BORA PRA QUADRA? Olimpíada da Diversidade

A proposta é organizar um festival esportivo no qual a turma busque acolher as diversidades de modo que todos possam protagonizar em alguma medida sua participação. Para isso, é necessário que essa Olimpíada seja pensada coletivamente, por toda a turma, a fim de que se crie uma comunidade de acolhimento e aprendizagem, na qual todos se preocupem com a participação de todos.

Chegou o momento de vivenciarmos uma experiência de esporte que acolhe a diversidade. Você e seus colegas vão organizar um festival esportivo que terá como principal objetivo acolher as diversidades, de modo que todos na turma possam participar de maneira confortável e prazerosa. Essa Olimpíada da Diversidade pode ser uma experiência interna em um primeiro momento, envolvendo apenas a turma, e, a partir dessa experiência, expandir-se para outras turmas ou até para a escola toda, a depender das condições vividas em cada contexto.

Etapa 1 – Escolha das equipes

Inicialmente, você e os colegas devem pensar na quantidade de equipes possível de acordo com o número de estudantes da turma. Caso a turma tenha trinta estudantes, por exemplo, é possível dividi-la em três equipes de dez integrantes ou quatro equipes de sete a oito integrantes. Em uma turma de vinte estudantes, uma opção melhor seria a de três equipes de seis a sete integrantes. A decisão cabe a vocês, considerando que as equipes não podem ser muito pequenas (três integrantes, por exemplo) para não inviabilizar a realização de jogos coletivos. Definido o número de integrantes por equipe, a turma vai eleger o mesmo número de representantes, que serão responsáveis pela divisão das equipes. Os representantes se reunirão e farão a divisão das equipes, procurando deixá-las o mais equilibradas possível, considerando seus conhecimentos sobre a experiência dos colegas de turma nos diferentes esportes. Após a divisão, os representantes serão sorteados entre as equipes por eles divididas.

Etapa 2 – Escolha das modalidades da Olimpíada da Diversidade

As modalidades a serem disputadas serão definidas coletivamente pela turma, tendo como principal critério a possibilidade de participação democrática de todos. Não necessariamente todos precisarão participar de todas as modalidades. No entanto, devem-se considerar as opiniões e as sugestões de todos para se criarem modalidades que permitam a participação daqueles com menos experiência nas modalidades esportivas convencionalmente praticadas nas aulas de Educação Física. Abusem da liberdade criativa, inventando modalidades como golfe de bolinha de gude, corrida de saco, concurso de dancinhas etc.

Aproveitem para retomar o modelo de classificação dos esportes apresentado no **Capítulo 11** (*Tem esporte na minha comunidade?*), diversificando as lógicas apresentadas (esportes de marca; de precisão; técnico-combinatórios; de invasão; de rede e parede; de combate; de campo e taco). Lembrem-se de que essa diversificação da lógica amplia a possibilidade de inclusão, acolhendo a diversidade.

Etapa 3 – Estruturação e organização da Olimpíada da Diversidade

Nesse momento, as equipes vão definir coletivamente todos os aspectos relacionados à estruturação e à organização da Olimpíada, tais como o modo de mediação das disputas (que não necessariamente precisa ser feita no formato de arbitragem); o cronograma das competições (é preciso avaliar quantas aulas serão disponibilizadas para o evento e fazer a distribuição das modalidades); como



ICEANG/SHUTTERSTOCK

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

será contabilizada a pontuação nas modalidades; como serão distribuídas as tarefas de fazer os registros e a divulgação dos resultados; se haverá premiação e como ela será (se a proposta é o acolhimento da diversidade, não faz sentido assumir a lógica de competições baseadas exclusivamente no mérito esportivo. É importante pensar em formas de premiar todas as equipes e valorizar aspectos como a cooperação, o respeito e a solidariedade.).

Etapa 4 – Realização da Olimpíada da Diversidade

Esse é o momento de pôr em prática tudo o que foi preparado. A ideia é que todos desfrutem da experiência. Se todo mundo estiver se divertindo, o objetivo foi cumprido: vocês conseguiram idealizar e viver o futuro trans do esporte. Se as coisas não saírem conforme o esperado, sempre estará em tempo de uma boa roda de conversa para retomarmos os princípios que orientaram a construção da proposta: a participação democrática e o acolhimento da diversidade.

Etapa 5 – Avaliação do processo

Assim como todo o processo foi construído organicamente de maneira democrática e participativa, não será diferente na avaliação. Discutam o melhor modo para avaliar como foi todo o processo de elaboração e realização da Olimpíada e aproveitem para considerar as possibilidades de ampliação dessa experiência para outras turmas.

E SE A GENTE... SIMULASSE UM JÚRI?

Consulte as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

A realização de um debate que assume o formato de um tribunal ou júri simulado permite consolidar todas as informações obtidas no decorrer do capítulo. Para essa atividade, será importante mobilizar a turma para revisar, ampliar e sistematizar os conhecimentos tratados nos textos e desenvolver estratégias criativas e consistentes para sustentar argumentos favoráveis ou contrários à tese em julgamento.

Chegou o momento de se apropriar das informações obtidas e vivenciar uma experiência que possibilite a você defender, argumentar, refutar, contestar e aceitar diferentes pontos de vista de maneira crítica e respeitosa. Desse modo, poderá converter as informações que recebeu e as opiniões que conheceu e expressou até o momento em conhecimentos fundamentados que possam romper com a superficialidade do senso comum e das pós-verdades, que desafiam a complexidade do campo científico.

Júri simulado: pode o esporte ser diverso?

Vamos simular um julgamento tendo como tese central "O esporte deve acolher a diversidade".

A turma será dividida em três grupos, sendo um grupo menor (entre três e seis integrantes) e dois grupos maiores com o restante da turma distribuído proporcionalmente. O grupo menor se organizará de modo que um integrante faça o papel do juiz e que os demais atuem como jurados. Quanto aos dois grupos maiores, um deles atuará na defesa da tese de que o esporte deve acolher a diversidade, e o outro grupo ficará responsável pela acusação, devendo contestar essa tese e reafirmar que o esporte precisa se estruturar em categorias que garantam uniformidade entre os competidores.

Além dos textos analisados na **Leitura**, no **Bate-papo de respeito** e das atividades do **Bora pra quadra?**, todos devem buscar outras fontes para sustentar e avaliar as argumentações, inclusive o juiz e os jurados. A dinâmica do julgamento será combinada previamente com o professor, que assumirá o papel de mediador externo. O protagonismo no planejamento e no desenvolvimento da atividade, no entanto, estará a cargo da turma.

O júri simulado deve contemplar as partes a seguir.

Início do julgamento

O julgamento inicia-se com o juiz apresentando a tese ("O esporte deve acolher a diversidade") e os participantes: os jurados e os grupos de defesa e de acusação.

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

Etapa 1

a. Argumentos de acusação – A acusação escolhe um ou mais representantes para exporem, de forma organizada, seus argumentos e evidências iniciais em um tempo predeterminado pelo juiz e pelos jurados. Estipule o tempo de acordo com a duração de sua aula, não devendo ultrapassar 3 minutos.

b. Argumentos de defesa e réplica – Em seguida, a defesa tem o mesmo tempo para contestar os argumentos da acusação e fazer perguntas que possam desconstruir a narrativa apresentada.

Para finalizar a primeira etapa, a acusação terá direito a réplica, respondendo aos questionamentos da defesa e buscando reafirmar sua argumentação.

Etapa 2

Na segunda etapa, repete-se a sequência inicial, agora começando pela apresentação do grupo da defesa.

Etapa 3

a. Apresentação das considerações finais – Após essas duas etapas, disponibiliza-se um tempo para que cada grupo faça suas considerações finais, buscando sintetizar os argumentos levantados de modo a sustentar a legitimidade de seu posicionamento.

b. Veredito final – Ao final, os jurados se reúnem e analisam o processo, expedindo um veredito e um parecer final, que será apreciado pelo juiz, que vai analisar, fazer a leitura e estabelecer a sentença.

Roda de conversa

Agora, vocês vão deixar de lado o papel que assumiram no júri simulado, para conversar sobre o que puderam avaliar em relação à diversidade no esporte.

- Todos chegaram à mesma conclusão?
- O assunto foi completamente esgotado?
- A atividade ajudou vocês a entender melhor diferentes perspectivas sobre o tema?

Recado final

O itinerário percorrido a cada etapa deste capítulo evidenciou contradições, limitações e resistências do campo esportivo em se adequar às transformações sociais. A participação de pessoas gordas, pessoas com deficiência e/ou trans no esporte, de certo modo, desestabiliza a estrutura de valores, crenças e visões de mundo que sustenta a prática esportiva da maneira como ela ocorre hoje, o que tem como consequência a resistência à mudança. Seja no campo das Ciências da Natureza, seja no campo das Ciências Humanas, seja no campo das Linguagens, não existe verdade absoluta que não possa ser questionada. A abordagem aqui proposta nos mostra que as informações que recebemos devem sempre ser avaliadas em seu contexto, em contraposição a opiniões divergentes e à luz de conhecimentos historicamente construídos sobre o assunto. O senso comum não deve ser estabelecido como verdade pelo simples fato de que "todos acreditam que seja assim". A experiência da reflexão crítica e fundamentada no debate plural é nosso melhor remédio contra preconceitos, estereótipos e discriminações.

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

Tendências *fitness* no ambiente digital

Leia os títulos das notícias a seguir e converse com os colegas, procurando identificar um tema comum entre elas.



PORTAL R7. Balanço Geral Manhã. Influenciadora vai parar na UTI após exagerar em treino na academia. **Portal R7**, [*S. l.*], 10 nov 2023. Disponível em: https://record.r7.com/balanco-geral-manha/videos/influenciadora-vai-parar-na-uti-apos-exagerar-em-treino-na-academia-10112023/. Acesso em: 31 jul. 2024.



BRITO, Thais. Dieta à base de frango cru de influencer pode levá-lo à morte. **Metrópoles**, [*S. l.*], 15 fev. 2024. Disponível em: https://www.metropoles.com/vida-e-estilo/dieta-a-base-de-frango-cru-de-influencer-pode-leva-lo-a-morte-entenda. Acesso em: 31 jul. 2024.



GAUCHAZH. Morre, aos 39 anos, influenciadora russa conhecida por dieta radical. **GZH**, [*S. l.*], 2 ago. 2023. Disponível em: https://gauchazh.clicrbs.com.br/donna/gente/noticia/2023/08/morre-aos-39-anos-influenciadora-russa-conhecida-por-dieta-radical-clktplknv002g0179z6lgikby.html. Acesso em: 31 jul. 2024.

FREEPIK



Mulher correndo em um parque. Málaga, Espanha, 2021.

Todas essas manchetes falam de riscos associados a tendências *fitness* radicais, como atividades físicas muito intensas, dietas muito restritivas, remédios que prometem resultados imediatos. Elas chamam atenção a um problema da atualidade: a promoção, principalmente por influenciadores digitais, de práticas, exercícios e produtos que visam atender a padrões de beleza, mas que, em vez de saúde e bem-estar, podem trazer danos à saúde física e mental.

De um lado, influenciadores digitais, personalidades famosas e até membros da sociedade em geral promovem e valorizam determinados padrões de beleza, que passam a ser buscados por pressão social. De outro lado, divulgam hábitos, dietas e exercícios extremos e potencialmente perigosos, além de produtos que podem prejudicar a saúde.

Diante desse cenário, é necessário desenvolvermos um olhar crítico para o que nos é oferecido na internet e exercitarmos a autoestima e a autoaceitação, questionando a imposição de padrões de beleza.

4. Resposta pessoal. Proponha que a turma reflita sobre o fato de a adolescência ser marcada pela busca de aceitação social, o que pode levar ao desejo de seguir tendências. Além disso, é momento de mudanças no corpo, e, muitas vezes, surge o desejo de alcançar padrões de beleza disseminados pela mídia. Esses são alguns motivos que fazem com que os adolescentes venham a ser mais vulneráveis a esses conteúdos.

Respostas referentes à página 191.

2. Resposta pessoal. Ajude os estudantes a pensarem nas inúmeras motivações possíveis, entre elas: a crença de compartilharem um conteúdo relevante; a possibilidade de serem pagos por uma marca ou empresa para fazer publicidade; o desejo de conquistarem engajamento nas redes sociais.

3. Resposta pessoal. Conduza os estudantes a refletirem que, entre outros exemplos, dietas restritivas podem levar a deficiência de nutrientes, desidratação e problemas digestivos; o consumo de produtos sem supervisão médica pode provocar casos de intoxicação ou prejudicar a digestão, dependendo das substâncias usadas; exercícios extenuantes podem ainda causar lesões. Em relação à saúde mental, a busca por atender a padrões de beleza, principalmente recorrendo a meios inadequados, pode gerar depressão, ansiedade e distúrbios alimentares.

ILUSTRAÇÕES: ANDERSON DE ANDRADE PIMENTEL/ARQUIVO DA EDITORA

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

Vamos pensar nisso?

1. Você já se deparou com a divulgação de produtos, exercícios ou práticas *fitness* na internet que pareciam oferecer soluções rápidas e definitivas? Como reagiu diante do conteúdo?

1. Resposta pessoal.

2. Na sua opinião, o que motiva um influenciador digital a divulgar produtos, exercícios, dietas ou práticas *fitness* extremos?

3. Quais podem ser as consequências para a saúde física e mental de seguir essas tendências?

4. Você acha que os adolescentes podem estar mais vulneráveis aos riscos associados a essas tendências *fitness*? Por quê?

5. **Sugestões:** adotar dieta balanceada, praticar exercícios físicos com acompanhamento profissional, exercitar a autoaceitação.

5. Cite algumas formas de buscar saúde e bem-estar que não envolvam comportamentos extremos.

6. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reconheçam a necessidade de analisar criticamente divulgações sobre produtos, dietas e exercícios, especialmente se prometem resultados definitivos, além verificar a credibilidade de quem os divulga. Consultar, de preferência, especialistas e fontes confiáveis.

6. Discuta com seus colegas: que critérios devemos adotar ao nos depararmos nas mídias com produtos e métodos voltados à vida saudável?

Conectar e transformar

Você e seus colegas discutiram os riscos de seguir tendências *fitness* extremas e a importância de analisar criticamente conteúdos desse tipo. Agora, vão realizar uma vivência com práticas corporais diversas. O objetivo é promover a autoestima, a autoaceitação e a importância de praticar exercícios respeitando os próprios limites, em vez de buscar soluções imediatistas.

Bora pesquisar

Reúna-se com os colegas para relembrarem o que discutiram e descobriram ao longo desta seção.

Considerando a grande pressão para se moldar a padrões de beleza, além da ampla oferta de conteúdos e produtos na internet que prometem alcançar esses padrões, mas podem causar prejuízos à saúde, reflitam: como podemos contribuir para promover hábitos saudáveis entre colegas da escola? Que tipo de atividades físicas podemos propor na vivência que estamos planejando?

Com a orientação do professor, façam pesquisas em *sites* confiáveis da internet para buscar ideias e informações que os ajudem a organizar a vivência. Utilizem fontes de informação confiáveis, como *sites* de agências de saúde governamentais e de universidades. Não se esqueçam de registrar os principais resultados das pesquisas.

Bora planejar

Discutam os registros feitos na etapa de pesquisa. Com base neles e em seus conhecimentos e experiências, elaborem um roteiro para a realização da vivência.

Registrem no roteiro as seguintes informações.

- Quem vai participar da vivência?
- Quando e onde ela vai acontecer?
- Quais atividades serão propostas? Podem ser diferentes práticas corporais (jogos e brincadeiras, danças, lutas, ginásticas, esportes ou práticas corporais de aventura). O importante é que as propostas sejam supervisionadas pelo professor.
- Além das práticas corporais, proponham uma conversa com os participantes sobre o tema que motivou a vivência, partindo da discussão inicial. Organizem como será realizada essa conversa. A turma vai utilizar algum recurso para apoiar as falas, como *slides* projetados? Que tal selecionarem alguma notícia relacionada ao tema para lerem e discutirem?
- Quais materiais ou outros recursos serão necessários para realizar as atividades planejadas?
- A vivência será fotografada e filmada? Se sim, quais serão os equipamentos necessários?

Bora construir

Com a ajuda do professor, providenciem o que for necessário para a realização da vivência, como equipamentos esportivos e sonoros.

Se a vivência for aberta a todas as turmas da escola, vocês podem elaborar cartazes para divulgá-la. Nesse caso, informem a data, o local e a programação da vivência. Depois, exponham os cartazes em lugares da escola onde todos os estudantes possam acessá-los.

Bora compartilhar

Com o apoio do professor, na data e local combinados, organizem os materiais necessários e deem andamento às atividades de acordo com o planejado.

Se registrarem fotos e vídeos da vivência, com a autorização do professor e dos envolvidos, vocês podem divulgá-los para toda a comunidade escolar. Outra sugestão é organizarem um painel com as fotos e exporem para as outras turmas.

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

UNIDADE

5

CORPO QUE REPRESENTA E SE EXPRESSA



FG TRADE/GETTY IMAGES

Como o corpo pode ser utilizado para se expressar e criar representações? Nesta unidade, você vai conhecer e experimentar o *Fútbol callejero*, ação social baseada em respeito, cooperação e solidariedade. O esporte espetacularizado será problematizado e analisado de forma crítica. Você também vai explorar e realizar vivências na ioga, além de conhecer alguns jogos africanos e experimentar a possibilidade de recriá-los. Finalmente, terá a oportunidade de discutir o racismo e produzir um fanzine para promover o debate antirracista. Pronto para investigar o poder do corpo que representa e se expressa?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Capítulo 21

FÚTBOL CALLEJERO: JOGANDO PELA GARANTIA DE DIREITOS

A proposta deste capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

CIDADANIA E CIVISMO

ODS 5



CAROLINA JARAMILLO/SHUTTERSTOCK

Jogo de futebol de rua em Buenos Aires, Argentina, 2020.

Você conhecerá, neste capítulo, uma proposta inspirada em uma ação social que surgiu na América Latina, mais precisamente na Argentina, no final dos anos 1990 e início dos anos 2000, chamada *Fútbol Callejero*. Em uma tradução simplificada, poderíamos chamá-la de "Futebol de Rua", mas vamos manter o termo *callejero* para reforçar a origem do movimento e tentar capturar sua essência, baseada na "pedagogia das ruas". Ou seja, vamos partir de uma experiência que tem se tornado cada vez mais rara: jogar na rua, criar as próprias regras e arbitrar coletivamente o próprio jogo. Então, bora pra quadra?

FAIXA DE ÁUDIO Pilares do *fútbol callejero*

Biblioteca do professor. Para ampliar seu conhecimento sobre o tema, indicamos dois produtos educacionais de programas de mestrado profissional. Um deles é o *Guia de Orientação: Metodologia Callejera*, produzido por Lígia Estronioli de Castro e Lilian Aparecida Ferreira, em 2018, no Programa de Mestrado – Docência para a Educação Básica da Faculdade de Ciências da Universidade Estadual Paulista-Bauru, disponível em: https://www.fc.unesp.br/Home/ensino/pos-graduacao/programas/mestradoprofissionalemdocenciaparaaeducacaobasica/produto-final--ligia.pdf (acesso em: 29 jun. 2024). O outro é o vídeo intitulado *Fútbol Callejero*, produzido por Tiago Grifoni, com o núcleo Universidade Federal de São Carlos do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional, que pode ser encontrado em plataforma de vídeo, buscando-se pelo nome do trabalho e de seu autor. (acesso em: 29 jun. 2024). Indicamos ainda: LEITE, Eleilson *et al.* (org.). *Outro futebol é possível*: o futebol de rua como prática de cidadania. São Paulo: Dandara, 2023. 168 p.

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

BORA PRA QUADRA? Futebol do nosso jeito

Neste capítulo, a proposta é promover a experiência de reconhecimento de direitos e deveres, importantes pilares para a vida em sociedade. Essa experiência será fomentada com base em uma dinâmica inerente à prática denominada *Fútbol Callejero*. A metodologia dessa prática pressupõe a construção coletiva de regras, a vivência do jogo e a avaliação das atitudes dos participantes. No âmbito dessa perspectiva de Educação Física no Ensino Médio da BNCC, neste capítulo são contempladas principalmente as habilidades EM13LGG203, EM13LGG204, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501 e EM13LGG502.

1. a., 1. b., 1. c. Resposta pessoal. É importante fazer a mediação para garantir o direito de fala a todos que tiverem interesse, buscar incentivar os mais tímidos e estabelecer uma relação de respeito mútuo. Procure propor as questões separadamente, para que os estudantes possam se posicionar sobre cada uma delas. Aproveite para começar a evidenciar para eles a importância da mediação, solicitando que levantem a mão para pedir a palavra e respeitem o momento de fala de cada um.

Veja as orientações específicas no **Suplemento para o professor**.

A primeira experiência do capítulo é a organização, pela própria turma, de um jogo de futebol. Quando dizemos *futebol*, não estamos pensando em suas regras oficiais, mas em uma adaptação reduzida (em espaço e número de jogadores) para a realidade da escola. Para isso, vocês devem se organizar em equipes, decidir um sistema de disputa e jogar. Todas essas decisões serão tomadas pela turma, e o professor vai interferir apenas se, por qualquer motivo, achar que há necessidade.

Roda de conversa

Após organizar e praticar o futebol conforme proposto pela turma, discuta com seus colegas essa experiência.

1. Sobre a organização da prática esportiva, responda às questões.

a. Como foi a escolha dos times?

b. Você ficou satisfeito com as decisões tomadas pela turma? Por quê?

Fala aí!

Quais medidas podem ser adotadas para que o jogo se torne mais inclusivo e interessante para todos?

Estratégia: Apresente suas sugestões com argumentos e olhando para os ouvintes.

c. Você teve a oportunidade de expor sua opinião? Soube se colocar e ouvir os colegas?

d. Qual foi o sistema de disputa dos jogos? Foi justo? Poderia ser diferente?

2. Sobre a participação na vivência do futebol organizado pela turma, responda às questões.

a. Como você se sentiu jogando ou assistindo aos jogos?

b. Todos tiveram a oportunidade de participar? Caso não, por que isso ocorreu?

c. Todos tiveram vontade de participar? Por quê?

Leitura

Você vai conhecer agora a metodologia chamada *Fútbol Callejero*, que nasceu de um projeto de Educação Popular na Argentina. Nos dois textos que seguem, você terá informações sobre como é essa prática e sobre o Mundial de Futebol de Rua, realizado em 2014 na cidade de São Paulo.

> "Nosso entendimento de Educação Popular é o da educação como processo de humanização, um ato político, de conhecimento e de criação, que ocorre no diálogo entre seres humanos, sujeitos de sua vida, e que, solidariamente, fazem e refazem o mundo. Ao falarmos de Educação Popular, não estamos nos referindo à educação das classes populares, mas à educação com as classes populares, com elas compromissada e com elas realizada, mediante o diálogo."
>
> VASCONCELOS, V. O.; OLIVEIRA, M. W. Educação popular: uma história, um *que-fazer*. **Educação Unisinos**, v. 13, n. 2, p. 136, 2009.

Texto 1

"Fútbol Callejero": nascido e criado no Sul

Ao situar as origens do *Fútbol Callejero*, encontramos a história de sua criação [...] por jovens latino-americanos com idade entre 14 e 15 anos, acompanhados pelo ex-jogador de futebol semiprofissional Fabián Ferraro, junto ao Club Atlético Defensores del Chaco, em Moreno, bairro periférico e empobrecido da área metropolitana de Buenos Aires, Argentina.

[...]

Lançando mão de seu *status* de liderança, Fabián Ferraro propôs o desenvolvimento de partidas de futebol, que passou a denominar *Fútbol Callejero*, disputadas por equipes mistas (homens e mulheres jogando juntos/as), envolvendo promoção de atitudes e valores que [...] se consolidaram como os três pilares fundamentais do método: respeito, cooperação e solidariedade.

Outra especificidade do método *Fútbol Callejero* reside na organização das partidas disputadas em três tempos. Assim, no primeiro tempo, jogadores e jogadoras que irão participar formam um círculo para estabelecer *acordos* referentes às regras do jogo. Nesse momento, o mediador ou mediadora (pessoa que é uma referência reconhecida pelo grupo) toma nota das regras e acordos firmados pelos/as participantes.

Fala aí! Provoque os estudantes a se posicionar em relação à experiência de jogar, pensando em como ela poderia ser mais prazerosa para aqueles que se sentiram frustrados ou oprimidos na vivência.

1. d. Caso tenham sido formadas mais de duas equipes, é preciso discutir quais critérios foram adotados para definir quem jogaria primeiro e os confrontos seguintes. É importante analisar se o critério foi pautado por um ideal "meritocrático" (quem ganha fica) ou "democrático" (todos jogam a mesma quantidade de vezes, independentemente do resultado) e as implicações desses critérios na experiência de cada um. Procure refletir com a turma sobre a importância de se adotarem critérios mais democráticos para as disputas dos jogos nas aulas, tendo em vista que não se trata de um espaço para o esporte de alto rendimento, mas, sim, do esporte educacional, a cujo acesso todos têm o mesmo direito.

2. a., 2. b., 2. c. Resposta pessoal. Procure mediar, garantindo mais uma vez o respeito mútuo nas falas e a oportunidade de manifestação de opiniões (tanto positivas quanto negativas) em relação às experiências pessoais.

Os textos 1 e 2 tratam do *Fútbol Callejero*. O primeiro é um recorte de um artigo acadêmico, no qual se explica a metodologia para o desenvolvimento dessa prática. O segundo é uma matéria jornalística sobre o Mundial de Futebol de Rua, realizado em 2014 na cidade de São Paulo, com depoimentos sobre a experiência dos organizadores e jogadores participantes do evento. Esses dois textos vão pautar as discussões e experiências de participação que se sucedem no capítulo, definindo formas de relacionamento orientadas por valores como diálogo, cooperação, solidariedade e respeito. Nessas leituras, são contempladas as habilidades EM13LGG203 e EM13LGG204.

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

Após combinar as regras, é iniciado o segundo tempo, balizado pelos acordos estabelecidos no momento anterior. Durante o segundo tempo, o mediador ou mediadora deverá observar atentamente o jogo e, sempre que necessário, fazer anotações de eventos que tenham relação direta com as regras combinadas e que foram estabelecidas para a partida.

Transcorrido o segundo tempo, é formado um novo círculo e iniciado o terceiro tempo, comumente denominado *mediação*. Esta é iniciada a partir da transformação do número de gols em pontos, sob uma premissa de que a equipe que mais converteu gols inicia a mediação com 2 pontos, enquanto a equipe que menos converteu gols inicia com 1 ponto.

Em continuidade, o/a mediador/a problematiza situações ocorridas nos momentos anteriores (primeiro e segundo tempo); consulta os/as jogadores/as acerca da manifestação do respeito (ou não) para com outrem, sendo outrem da mesma equipe ou da equipe adversária; consulta os/as participantes acerca do respeito (ou não) para com as regras e acordos previamente estabelecidos; consulta os/as jogadores/as acerca das atitudes que possuem relação com cada um dos pilares do método (respeito, cooperação e solidariedade), os quais também geram pontos (a valoração atribuída a cada um dos pilares do *Fútbol Callejero* está condicionada ao contexto, gostos e interesses de seus/suas praticantes). O término da partida é marcado pelo consenso entre os/as participantes acerca do resultado final e firmado, geralmente, com aplausos.

[...] [No *Fútbol Callejero*] os/as participantes, por exemplo, criam regras (primeiro tempo), desenvolvem um jogo que prescinde ao controle de terceiros/as (árbitro/a durante o segundo tempo) e que, ao final (no terceiro tempo), avaliam a qualidade das relações estabelecidas com outrem e também com os próprios acordos firmados previamente.

BELMONTE, Maurício Mendes; GONÇALVES JUNIOR, Luiz. *Fútbol Callejero*: nascido e criado no Sul. **Revista Crítica de Ciências Sociais**, Coimbra, n. 116, p. 159-175, set. 2018.



DAVI RIBEIRO/FOLHAPRESS

Copa de futebol de rua. São Paulo (SP), 2014.

Texto 2

No Mundial do Futebol de Rua, jogadores fazem as regras

Se um dos assuntos polêmicos da Copa [de 2014] tem sido o padrão de arbitragem, esse problema não deve ocorrer em outro Mundial de futebol sendo disputado em São Paulo – o Mundial de Futebol de Rua, onde quem faz as regras são os jogadores, logo antes de entrar em campo.

O torneio, que está sendo realizado em São Paulo até o dia 11 de julho, reúne jovens de 20 países, que jogam segundo um método de "três tempos", criado pelo ex-jogador argentino Fabián Ferraro.

O "primeiro tempo" consiste numa rápida discussão sobre as regras, o "segundo tempo" é o da bola rolando, o da partida em si, e o "terceiro" ocorre após o jogo, uma espécie de debate sobre os acertos e erros de cada equipe – debate que também define o vencedor, levando em conta vários fatores, entre eles, claro, quem fez mais gols.

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

"Isso desenvolve nos jovens a capacidade de argumentação, de defender seus pontos de vista", disse à BBC Brasil Eleilson Leite, coordenador da Organização Não Governamental Ação Educativa – que implanta a metodologia no Brasil – e coordenador-executivo do Mundial de Rua.

"Há um estranhamento deles com o 'sentar para definir regras', porque todo mundo acha que já sabe tudo sobre futebol. Mas, com o passar do tempo, eles passam a se sentir empoderados porque definem as regras."

[...]

Meninos e meninas

A maioria dos jogadores, que têm entre 16 e 21 anos, vem de bairros e comunidades de baixa renda de suas cidades. Suas passagens para o Brasil foram pagas por uma combinação de patrocínios, doações de governos locais e de ONGs.

Hospedados em Centros Educacionais Unificados em bairros da periferia de São Paulo, eles dizem ter feito amizades entre si e com as crianças e adolescentes brasileiros que frequentam os centros. [...]

Na capital paulista, Eleilson Leite diz que os jovens resistiram ao método argentino de futebol de rua no início – uma das regras é que meninos e meninas jogam juntos, sem distinção.

"Primeiro eles não aceitavam, depois foram condescendentes com as meninas. Depois, com o desenvolvimento, eles passaram a ficar no mesmo patamar. Quando chegamos nesse equilíbrio de gênero, as coisas avançam muito mais", afirma Leite.

Para os jogadores de outros países, o preconceito inicial com meninas que jogam futebol também foi uma barreira a ser vencida. "É diferente de tudo. Era muito difícil, porque estava acostumado a jogar só com homens e nos entendíamos em tudo. E estar com as meninas e apoiá-las era mais complicado, porque não falamos com elas no campo como falamos com homens", diz o [jogador] argentino Franco Rodríguez.

"Agora eu acho melhor (jogar com mulheres) [...] [e] mais confortável, sei que as meninas sabem jogar tanto quanto os homens."

BBC NEWS BRASIL. No Mundial do Futebol de Rua, jogadores fazem as regras, 9 jul. 2014. Colaboração de Paula Idoeta.



DAVI RIBEIRO/FOLHAPRESS

Partida no Mundial de Futebol de Rua, em São Paulo, 2014.

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

1. No *Fútbol Callejero*, todos têm o direito de escolher as regras, bem como de opinar sobre as que são propostas pelos colegas, argumentando contra ou a favor delas. Também podem debater sobre as atitudes de sua equipe e da adversária, seguindo os deveres de respeitar a opinião dos colegas, de cumprir as regras que foram acordadas coletivamente e de aceitar as decisões tomadas pelo coletivo.

Papo aberto sobre os textos

2. a. Podem surgir situações de preconceito, em que as pessoas questionem a capacidade e a habilidade dos jogadores em razão do gênero a que pertencem.

1. **Como você identifica a noção de direitos e deveres no jogo de *Fútbol Callejero*?**

2. **Sobre a exigência de o jogo ser realizado em grupos mistos, ou seja, homens e mulheres ou meninos e meninas juntos nos times, responda às questões.**
   a. Quais são as dificuldades que podem surgir?
   b. Segundo Eleilson Leite, entrevistado no texto 2, as dificuldades dos times mistos podem ser gradativamente superadas. Para você, o que significa ir além da condescendência, colocando todos os integrantes do time misto no mesmo patamar?

2. b. Conforme o texto 2, com o tempo, os meninos passaram a rever suas posturas, reconhecendo que as meninas podem jogar tanto quanto eles e valorizando a presença delas nos jogos. Ainda segundo o coordenador Eleilson Leite, chegar ao equilíbrio de gênero é o que permite o avanço dos times. A fala do jovem jogador argentino entrevistado reafirma a tese do coordenador, pois ele reforça que houve um estranhamento de início, mas que depois ele passou a sentir-se mais confortável e a apoiar as meninas.

Por dentro dos textos

3. **Quais são as características básicas do *Fútbol Callejero*?**

4. **Se não há arbitragem no *Fútbol Callejero*, quem é responsável pela definição das regras e por garantir seu cumprimento?**

5. **Qual é o papel do mediador no jogo?**

6. **Como é feita a contabilização dos pontos e a definição do resultado final em uma partida de *Fútbol Callejero*?**

7. **No texto 2, o coordenador-executivo do Mundial de Futebol de Rua, Eleilson Leite, afirma que a metodologia do jogo "desenvolve nos jovens a capacidade de argumentação, de defender seus pontos de vista". Quais são as características do jogo que propiciam o desenvolvimento dessas capacidades?**

Bate-papo de respeito

Veja as orientações específicas no **Suplemento para o professor**.

Vandrigo Lugarezi Magalhães é educador da associação civil sem fins lucrativos Ação Educativa, responsável pelo projeto de núcleos de *Fútbol Callejero* nas periferias de São Paulo. Leia a sua fala.



MUNDIAL FUTEBOL DE RUA

Vandrigo Lugarezi Magalhães. São Paulo, 2014.

> A menina tem que fazer parte do *Fútbol Callejero*. E, se a gente discute direitos, não é que você vai colocar a menina só pra ela estar lá. Não, ela tem que fazer... ela tem que participar ativamente do processo. Ela tem que falar no terceiro tempo, ela tem que criar regras. E ela não pode ser tratada de um jeito diferente. Ela é igual, ela tem os mesmos direitos.

Elaborado com base na fala de Vandrigo Lugarezi Magalhães no vídeo *Copa América de Futebol de Rua*: muito mais que uma vitória. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=yHlO0vwrF_4. Acesso em: 29 jun. 2024.

Em grupos, discutam a afirmação de Vandrigo de que as meninas não devem ser tratadas de um jeito diferente, uma vez que elas são iguais e têm os mesmos direitos. Considerem a pertinência dessa fala nas aulas de Educação Física: como vocês veem isso nos jogos da turma? Como vocês analisam a possibilidade de meninos e meninas jogarem juntos? É uma realidade? Existem dificuldades e problemas? É possível fazer de forma diferente?

Investigue

Pesquise exemplos dos três pilares de sustentação da metodologia do *Fútbol Callejero*.
a) Respeito.
b) Cooperação.
c) Solidariedade.

Estratégia: Considere que nessa prática as regras são combinadas a cada jogo. Não têm valor aqui as regras oficiais do futebol.

Investigue. Veja as orientações específicas no **Suplemento para o professor.**

3. Jogo em três tempos; todos jogando juntos, independentemente do gênero, e ausência de árbitro.

4. Os próprios jogadores, sob a supervisão do mediador.

5. Mediar as discussões e anotar a definição das regras criadas coletivamente pelos jogadores; no decorrer do jogo, observar e tomar nota de situações que tenham relação com as regras acordadas; e mediar, na roda de conversa final, o diálogo dos jogadores sobre as atitudes no jogo com base nos pilares respeito, cooperação e solidariedade. Também deve contabilizar os pontos desses pilares em conjunto com os jogadores.

6. Uma parte dos pontos é atribuída com base no resultado do segundo tempo e a outra decorre do terceiro tempo. Os jogadores, com o auxílio do mediador, discutem as atitudes de todos durante a participação no jogo e atribuem pontos às equipes com base nos pilares respeito, cooperação e solidariedade. O resultado final é obtido pelo somatório de pontos acumulados nos dois tempos de jogo. Assim, o placar do segundo tempo não é o único parâmetro a definir o vencedor da partida.

7. A formulação coletiva de regras no primeiro tempo e o diálogo sobre as atitudes manifestadas no jogo, realizada na roda de conversa no terceiro tempo. Verifique se os estudantes perceberam que, nesses dois momentos do jogo, os participantes têm a oportunidade de argumentar, ouvir os argumentos dos colegas, defender seus pontos de vista, mudar de opinião e assumir outros tipos de manifestação comuns no debate público.

É lógico!

A resposta à questão 7 prevê que você reconheça padrões; no caso, aqueles típicos da situação de argumentação. Você deverá buscar regularidades entre eles e a metodologia em análise.

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

Nesta atividade, a proposta é que os estudantes novamente sejam protagonistas na organização da vivência do futebol. A diferença em relação à atividade da seção **Bora pra quadra?** proposta anteriormente é que agora eles terão o compromisso de orientar essa prática pelos princípios do *Fútbol Callejero*, trabalhando a capacidade de analisar diferentes argumentos e opiniões para mediar conflitos e chegar a consensos.

BORA PRA QUADRA? *Fútbol Callejero*

Em um primeiro momento, seja o mediador do jogo, participando da divisão das equipes e da definição do sistema de disputa. Problematize a importância de adotar critérios democráticos e inclusivos nessas etapas. Em seguida, faça a mediação dos primeiros jogos. Após alguns jogos, conforme ficar mais evidente a apropriação da metodologia por parte da turma, deixe que os próprios estudantes voluntários façam a mediação dos jogos, de forma individual ou em duplas. Para o desenvolvimento de todo o processo, possibilitando que os estudantes vivenciem a proposta de forma mais efetiva, provavelmente será necessário mais de uma aula. Uma sugestão é realizar toda a parte de organização prévia, de formação das equipes e de definição do sistema de disputas em uma aula, seguida de uma vivência mais curta do jogo, para que, na aula seguinte, aproveitando os mesmos combinados, os estudantes tenham a oportunidade de jogar por mais tempo. Nessa atividade, são desenvolvidas as habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501 e EM13LGG502 da BNCC.

Agora chegou o momento de experimentar o *Fútbol Callejero*. Você e sua turma, com a mediação do professor, deverão realizar os jogos seguindo estas características: jogo em três tempos; regras acordadas coletivamente; equipes mistas; pontuação para os pilares de valores (respeito, cooperação e solidariedade); jogo sem árbitros; jogo feito com mediação (inicialmente feita pelo professor e, posteriormente, por vocês mesmos).

Organização prévia do jogo

Pontuação. No *Fútbol Callejero*, a contagem de gols marcados no segundo tempo deve ser convertida em uma pontuação simbólica, ou seja, se uma equipe vence por 10 × 0, por exemplo, ela não computa 10 pontos: essa pontuação é convertida para valores pré-acordados para que não se estabeleça uma desigualdade muito grande entre as equipes. Assim, nessa etapa, define-se a pontuação convertida que deverá ser atribuída no segundo tempo do jogo. Uma possibilidade é atribuir 2 pontos ao vencedor e 1 ao derrotado no segundo tempo, independentemente do placar do jogo, e 1 ponto a cada equipe em caso de empate. Assim, as equipes iniciariam o terceiro tempo com essa pontuação. O passo seguinte é definir a pontuação a ser atribuída a cada um dos três pilares no terceiro tempo. Como sugestão, indicamos a atribuição de 2 pontos a cada um dos pilares. Dessa forma, torna-se possível que uma equipe vença a partida por ser mais cooperativa, solidária e/ou respeitosa, apesar de ter perdido o jogo no segundo tempo. Esse é um dos princípios que orientam o *Fútbol Callejero*, ou seja, valorizar mais o poder de argumentação e a atenção aos valores humanos do que a qualidade técnico-tática.

SÚMULA CALLEJERA

NOME(S) DO(S) MEDIADOR(ES)		
ESCALAÇÕES DAS EQUIPES		MODELO MODELO
REGRAS ACORDADAS		
Placar (gols)		
Placar convertido (pontos)		
RESPEITO		
SOLIDARIEDADE		
COOPERAÇÃO		
RESULTADO FINAL		

Sistema de disputas. A etapa seguinte consiste na definição do sistema de disputas. Nesse momento, decide-se como será definido quem jogará primeiro e os confrontos seguintes. Lembrem-se de garantir o direito de participação de todos de forma proporcional. Também é importante delimitar a duração de cada um dos tempos dos jogos, pois é preciso que o período da aula seja dividido de forma a garantir a participação de todos. Vocês podem combinar com o professor de iniciar com jogos mais curtos na aula em que fizeram todos os combinados e, nas seguintes, aproveitarem todas as definições prévias (formação das equipes, definição dos sistemas de pontuação e de disputa) para realizar os jogos com tempos ampliados. Para a mediação do jogo, copiem no caderno uma planilha ou súmula com campos, como a do exemplo, para registrar suas informações básicas.

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

Durante os três tempos do jogo

Por fim, chegou o momento de jogar. Retomando a metodologia do *Fútbol Callejero*, vocês devem se orientar pelos princípios definidos para cada um dos três tempos.

Primeiro tempo. Iniciar com uma roda de conversa na qual os participantes das equipes definirão quais regras serão adotadas no jogo. Todos têm o direito de propor regras e cada uma delas deve ser apreciada pelo restante da turma, que pode problematizá-la indicando motivos para sua aceitação ou rejeição. Caso haja consenso, o mediador vai anotá-la na súmula; caso seja rejeitada, ele não fará o registro. Se as opiniões ficarem divididas, o mediador coloca a regra em votação, valendo a vontade da maioria.

Segundo tempo. As equipes participarão de um jogo, procurando seguir todas as regras que foram acordadas no primeiro tempo, sem interferência de arbitragem. Todas as polêmicas sobre lances duvidosos precisam ser discutidas e decididas pelos participantes do jogo.

Terceiro tempo. Todos se reúnem em uma nova roda de conversa para discutir como foi a experiência do jogo, considerando os pilares respeito, cooperação e solidariedade. O mediador vai conduzir essa discussão. As equipes avaliarão se merecem pontos em cada um dos três pilares. Após debater e pontuar os pilares, o mediador faz a soma dos pontos e informa o vencedor da partida, que é celebrado por todos com uma salva de palmas.

Incentive os estudantes a pensar nas diferenças entre as experiências, considerando a importância de estabelecer rotinas ou regras que coloquem em destaque as responsabilidades compartilhadas. Espera-se que destaquem, no *Fútbol Callejero*, a noção de direitos e deveres.

Roda de conversa

Após o término das partidas, discutam as questões a seguir.

- Comparem os jogos de futebol vivenciados nas duas ocorrências da seção **Bora pra quadra?**, uma no início do capítulo e a outra na vivência proposta conforme a metodologia do *Fútbol Callejero*.
- Como foi a experiência de formulação coletiva das regras do jogo?
- Como foi a experiência de jogar com as regras criadas coletivamente?
- Como foi a experiência de discutir as atitudes no jogo com base nos pilares respeito, cooperação e solidariedade?
- Como foi jogar sem arbitragem?
- Como foi a experiência de jogar com equipes mistas (meninos e meninas juntos)?
- Como foi a experiência de definir o vencedor da partida considerando os pilares respeito, cooperação e solidariedade se sobrepondo ao placar do segundo tempo?
- Como cada um avalia a expressão de seus direitos e deveres no desenvolvimento dessa vivência?

Dica de professor

É importante que, para propor ou criticar uma regra, seja pedida a palavra (erguendo a mão, por exemplo), respeitando a ordem/sequência de solicitação de fala. Outro ponto importante é que só se discute uma nova proposição de regra após a definição da anterior. Ao final, o mediador faz a leitura das regras que foram acordadas pelas equipes.

Segundo tempo. Nessa etapa, o mediador não interfere no jogo; apenas faz anotações que julgar pertinentes problematizar no terceiro tempo. Por exemplo, se um dos jogadores não recebe a bola durante toda a partida e se sente visivelmente frustrado com isso, no momento de discutir a pontuação referente ao pilar cooperação, o mediador pode perguntar como essa pessoa se sentiu e se a equipe acha que cooperou com ela (caso nenhum jogador tenha feito menção anterior à situação).

Terceiro tempo. Na mediação dos pilares, é possível que não haja consenso em relação a uma das equipes ter cumprido ou não seus requisitos. Nesses casos, pode ser preciso fazer uma votação com os membros de todas as equipes para que essa decisão seja tomada. Sempre é importante chamar a atenção dos estudantes para o fato de que o que está em jogo não é o resultado esportivo, mas, sim, a apropriação de valores, o exercício de argumentação e escuta e a compreensão das dimensões dos direitos e deveres deles como jogadores, que podem ser extrapolados para o exercício da cidadania.

Procure ressaltar a importância de todos terem seus direitos de fala respeitados, tanto na construção das regras como na mediação do terceiro tempo. Todos têm o direito de indicar regras, de não concordar com as propostas e de se manifestar em relação à discordância. Sobre os deveres, lembre-os da importância de cumprir os combinados, de respeitar a fala dos colegas e de agir com base nos pilares respeito, cooperação e solidariedade.

Biblioteca cultural

Biblioteca cultural. O vídeo tem a duração de pouco mais de cinco minutos e pode ser exibido ou indicado para a turma. Com base nele, os estudantes podem escrever uma comparação entre as experiências que vivenciaram jogando o *Fútbol Callejero* nas aulas com as experiências relatadas pelos jovens participantes do Mundial de Futebol de Rua.

O vídeo *Mundial de futebol de rua: atletas da periferia de 20 países se encontram em São Paulo* retrata as experiências de jovens do mundo todo que estiveram em São Paulo, em 2014, para participar do Mundial de Futebol de Rua. Você pode encontrá-lo buscando-o pelo nome em plataformas de vídeo.



OPERA MUNDI

Cena do vídeo *Mundial de futebol de rua: atletas da periferia de 20 países se encontram em São Paulo.*

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

Auxilie os estudantes na reflexão sobre a possibilidade de transposição dos princípios basilares do *Fútbol Callejero* para outras práticas, considerando a construção coletiva das regras, o fato de ser autogestionado, misto da perspectiva de gênero, com pontuação baseada em pilares de valores, e sobre como essas características tornam os jogos antipatriarcais e anticolonialistas.

Bate-papo de respeito

Maurício Mendes Belmonte é professor de Educação Física e doutor em Educação pela Universidade Federal de São Carlos e escreveu sua tese de doutorado sobre o *Fútbol Callejero*.



ACERVO PESSOAL

Maurício Mendes Belmonte. São Paulo, 2023.

> O *Fútbol Callejero* [...] emerge originalmente de um projeto de Educação Popular promovendo uma educação emancipadora para jovens moradores em periferias empobrecidas. [...] é Antipatriarcal, pois enquanto uma normativa de sua metodologia o *Fútbol Callejero* possui a prerrogativa de formação de equipes compostas por meninos e meninas, ou homens e mulheres. [...] é Anticolonialista, uma vez que, ao estabelecer interfaces entre a Educação Popular com um localismo globalizado (o jogo de futebol), o fez desde uma relação de alteridade e horizontalidade, em lugar de subalternidade.

BELMONTE, Maurício Mendes. **Fútbol Callejero**: processos educativos decorrentes de uma motricidade emergente. 2019. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2019. p. 184-185.

Com base na fala de Maurício Mendes Belmonte, reflita e discuta com seus colegas sobre as possibilidades de o *Fútbol Callejero* inspirar experiências antipatriarcais e anticolonialistas também em suas aulas de Educação Física e em outros momentos de práticas de jogos com bola da turma.

E SE A GENTE... ORGANIZASSE OS JOGOS INTERCLASSES *CALLEJEROS*?

Realize uma assembleia com os estudantes, para avaliarem como são organizadas as competições esportivas internas da escola e analisarem a possibilidade de realizar um evento no qual a ênfase esteja nos princípios orientadores da metodologia *Callejera* e não na competição em si. Nessa atividade são desenvolvidas as habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501 e EM13LGG502 da BNCC.

Nesta seção, vocês realizarão um evento entre turmas da escola adotando como base a metodologia *Callejera*, ou seja, a lógica do *Fútbol Callejero* aplicada a qualquer outra modalidade esportiva ou prática corporal.

Momento de preparar

1. Com o auxílio do professor, avaliem quais são as competições esportivas internas realizadas pela escola e a possibilidade de adequar uma delas à metodologia *Callejera*. Vocês também podem criar uma específica nesse formato.
2. Analisem quais poderiam ser as turmas convidadas para o evento.
3. Escolham a(s) modalidade(s) esportiva(s) que será(ão) disputada(s) nos Jogos Interclasses *Callejeros*.
4. Estabeleçam os critérios que serão adotados para a formação das equipes participantes. Algumas possibilidades são: definir o número de meninos e meninas por equipe; deixar os interessados se organizarem em equipes livremente; definir os integrantes das equipes contemplando diferentes anos de ensino.
5. Combinem como será realizada a mediação dos jogos. Uma possibilidade interessante é delegar a mediação aos estudantes da turma (individualmente, em duplas etc.) que já se familiarizaram com a metodologia.
6. Decidam qual será a duração dos tempos de jogo e a pontuação a ser atribuída para o placar do segundo tempo e a cada pilar do terceiro tempo.

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

10. Procure auxiliar os estudantes na condução do processo, mas, na medida do possível, deixe que eles tomem as decisões e executem todas as ações necessárias. Sobre a lógica do sistema de disputas, alerte-os sobre a importância de não se apoiarem em parâmetros de comparação, seleção e eliminação das equipes.

7. Definam o cronograma do evento e reservem o espaço (quadra e/ou outros espaços) no qual será realizado.

8. Divulguem o evento na escola, destacando que seguirão a lógica da metodologia do *Fútbol Callejero*, apresentando à comunidade essa prática social e os aspectos que a diferenciam do futebol convencional.

9. Realizem as inscrições das equipes.

10. Estipulem o sistema de disputa, considerando que o foco da metodologia *Callejera* não está na competição, mas, sim, no diálogo, na argumentação e na mediação.

11. Divulguem o cronograma dos jogos.

11. Dependendo dos espaços disponíveis, auxilie os estudantes a realizar os jogos paralelamente em diferentes locais da escola. Compartilhe com eles também a possibilidade de sobrepor tempos de diferentes jogos, realizando o primeiro e/ou o terceiro tempo de um jogo do lado de fora da quadra enquanto o segundo tempo de outro jogo estiver ocorrendo nesse espaço.

Procure incentivar a turma a pesquisar experiências de Educação Popular em diferentes âmbitos, como em saúde, meio ambiente, educação (de jovens e adultos, quilombolas, indígenas, pessoas do campo etc.), esporte e outros. É importante considerar que, no cerne da concepção de Educação Popular, encontra-se o compromisso com a justiça social por meio da conscientização política, e que o educador popular que atua de forma comunitária tanto pode ser um educador com formação acadêmica, como uma liderança ou referência comunitária. Para subsidiar sua mediação, seguem dois textos de apoio.

ROMÃO, José Eustáquio. Educador popular. *In*: OLIVEIRA, D. A.; DUARTE, A. M. C.; VIEIRA, L. M. F. *Dicionário*: trabalho, profissão e condição docente. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais/Faculdade de Educação, 2010.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues; VASCONCELOS, Valéria Oliveira de. Entre as origens e o agora: memórias e trajetos da Educação Popular. *Reflexão e Ação*, Santa Cruz do Sul, v. 29, n. 2, p. 10-24, maio/ago. 2021.

Momento de realizar

1. Organizem uma abertura, apresentando a todos os participantes os princípios básicos da metodologia *Callejera*.

2. Desenvolvam os jogos conforme acordado na preparação.

Momento de avaliar

Ao final do evento, realizem uma grande roda com todos os participantes para avaliar como foi praticar um esporte na perspectiva da metodologia do *Fútbol Callejero* e como se manifestam os direitos e os deveres de cada um e da coletividade em experiências desse tipo.

Nessa avaliação final, retome questões que foram propostas para a turma na roda de conversa do *Fútbol Callejero* para que, agora, possa ser feita uma reflexão pautada principalmente pela importância do estabelecimento de diretrizes que permitam um espaço democrático, no qual os direitos e deveres sejam respeitados e valorizados.

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

TRABALHO E JUVENTUDES

Na introdução da seção **Leitura**, foi informado que o *Fútbol Callejero* nasceu de um projeto de Educação Popular na Argentina e, em seguida, um boxe apresenta uma breve definição de Educação Popular como ações voltadas para a transformação social com vistas a uma sociedade mais justa. Nos dois "Bate-papo de respeito", você conheceu Vandrigo Lugarezi Magalhães e Maurício Mendes Belmonte, e cabe acrescentar que ambos desenvolveram ou desenvolvem ações com a Educação Popular.



DOUGLAS MANSUR

Mundial de Futebol de Rua, no Largo da Batata. São Paulo, 2014.

Você conhece alguma pessoa ou algum projeto que se dedique à Educação Popular?

Junte-se a dois colegas de turma e pesquisem alguma ação de Educação Popular, procurando levantar informações sobre as ações que são desenvolvidas, o público participante, as pessoas responsáveis pelas ações e outras informações que considerem relevantes.

Após a realização da pesquisa, compartilhem com a turma os resultados encontrados em uma roda de conversa e discutam as experiências acessadas. Por fim, procurem refletir sobre a importância da profissão de educador ou professor na sociedade contemporânea, analisando criticamente o descompasso entre a relevância dos professores para a formação de profissionais de todas as áreas e o (des)prestígio vivido pelos profissionais da educação atualmente, evidenciado pela queda na procura pelos cursos superiores de licenciatura.

Recado final

O fenômeno esportivo tem como uma de suas principais características a competição. Neste capítulo, você conheceu uma outra forma de vivenciar o esporte. Por meio da metodologia do *Fútbol Callejero*, a competição não é esquecida, mas colocada em perspectiva, perdendo o protagonismo para outros aspectos, como o diálogo, os valores morais, a igualdade de gênero e a mediação de conflitos. Os processos de construir coletivamente as regras, monitorar seu cumprimento e avaliar atitudes evidenciam a importância de operar dentro do binômio direitos e deveres para o estabelecimento de relações pautadas no bem comum. Tratou-se aqui do *Fútbol Callejero* com a sinalização da adoção dessa metodologia em outros esportes e práticas corporais, mas sua matriz pode ser extrapolada para todos os níveis de relação, dentro e fora da escola.

Capítulo 22

GINÁSTICA PARA TODOS: A ARTE DE EXPLORAR

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

A **ginástica para todos (GPT)** é uma modalidade não competitiva que reúne diversas interpretações da ginástica, propondo um trabalho com a expressão, a criatividade, a exploração de diversos materiais e a apresentação em festivais. Trata-se de uma prática inclusiva, pois estimula a participação de diferentes grupos, como crianças, adultos, idosos, pessoas com deficiência, entre outros.



GRUPO GINÁSTICO UNICAMP

Apresentação de GPT com o Grupo Ginástico Unicamp, em Vaduz, Liechtenstein, 2019.

Fundamentos gímnicos: elementos que caracterizam principalmente as modalidades competitivas, como saltos, giros, rolamentos, paradas de mão, entre outros.

Você já conhece a ginástica para todos? Ela será abordada neste capítulo como uma modalidade de demonstração, ou seja, em que o enfoque não é o competitivo. A GPT trabalha com **fundamentos gímnicos**, rítmicos e cênicos, além de estimular a exploração de diversos materiais em grupo. Assim, essa modalidade oferece novos caminhos para a cultura corporal de movimento no contexto escolar, favorecendo a interação social, a afetividade e a confiança entre os praticantes. E são várias as possibilidades de diálogo com Arte que a GPT pode proporcionar.

Vamos conhecer um pouco mais sobre essa modalidade de ginástica?

OBJETO DIGITAL Infográfico clicável: Ginástica artística

Leitura

A reportagem a seguir, sobre um projeto de ginástica em Pernambuco, apresenta as principais características da GPT. Procure destacar esses elementos para os estudantes em uma roda de conversa ou listando-os na lousa.

Texto 1

Projeto de Ginástica Geral em Petrolina desenvolve e difunde a modalidade

O nome ainda causa confusão, como é desenvolvida a atividade também, mas a ginástica para todos, antiga ginástica geral, ganha mais adeptos em Petrolina através do trabalho desenvolvido há um ano por um grupo de alunos, bolsistas, e pela professora Natália Goulart do Colegiado de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco.

Com a proposta de promover o lazer saudável, e com isso o bem-estar físico, psíquico e social, a ginástica para todos – GPT preza pelo respeito ao indivíduo, já que ela não impede que qualquer pessoa, independentemente da idade, sexo ou capacidade física, pratique o esporte. A modalidade é reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica e utiliza os princípios de ginásticas como rítmica, artística, acrobática, além de dança e folclore.

— Quando colocamos ginástica aqui no Colegiado de Educação Física da Univasf, muitas pessoas pensaram que era ginástica de academia, mas aí a gente tem que explicar que aqui a gente trabalha a modalidade da Federação Internacional de

Neste capítulo, promoveremos alguns diálogos com Arte com base na ginástica para todos (GPT), portanto, trata-se de uma oportunidade para trabalhar em conjunto com o professor dessa disciplina. Os fundamentos dessa modalidade gímnica se unem à exploração de materiais e à construção de coreografias para proporcionar fruição estética, tanto a quem assiste quanto a quem a experimenta. Seguindo as orientações da BNCC para o Ensino Médio, procuraremos contemplar as capacidades expressivas, valorizando as vivências corporais e a criatividade no processo de aprendizagem. Para tanto, serão desenvolvidas, principalmente, as habilidades EM13LGG201, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG601, da BNCC.

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

Biblioteca do professor. Indicamos a leitura do livro *Ginástica para todos: um encontro com a coletividade*, organizado por Marco Antônio Coelho Bortoleto e Elizabeth Paoliello (Campinas: Editora da Unicamp, 2017). Nesse material, as experiências e as reflexões sobre a modalidade podem ajudá-lo a compreendê-la e a planejar suas aulas sobre o tema.

Ginástica e, claro, com o viés de saúde, melhoria de capacidade física e motora — explica a professora.

No Sertão, Natália foi a responsável por apresentar a GPT aos estudantes de Educação Física e à comunidade local. A ex-atleta de ginástica rítmica conheceu a ginástica para todos no ano passado ao participar de um fórum da modalidade em São Paulo. Na volta para Petrolina apresentou a ideia de formar o grupo para o colegiado da universidade.

— Voltei desse fórum no ano passado apaixonada pela GPT, porque até então eu só tinha experiência com ginástica artística e rítmica. Voltei pra cá e, por coincidência ou não, na mesma semana alguns estudantes vieram falar comigo "Professora, nós queremos fazer ginástica", e eu respondi "Então vamos abrir um espaço para trabalhar com ginástica para todos" — relembra Natália.

O projeto começou com quatro pessoas, mas hoje conta com uma turma de adultos que tem aulas durante a semana, e mais três de crianças de 5 a 17 anos que fazem as aulas aos sábados. Como as turmas são heterogêneas, o trabalho é de acordo com as possibilidades do corpo de cada participante. Flexibilidade, movimentos com materiais oficiais (bola, massa, fita e arco) e não oficiais, exercícios de fortalecimento e até dança e teatro são reunidos para que uma composição coreográfica aconteça e possa ser apresentada. [...]

PROJETO de Ginástica Geral em Petrolina desenvolve e difunde a modalidade. **Globo Esporte**, Petrolina, 23 nov. 2015.

Até 2007, a ginástica para todos era conhecida apenas por ginástica geral (GG). A partir desse ano, a Federação Internacional de Ginástica decidiu eleger outro termo, para ajudar a difundir a modalidade, que não fosse tão generalista e traduzisse melhor seus significados. Foi adotada, então, a nomenclatura *ginástica para todos*, que veio reforçar a ideia de que se trata de uma prática direcionada a todas as pessoas, sem caráter competitivo. Com isso, toda a exigência técnica típica das competições de ginástica artística ou rítmica, por exemplo, não se enquadra nessa modalidade. Apesar da mudança de nomenclatura, você ainda pode encontrar ambas as designações no universo da ginástica. Caso isso ocorra, lembre-se de que se trata da mesma modalidade.

Principais características da GPT

A GPT é uma mistura de todos os tipos de ginástica; portanto, não tem regras rígidas. Assim, estabelece um amplo universo de possibilidades para a prática da ginástica, já que não há limites em relação a idade, gênero, quantidade de praticantes, condição física ou técnica de quem a pratica, tipo de material, música ou vestuário.

Os festivais são sua principal forma de manifestação, vinculando-a a uma ideia de espetáculo com cunho artístico. É neles que todo trabalho produzido é apresentado, como forma de socialização e apreciação.

Fala aí! Procure refletir sobre como as práticas corporais no contexto do alto rendimento podem não se adequar a todos, afinal, são necessários treinos rígidos, dietas específicas e desempenho profissional. No entanto, em espaço escolar, as práticas corporais precisam ser adaptadas de modo que todos possam usufruir de suas possibilidades de aprendizagem. Traga exemplos de sua realidade. Destacamos alguns, como a redução da altura da rede no voleibol; a mudança no número de jogadores por equipes em diferentes modalidades; meninos e meninas jogando juntos; entre outros. Em relação às questões de acessibilidade da escola e do bairro, promova um passeio por esses espaços com os estudantes e, juntos, avaliem e planejem estratégias que possam ser colocadas em prática no espaço comunitário.

Investigue

Você sabe o que é Gymnaestrada? Que tal pesquisar do que se trata e enriquecer seus conhecimentos acerca da ginástica para todos?

Estratégia: Além de fontes de pesquisa que apresentem o conceito, procure imagens e vídeos.

Fala aí!

Pensando na denominação da GPT, será que podemos dizer que as demais práticas corporais também são para todos? Como poderíamos garantir que elas fossem mais acessíveis? Olhe ao seu redor: a escola é para todos? E seu bairro? Quais adaptações seriam necessárias para que todos pudessem usufruir desses espaços?

Estratégia: Pense no conceito de inclusão de modo geral, isto é, além de considerar aspectos relativos a pessoas com deficiência, traga para o debate diferenças de habilidades, de gênero, de etnia, de composição corporal, entre outras.

Texto 2

Investigue. Gymnaestrada é o maior festival de ginástica não competitiva do mundo, reconhecido formalmente pela Federação Internacional de Ginástica. O evento acontece desde 1953 e tem como objetivo promover o encontro de diversos grupos de GPT de todo o mundo, possibilitando apresentações e trocas de experiências sobre a modalidade. Você pode conferir essas apresentações no *site* oficial da *Gymnaestrada* ou buscar pelo nome do evento em plataformas de vídeo.

Treino, refeição, estudo, tratamento e mais treino: a vida dos ginastas no CT

[...] um dia da rotina dos atletas que se preparam para os Jogos: "Vai ser cansativo? Vai ter pressão? Vai. Mas a gente quer um bom resultado"

O despertador toca por volta de 6h10, 6h15 de segunda a sábado. Com vontade. Se umas ainda se permitem uns minutinhos a mais na cama, outras já estão prontamente de pé. Todas precisam estar na mesa de café da manhã às 6h40 em ponto, para não comprometer o ritmo da extensa agenda. O caminho até a Arena da Barra é curto e feito num carro onde cabem uma das treinadoras e seis moradoras de um dos apartamentos alugados pelo Comitê Olímpico do Brasil (COB). Em

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

1. c. Sim. Alguns estudantes comunicaram a Natália seu desejo de fazer ginástica e, embora não tenham solicitado a GPT, abriram caminho para essa oferta.
2. A GPT é uma modalidade não competitiva, enquanto a ginástica artística é uma das manifestações gímnicas mais conhecidas do universo de competição. De modo geral, podemos dizer que a GPT preza o potencial do indivíduo que a pratica a fim de promover a integração social, a afetividade e a criatividade. O festival é uma

Brasil (COB). Em pouco mais de cinco minutos, já estão na porta do novo CT para encarar a "temida" pesagem diária. Enquanto sobem na balança, o russo Alexander Alexandrov já espera por elas no ginásio, onde as atividades são iniciadas às 7h30. Dali em diante, a noção de tempo é perdida. No espaço sem janelas e climatizado, não se sabe se chove ou faz sol, se é dia ou já é noite. Nem mesmo o barulho dos caminhões, que passam na rua em frente em direção ao canteiro de obras do Parque Olímpico, é ouvido. A imersão na ginástica é total. Só saem daquele recinto por volta das 21h. Cansadas, sim, mas certas de que a recompensa virá nas Olimpíadas [...].

ROCHA, Danielle; VERÍSSIMO, Pedro. Treino, refeição, estudo, tratamento e mais treino: a vida dos ginastas no CT. **Globo Esporte**, Rio de Janeiro, 14 mar. 2015.

de suas principais formas de expressão, pois é nele que os participantes socializam o que foi produzido, por meio de uma coreografia. Já a ginástica artística supõe rotinas rigorosas de treinamento, rigidez técnica e disciplina, pois faz parte do contexto das grandes competições, como os Jogos Olímpicos.

É lógico!

Para diferenciar a ginástica para todos da ginástica artística, você precisou identificar dados relevantes para a caracterização de cada uma dessas modalidades. Depois, precisou encontrar as diferenças entre elas. Está em jogo a habilidade de abstração.

Por dentro dos textos

1. **O texto 1 menciona que, segundo a professora Natália Goulart, houve um mal-entendido relacionado ao uso do termo *ginástica* quando iniciou o projeto de ginástica para todos em Petrolina.** **1. a.** A expectativa de uma ginástica voltada à saúde, à modelagem do corpo, ao desenvolvimento das capacidades motoras etc.
   a. Muitas pessoas procuraram o projeto imaginando que encontrariam "ginástica de academia". Qual expectativa está pressuposta nessa descrição?
   1. b. Foi proposto com o objetivo de promover saúde e bem-estar físico, psíquico e social.
   b. Com quais objetivos o programa de ginástica para todos foi proposto aos estudantes de Educação Física e à comunidade local no Sertão?
   c. Segundo o texto, havia demanda desse tipo de prática na região? Explique sua resposta.
2. **Com base nas informações do texto 2, diferencie *ginástica para todos* da ginástica competitiva, representada no texto pela *ginástica artística* (em contexto de alto rendimento).**
3. **Com base no texto 2, como você avalia a rotina de um atleta da ginástica de alto rendimento? Seria possível buscar esse nível em contexto escolar?**

3. Espera-se que os estudantes reflitam sobre a intensidade do trabalho dos atletas, compreendendo que, para alcançar um bom resultado em uma competição, são necessárias muita dedicação e disciplina. No espaço escolar, o objetivo não é esse, mas sim conhecer diferentes práticas corporais para delas usufruir para saúde, lazer e socialização.

Biblioteca cultural

Sobre a modalidade, o Grupo Ginástico Unicamp (GGU) tem um *site*, com fotos, agenda, notícias e redes sociais. Que tal conferir e conhecer um pouco mais sobre a GPT?

Buscar em meio digital pelo nome ou pela sigla do grupo e assistir um vídeo de uma apresentação, atentando à coreografia e aos elementos usados para compô-la.

Biblioteca cultural. Converse com os estudantes sobre as características da GPT identificadas nos vídeos e indique os elementos artísticos envolvidos na construção da coreografia (efeitos plásticos, música utilizada, ocupação dos espaços, limites dos movimentos, entre outros) e na própria apreciação do que foi produzido.

BORA PRA QUADRA? Coreografias

Atividade 1 – Brincando de explorar

O objetivo desta atividade é que a turma toda explore uma habilidade a partir de um material, analisando suas potencialidades na construção de uma coreografia de GPT. Para tanto, procurem experimentar diversas possibilidades do objeto ofertado pelo professor ou escolhido coletivamente por vocês. Seguem algumas sugestões do que podem fazer.

- Lançar: para si mesmo, para o colega (de forma simultânea ou alternada), com uma mão, com as duas, com os pés.
- Rolar: no chão, nos braços (em um de cada vez e, depois, nos dois), nas pernas, nas costas, na barriga.
- Quicar: no chão, na parede, usando partes diferentes do corpo além das mãos, como as pernas e os pés.
- Equilibrar: no chão, nas mãos, nos pés, nos braços, na cabeça, no queixo, nos ombros, de forma individual ou em dupla.
- Chutar: explorando diferentes partes dos pés e em várias direções, acertando alvos, para os colegas (de modo simultâneo ou alternado), trocando de pés.
- Girar: no solo e em diferentes partes corporais, e no ar, sobre os colegas.

Atividade 1. Escolha previamente o material a ser explorado com os estudantes. Se estiver trabalhando o conteúdo com mais de uma turma, selecione materiais diferentes para cada uma delas para dar maior diversidade ao evento proposto na **atividade 4**. Essa decisão pode ser tomada em conjunto com os estudantes, considerando a disponibilidade do material na escola. Sugerimos a bola (de várias modalidades esportivas), pois é um material mais fácil de ser encontrado. No entanto, podem ser escolhidos objetos como garrafas PET, cordas, baldes, cabos de vassoura, pedaços de tecidos, TNT, entre outros. Indicamos, nesta atividade, a exploração do material por meio de algumas possibilidades (lançar, chutar, equilibrar, quicar, entre outras). No entanto, elas precisam ser avaliadas e adaptadas de acordo com o que o material escolhido permite. Nesta atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG301 e EM13LGG503 da BNCC.

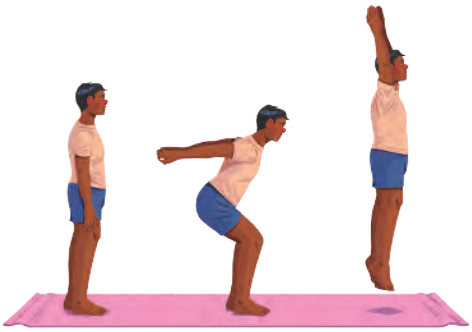
Bora pra quadra? É importante que os estudantes vejam alguns vídeos da modalidade antes de vivenciar as atividades propostas nesta seção.

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

Atividade 2 – Juntando elementos gímnicos

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Experimentem associar os movimentos de exploração do material feitos na **atividade 1** com alguns fundamentos gímnicos apresentados a seguir. Prestem atenção às orientações do professor durante a execução para que a ginástica seja vivenciada de maneira segura. Vocês podem experimentar o movimento sem o material e depois pensar em como incluí-lo nele, de forma individual ou em composição acrobática.



Salto estendido.

Salto estendido: flexionar os joelhos e projetar o corpo para cima, de forma alongada.



Salto afastado.

Salto afastado: flexionar os joelhos para impulsionar o salto; depois, projetar o corpo para cima, afastando as pernas para as laterais e tocando as pontas dos pés com as mãos; voltar os pés ao chão.



Salto grupado.

Salto grupado: flexionar os joelhos para impulsionar o salto; depois, projetar o corpo para cima, aproximando os joelhos do tronco.



Avião.

Avião: equilibrar-se em uma das pernas, projetando a outra para trás, alinhada com o tronco à frente.



Vela.

Vela: deitado com a barriga para cima, impulsionar as pernas para o alto, apoiando as mãos no quadril e os cotovelos no chão, para sustentar a posição. Quando estiver equilibrado, tentar retirar as mãos do quadril, apoiando-as sobre o solo.



Ponte.

Ponte: deitado com a barriga para cima, flexionar os joelhos, apoiar as mãos e os pés no solo e projetar o quadril para cima.

Ilustrações elaboradas com base em: NUNOMURA, M. (org). **Fundamentos das ginásticas**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura Editora, 2016.

Atividade 2. O objetivo desta atividade é unir a exploração do material escolhido na **atividade 1** com os fundamentos da ginástica. Para isso, selecione alguns desses fundamentos, considerando as experiências que os estudantes já têm. As imagens vão auxiliá-los quanto ao que deve ser feito. Pergunte aos estudantes onde o material escolhido poderia ser empregado de acordo com o movimento. Não se esqueça de, antes, promover um aquecimento e um alongamento de qualidade. Oriente com atenção cada um dos exercícios, para que os estudantes se mantenham seguros. Prepare o espaço: colchonetes ou tatames são muito importantes; na ausência deles, é possível trabalhar em gramados e/ou em quadras de areia, que têm maior capacidade de absorção de impacto. Outra dica é priorizar fundamentos que não exijam tantas preocupações com o solo, como alguns saltos básicos, avião, giros, roda, entre outros. Nesta atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG301, EM13LGG501 e EM13LGG503.

Dica de professor

Enquanto estiverem explorando uma habilidade a partir de um material, procurem pensar no resultado visual de um movimento realizado em conjunto. Às vezes, um gesto simples, como lançar uma bola para o alto, quando realizado por todos e ao mesmo tempo, gera um belo efeito na coreografia. Para ter essa dimensão, vocês podem contar tanto com a observação do professor quanto com filmagens feitas por meio de celulares. Que tal experimentar?

Dica de professor

Fazer um bom alongamento, além de aquecer os principais grupos musculares antes de iniciar a prática, é fundamental para conseguir realizar os movimentos com mais qualidade e segurança. Além disso, o trabalho com os fundamentos gímnicos e com as acrobacias requer muito cuidado e respeito com seu próprio corpo e com o corpo do colega. Por isso, fique atento a todas as orientações do professor para evitar acidentes.

Procure desenvolver os fundamentos ginásticos e as posturas acrobáticas descalço e sem meias, pois isso aumenta a aderência dos pés sobre o tatame, ou mesmo sobre o corpo dos colegas, quando estiver realizando algum apoio.

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Biblioteca do professor. O livro *Fundamentos das ginásticas*, organizado por Myriam Nunomura (São Paulo: Fontoura, 2016), traz uma base importante para auxiliar na aprendizagem e na execução das técnicas e dos fundamentos de algumas modalidades ginásticas, inclusive da GPT e da ginástica acrobática. Há também indicações sobre segurança, principais "pegas", sequências metodológicas de aprendizagem, entre outras informações. Veja mais indicações de leitura sobre. o estudo dos movimentos acrobáticos no **Suplemento para o professor**.

Roda (popularmente conhecida como "estrela")**:** flexionar o tronco à frente, apoiando as mãos no solo (uma, depois a outra) enquanto alonga as pernas no ar. Finalizar com as pernas voltando ao solo (uma, depois a outra) e o corpo alongado. Observe, na imagem, que a roda termina com o corpo de frente, para o lado contrário da posição inicial.



Roda.

Sobre a experimentação das posturas acrobáticas a seguir, não se esqueça de reforçar a importância de cada estudante respeitar o próprio corpo e o dos colegas, tendo em vista que as atividades exigem muito contato, confiança e cuidado contínuo com a segurança. Cada posição acrobática exigirá estudo sobre as "pegas" ou pontos seguros de apoio no corpo do colega. Dessa forma, indicamos que estude previamente cada posição que pretende utilizar na aula e explique cada uma delas.

Rolamento para a frente: projetar o corpo em direção ao colchonete, com o queixo encostado no peito (que será a proteção da cabeça). Role apoiando as costas e as mãos no colchonete. **Atenção:** por uma questão de segurança, **não** apoie a cabeça no chão.



Rolamento para a frente.

Rolamento para trás: agachar-se próximo ao colchonete e encostar o queixo no peito. O queixo deve permanecer nessa posição até a finalização do movimento. Virar as palmas das mãos para cima e depois impulsionar as costas para trás. Apoiar as mãos no chão para completar o movimento e finalizar em pé.



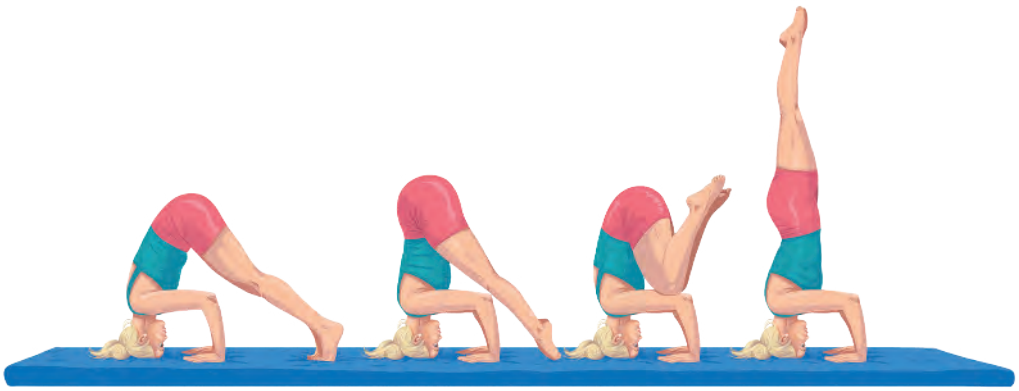
Rolamento para trás.

Ilustrações elaboradas com base em: NUNOMURA, M. (org). **Fundamentos das ginásticas**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura Editora, 2016.

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Parada de cabeça: apoiar as mãos e a cabeça no colchonete formando a figura de um triângulo. Lentamente, impulsionar o corpo para a frente e para cima, buscando apoiar os joelhos nos cotovelos. Quando estiver em equilíbrio, estender as pernas para o alto.



Parada de cabeça.

Experimente também algumas posturas acrobáticas. Para a realização de cada uma delas, o acompanhamento do professor é fundamental, tendo em vista que são necessários diversos cuidados que garantam sua segurança e a dos colegas. Inicie com posturas em duplas e depois vá aumentando o número de participantes (trios, quartetos e outros).

É imprescindível executar essas atividades em superfícies com colchonetes ou tatames e ficar atento ao se apoiar no colega – não se apoie, por exemplo, na coluna, mas nos quadris ou ombros dos colegas que estiverem nos quatro apoios.



1



2



3



4



5



6



7



8



9

Ilustrações elaboradas com base em: NUNOMURA, M. (org). **Fundamentos das ginásticas**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura Editora, 2016.

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

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA



10



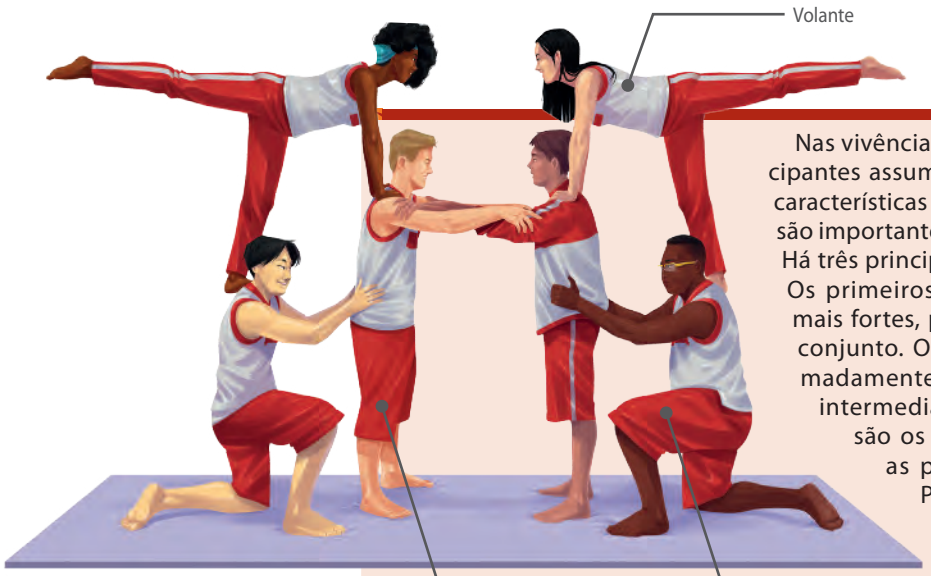
11



12



13



Lugar dos participantes.

Nas vivências acrobáticas, em geral, os participantes assumem o lugar que atende às suas características físicas. Por isso, todos os biotipos são importantes para a realização das posturas. Há três principais: base, intermédio e volante. Os primeiros geralmente são os maiores e mais fortes, pois ficam na parte de baixo do conjunto. Os segundos se colocam aproximadamente no meio, realizando posições intermediárias. Por fim, os volantes, que são os mais leves e menores, ocupam as partes mais altas do conjunto. Perceba que, nas acrobacias, as posturas envolvem diferentes exigências físicas.

Ilustrações elaboradas com base em: NUNOMURA, M. (org). **Fundamentos das ginásticas**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura Editora, 2016.

Atividade 3 – "Ginasticando" com Arte

Diferencie com os estudantes as posições de base, intermédio e volante, reforçando como todos os biotipos são importantes e essenciais em qualquer postura acrobática. Essas distinções procuram dar maior segurança e estabilidade ao conjunto.

A atividade será feita em grupos. Cada grupo deve construir uma pequena coreografia. O professor indicará como utilizar a contagem de pulsos na música selecionada pela turma a fim de criar uma coreografia sincronizada. Incluam uma pose inicial e uma final na coreografia. Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Utilizem as experiências acumuladas nas atividades anteriores para embasar o trabalho coreográfico. O professor de Arte poderá participar desse momento de criação e trabalho coletivo, auxiliando-os. Ao final, todos os grupos devem apresentar suas composições.

É lógico!

As atividades **1** a **3** podem ser vistas como a decomposição de um problema em partes menores. Na atividade **4**, você vai aproveitar as soluções encontradas para construir a solução de um problema mais complexo: a elaboração de uma coreografia coletiva.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

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

Atividade 4 – Vamos fazer uma coreografia da turma?

Esse é o momento de unir as produções dos grupos e elaborar uma composição coletiva. Com o auxílio do professor, unifiquem as produções da atividade anterior, eliminando movimentos parecidos ou fazendo releituras. Vocês terão que transformar os desenhos coreográficos previstos para poucos estudantes de modo a poder executá-los em um grupo maior. Aproveitem esse novo contexto e explorem possibilidades que estavam mais restritas nos pequenos grupos.

Depois que a coreografia estiver pronta, verifiquem com o professor a possibilidade de apresentá-la durante o intervalo para que toda a escola possa apreciar o trabalho artístico de vocês. Caso haja outras turmas envolvidas com a GPT, realizem um festival na escola e convidem a comunidade a assistir.

No momento de apresentar, pensem no figurino que podem utilizar, priorizando roupas leves e que permitam mobilidade.

Atividade 4. O objetivo desta atividade é elaborar uma coreografia de GPT de toda a turma unindo as produções dos pequenos grupos obtidas na atividade anterior. Alguns movimentos e desenhos coreográficos precisarão ser adaptados, uma vez que haverá aumento no número de estudantes. Auxilie a turma nessa transposição. Caso mais de uma turma esteja envolvida com esse conteúdo, promova um festival na escola para exibir as coreografias de cada uma delas. Se possível, continue o trabalho com o apoio do professor de Arte. Nesta atividade, os estudantes desenvolverão, principalmente, as habilidades EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG602.

Roda de conversa

Converse com o professor e os colegas sobre como foram as experiências com a GPT. Usem as questões norteadoras a seguir.

- Você já tinha experiência com os fundamentos básicos da ginástica (saltos, rolamentos, equilíbrios etc.)? Como foi esse momento?
- Você se sentiu desafiado durante as aulas?
- Sentiu medo ao realizar algum movimento?
- Qual é a importância do apoio dos colegas para a realização das atividades?
- O momento de composição coreográfica trouxe algo de diferente em relação a outras experiências que já teve?
- Gostaria de realizar novas atividades e composições da GPT?

A ginástica pode desafiar os estudantes com movimentos que eles não conheciam ou nunca tinham realizado. Assim, criar um ambiente seguro, proteger as superfícies e estar a todo tempo ressaltando essas condições é fundamental. Permita que eles conversem sobre isso e reflitam sobre o que podem melhorar em outras experiências. É muito importante que eles se sintam confortáveis para falar sobre medo, vergonha, insegurança, adrenalina, alegria e outros sentimentos que tenham tido no decorrer das atividades.

Fala aí!

Relacione as informações obtidas nas leituras no início do capítulo às experiências práticas durante as aulas. Quais elementos você conseguiria apontar como mais significativos da GPT? Quais diálogos com Arte você conseguiu identificar?

Estratégia: Que tal conversar previamente com o professor de Arte para ampliar seu repertório nessa atividade?

Fala aí! Espera-se que os estudantes consigam identificar as principais características da GPT com as vivências práticas, como a liberdade de criação, a socialização, o trabalho com expressividade, a exploração de materiais, as vivências com festivais, entre outras. Espera-se também que sejam capazes de relatar alguns diálogos com Arte, como o trabalho de palco e a produção de figurinos, além do próprio trabalho coreográfico.

Recado final

Esperamos que você tenha aproveitado a experiência com a GPT como uma possibilidade de dialogar com Arte, na medida em que envolve processos de criação, fruição e apresentação. Além disso, desejamos que as vivências tenham contribuído para o fortalecimento de um espaço que valorize não só o potencial individual, mas também os conhecimentos coletivos que surgem do trabalho expressivo, criativo, exploratórios e coreográfico da GPT.

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

Capítulo 23

ESPORTE ESPETÁCULO: MESMO JOGO, DIFERENTES EXPERIÊNCIAS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.



ACTION PLUS SPORTS IMAGES/ALAMY/FOTOARENA

Público assiste a uma partida de tênis do Torneio de Roland-Garros. Paris, França, 2024.

Neste capítulo, trataremos do processo de conversão do esporte em um espetáculo voltado para o mercado consumidor. Você certamente faz parte desse mercado, mesmo que de maneira não intencional, pois é praticamente impossível viver alheio ao esporte como produto na sociedade contemporânea. Então, que tal consumir o espetáculo esportivo de maneira crítica? A pergunta que trazemos para orientar a reflexão que percorrerá o capítulo é: a experiência de assistir ao esporte pela televisão ou por outro meio de comunicação pode substituir, de modo equivalente, a experiência presencial?

A proposta deste capítulo é problematizar as experiências de acesso e usufruto do esporte. O objetivo do itinerário didático proposto é levar os estudantes a questionar o senso comum, refletindo se a experiência de assistir a um espetáculo esportivo presencialmente e a de vê-lo transmitido por alguma mídia podem ser similares ou se equivaler. Para isso, eles deverão vivenciar diferentes papéis relacionados ao espetáculo esportivo – protagonistas (jogadores, técnicos, árbitros etc.), agentes dos veículos midiáticos (televisão, rádio e jornal) e espectadores (presenciais, ouvintes de rádio e telespectadores) – e analisar as distintas perspectivas proporcionadas por essa experiência. Para cumprir esse objetivo, são contempladas principalmente as habilidades EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG702 e EM13LGG703 da BNCC.

Leitura

O texto da **Leitura** trata do processo de espetacularização do esporte e, mais precisamente, de sua apropriação pela mídia, que transforma de maneira substancial as relações das pessoas com ele. O principal argumento desenvolvido pelo autor ao longo do texto é o de que a experiência que temos ao assistir ao esporte pela via midiática não pode ser tomada como equivalente àquela obtida presencialmente, pois é uma representação codificada do evento, produzida por terceiros. Aqui, são contempladas as habilidades EM13LGG101 e EM13LGG702. Recomendamos a leitura do artigo na íntegra.

O trecho a seguir trata do processo de apropriação do esporte pela mídia, que o transforma em um dos maiores espetáculos da sociedade moderna. Leia-o atentamente e procure identificar as distinções entre a experiência de frequentar os eventos esportivos presencialmente e a de vivenciá-los pelos meios de comunicação.

Uma arquibancada eletrônica: questões sobre futebol, mídia e sociabilidade no Brasil

O caráter "espetacular" do fenômeno esportivo parece estar presente desde suas origens mais remotas. A presença do "público" nas competições foi parte **inextricável** dos Jogos Olímpicos da Antiguidade, e mesmo competições rituais em sociedades ditas "primitivas", como a corrida de toras praticada entre grupos indígenas brasileiros [...]. Hoje em dia, é inconcebível pensar o universo do esporte espetáculo sem a sua apropriação midiática. Na **gênese histórica** do mundo contemporâneo, é interessante notar o surgimento quase **concomitante** do esporte moderno e dos meios de comunicação de massa, em fins do século XIX. Por exemplo, a primeira Olimpíada da era Moderna (1896) foi realizada no ano seguinte à primeira sessão pública de cinema (1895); a Copa do Mundo de 1938 **ensejou** a primeira transmissão de rádio intercontinental, enquanto a Copa de 1998 foi também a ocasião da primeira transmissão internacional de televisão de alta definição (HDTV). Esporte e mídia: dois filhos **diletos** da Modernidade.

[...]

A transmissão de um jogo de futebol pela televisão "mimetiza" esta experiência de estar no estádio com um radinho de pilha ao ouvido. As diferentes câmaras

Inextricável: que não se pode dissociar ou desembaraçar.

Gênese histórica: origem e desenvolvimento histórico.

Concomitante: simultâneo.

Ensejou: possibilitou, apresentou a oportunidade para.

Diletos: preferidos.

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

Caso algum estudante comente o uso, no texto, do verbo *assistir*, com sentido de "ver", como verbo transitivo direto, explique que essa é uma construção corrente no português brasileiro e que alguns escritores a acolhem, mas que ainda é recomendada a regência indireta (*assistir a*) no uso formal da língua.

acompanham as jogadas (ou outros lances), enquanto a voz em *off* do locutor define o que está acontecendo. É evidente que as duas experiências são diferentes: no estádio, o torcedor experimenta o compartilhar de um mesmo evento com milhares de outras pessoas, torna-se massa, dissolve-se na "torcida" de seu time, enquanto em sua casa, assistindo à televisão, tal fenômeno social coletivo praticamente não ocorre, salvo em circunstâncias muito especiais, como no momento de um gol importante, por exemplo.

Originalmente uma atividade para ser "praticada", o esporte tornou-se, com o surgimento e o crescimento da comunicação de massa, cada vez mais um "espetáculo" para ser "assistido", visando a um consumo massificado. Essa incorporação do esporte pela indústria cultural gera um divórcio entre prática e consumo, já que não é necessário ter praticado um esporte para assisti-lo pela televisão e (numa espécie de "grau zero da competência esportiva") emocionar-se com a ansiedade pelo resultado. A veiculação dos eventos esportivos (nos quais os jogadores são, em geral, profissionais) gera um aumento no número de "**leigos**", que necessitam "compreender" o que há para ser visto, criando, assim, uma demanda por "comentaristas" (muito frequentemente ex-jogadores), que, com sua competência específica no assunto, "traduzem" os lances do jogo em termos técnicos e táticos, reforçando, pela oposição aos "leigos", o **primado** do profissionalismo.

[...] Evidentemente, a veiculação pretende ser (e se afirma) "fiel aos fatos", mas mesmo uma transmissão de televisão ao vivo, em cores, via satélite é, em si, uma representação. [...] sob o ponto de vista da televisão, o jogo acontece somente onde está a bola. Na transmissão de TV, ninguém tem a visão global do espaço de jogo que o espectador presente ao estádio tem. No início das transmissões de jogos de futebol pela televisão, uma única câmera fixa acompanhava de longe as jogadas. Atualmente, mesmo com as dezenas de diferentes câmaras, fixas e móveis, espalhadas pelo campo salientando diversos aspectos do jogo, ainda continua a existir esta construção narrativa, esta **metarrepresentação** do evento esportivo. As imagens que vão ao ar são escolhidas conforme uma codificação própria do veículo (por exemplo, *replays* de um gol sob diversos ângulos).

[...]

Se com referência à imagem ao vivo já ocorre este processo de articulação de significado, ele ainda é mais evidente quando se levam em conta a narração e os comentários acerca do jogo, tanto na transmissão de TV e rádio quanto nos jornais do dia seguinte. É evidente que não é "privilégio" do futebol ter significados construídos pela mídia. Ela opera esta mediação como regra, construindo uma "noção de realidade" própria, que evidencia determinados fatos sob determinados enfoques, em detrimento de outros.

GASTALDO, Édison. Uma arquibancada eletrônica: questões sobre futebol, mídia e a sociabilidade no Brasil. **Campos**: Revista de Antropologia Social, Curitiba: UFPR, v. 6, p. 113-123, dez. 2005.

Há vários pesquisadores e estudiosos que discutem a "noção de realidade" proporcionada pelos meios de comunicação. Um exemplo de definição para essa ideia é este:

> Assim, a experiência que se vivencia na apreciação de uma imagem televisiva, esportiva ou não, é fruto de uma construção modificada do fenômeno real pelo meio que o veicula, no caso, o aparato televisivo. A imagem televisiva não contém, pois, nela mesma, a completude de interfaces encontradas no objeto que ela representa e, por isso, não se basta como essência do que se vê, mas sim na evocação do que se vê.

ARAÚJO, Allyson Carvalho de. **Um olhar estético sobre o telespetáculo esportivo**: contribuições para o ensino do esporte na escola. 2. ed. Natal: EDUFRN, 2017. p. 31.

Leigos: desconhecedores de determinado assunto, profissão etc.; inexperientes.

Primado: excelência, superioridade.

Metarrepresentação: o prefixo *meta* indica aquilo que vai além; por extensão, algo que modifica ou acrescenta. No texto, o autor se refere à representação dos acontecimentos feita por terceiros (outras pessoas que não sejam os sujeitos presentes ao acontecimento).

Biblioteca do professor. Para ampliar seus conhecimentos sobre as relações entre esporte e mídia, sugerimos a leitura do livro *Um olhar estético sobre o telespetáculo esportivo: contribuições para ensino do esporte na escola* (2. ed. Natal: EDUFRN, 2017), de Allyson Carvalho de Araújo, professor da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Se possível, organize uma atividade que leve a turma para assistir a um jogo de alguma modalidade esportiva ao vivo e solicite aos estudantes que, em duplas ou trios, elaborem diários de campo, com registros descritivos daquilo que lhes chama a atenção. Pode-se fazer o mesmo na exibição de um jogo televisionado. Posteriormente, os estudantes devem compartilhar suas anotações, percepções e opiniões sobre essas experiências. Na elaboração coletiva, procure mediar as distintas sensações proporcionadas, como a interação com outros espectadores, sons variados (de espectadores, jogadores, treinadores, árbitros etc.), e a possibilidade de uma visão total ou panorâmica do jogo em oposição aos enquadramentos de imagem, narração e comentários do jogo na transmissão audiovisual, no caso da televisão, e ao uso do recurso narrativo oral como forma exclusiva de transmissão da experiência do jogo, no caso do rádio.

Fala aí!

Considerando a definição de "noção de realidade" como uma construção modificada do fenômeno real, compare as experiências de assistir a um jogo qualquer ao vivo pela televisão, ou outra mídia audiovisual, e ouvi-lo pelo rádio. Caso não tenha tido essas experiências, procure vivenciá-las para discutir com os colegas.

Estratégia: Analise a importância de cada um de seus sentidos conforme a experiência proposta. Compare a quantidade e a qualidade das informações que cada experiência possibilita ao espectador, telespectador ou ouvinte.

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

Papo aberto sobre o texto

1. **Como é a experiência de assistir a esportes pelos meios de comunicação? Qual é a importância da cobertura midiática em cada caso proposto a seguir?**

   a. Um esporte que você pratica regularmente.

   b. Um esporte que você não pratica, mas acompanha regularmente pelos meios de comunicação.

   c. Um esporte que você não pratica nem acompanha com regularidade.

2. **Considerando a leitura do texto e seus conhecimentos prévios sobre o tema, responda: desde quando o esporte passou a ser tratado como espetáculo?**

3. **Observe a foto a seguir. Você acha que o público da arquibancada está vivendo uma forma de representação do esporte? Por quê?**

JULIAN FINNEY/GETTY IMAGES



Com celulares, jovens torcedoras registram jogo do Campeonato Europeu de Futebol Feminino. Londres, Inglaterra, 2024.

4. **Considere esta afirmação do texto para responder às questões a seguir.**

> [...] Evidentemente, a veiculação pretende ser (e se afirma) "fiel aos fatos", mas mesmo uma transmissão de televisão ao vivo, em cores, via satélite é, em si, uma representação.

   a. Por que a transmissão esportiva ao vivo pela televisão é considerada uma forma de representação?

   b. É possível afirmar que essa representação veiculada pela transmissão televisiva do esporte é neutra? Por quê?

5. **Considere a definição proposta de "noção de realidade" para responder às questões.**

> A imagem televisiva não contém, pois, nela mesma, a completude de interfaces encontradas no objeto que ela representa e, por isso, não se basta como essência do que se vê, mas sim na evocação do que se vê.

   a. Por que a imagem televisiva não contém a completude do objeto?

   b. Por que a imagem televisiva não se basta como essência do que se vê, mas sim como evocação dessa essência?

1. Problematize com os estudantes o modo como analisam as considerações dos comentaristas em cada uma das possibilidades, ajudando-os a perceber que a condição de praticante tende a conferir mais autonomia na experiência de apreciação do esporte pela mídia. Procure mediar essa discussão, possibilitando aos estudantes uma reflexão sobre a experiência de assistir a eventos esportivos pela televisão. Ajude-os a pensar como as imagens selecionadas nos impõem uma apreciação padronizada do espetáculo. Provoque também uma reflexão sobre quanto eles se orientam ou não pela narração e se concordam com os comentários ou discordam deles. Com essa discussão, abre-se a oportunidade de trabalhar de modo mais concreto a falta de autonomia para interpretar o espetáculo esportivo vivenciada pelo leigo.

1. a. Resposta pessoal.

1. b. Resposta pessoal.

1. c. Resposta pessoal.

2. Resposta pessoal. Conforme o texto, o esporte passou a ser tratado como espetáculo desde suas origens mais remotas. Caso os estudantes indiquem que algumas das manifestações abordadas pelo autor não poderiam ser classificadas como esportes em uma conceituação mais rigorosa, ressalte que elas são trazidas como exemplos para se referir às práticas corporais "ancestrais" do esporte moderno.

3. Resposta pessoal. Como a cena mostra uma situação híbrida (em que a presença no estádio não impede formas de representação, como as gravadas e divulgadas pelos espectadores), aceite as diferentes respostas dos estudantes, desde que fundamentadas em argumentos. A discussão sobre o tema será aprofundada nas duas questões a seguir.

4. a. Resposta pessoal. Porque não é possível, na transmissão televisiva, reproduzir tudo o que acontece no evento esportivo. Nas transmissões dos esportes coletivos com bola, por exemplo, as imagens concentram-se na bola, não possibilitando a visão global do espaço de jogo (distribuição dos jogadores em campo, movimentação deles nos setores onde a bola não está etc.) que tem o espectador presente no estádio.

4. b. Não. Existe uma construção narrativa referente às escolhas das imagens, da locução e dos comentários, privilegiada em detrimento de outras possibilidades narrativas, que são descartadas.

5. a. A imagem exibida na televisão é um recorte do espetáculo esportivo, que é um objeto mais amplo, impossível de ser captado por completo.

5. b. A imagem televisiva não é o esporte em si mesmo, mas uma representação que remete a esse evento.

Dica de professor

Além do fato de a imagem televisiva não corresponder ao espetáculo esportivo real, mas a uma representação desse evento, fruto da construção narrativa da emissora de televisão, você precisa considerar que essa representação também pode ser interpretada de modos diferentes pelo telespectador, pois cada um relaciona o que vê e ouve com suas memórias e emoções, que são singulares.

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

6. O autor utiliza aspas, predominantemente, para indicar termos cujo sentido é notadamente impreciso no contexto, como tratar os que acompanhavam competições da Antiguidade como "público". Aplicando a uma situação diferente um termo em seu significado atual, o autor usa as aspas para marcar as aproximações de sentido. Aceite outras explicações dos estudantes que justifiquem ou diferenciem o uso das aspas, desde que sejam fundamentadas.
7. O estádio proporciona uma experiência social coletiva, na medida em que as pessoas assistem ao jogo juntas, torcem, comemoram, cantam etc. No jogo visto pela televisão, essa dimensão, em geral, não ocorre.

Por dentro do texto

6. **Você provavelmente deve ter notado que o autor do artigo usa aspas em vários termos. Por que as aspas são empregadas? Sua função é igual em todas as ocorrências?**

7. **Qual é a principal diferença, apontada pelo autor, entre a experiência de assistir a um jogo pela televisão e a de ser parte do público, no estádio?**

8. **Segundo o texto, qual transformação de sentidos ocorre quando o esporte é apropriado pela mídia?** **8.** De uma atividade originalmente voltada à prática, o esporte passa a ser um espetáculo para ser visto e consumido em larga escala.

9. **O autor considera que a apropriação do esporte pela indústria cultural estabelece uma cadeia de relações de causa e efeito. Sobre essas relações, responda às questões.** **9. a.** A prática e o consumo passam a existir de modo separado e independente; assim, as pessoas não precisam ser praticantes de um esporte para consumi-lo.

   a. O que ocorre com a prática e o consumo do esporte?

   b. Desse tipo de relação entre a prática e o consumo, surgem os "leigos". Como eles se caracterizam, conforme o texto?

   c. O surgimento dos "leigos" demanda uma resposta da mídia a uma necessidade específica. Qual é essa necessidade e de que modo ela é suprida?

9. b. Caracterizam-se como pessoas que não tiveram experiências práticas de determinado esporte, mas que o acompanham pelos meios de comunicação.

9. c. Os "leigos" precisam compreender os eventos esportivos, demandando comentaristas. Na condição de especialistas, estes interpretam ou traduzem a experiência do esporte para os "leigos".

Biblioteca cultural

Biblioteca cultural. Os vídeos podem ser exibidos ou indicados para a turma. Eles servirão de base para as seções **E se a gente... narrasse um jogo?** e **Bora pra quadra?**.

O vídeo *As narrações mais épicas e emocionantes das rádios de futebol* apresenta algumas narrações, tanto do Brasil quanto de outros países, que ficaram famosas. É possível acessá-lo em meio digital usando-se no buscador as palavras-chave "narrações de gols épicas".

O modo de narrar futebol pelo rádio é bastante característico, pois o narrador precisa descrever com velocidade vários lances para que o ouvinte consiga entender o que está acontecendo no campo. No vídeo do Prêmio Craque do Brasileirão 2010, pode-se acompanhar uma interpretação bem-humorada do comediante Marcelo Adnet, que propõe um mesmo jogo sendo narrado por um locutor no rádio e por outro na televisão. O recorte dessa apresentação pode ser encontrado buscando-se por "diferença entre futebol no rádio e na TV" ou pelo nome do comediante junto ao do prêmio.

Investigue

Em grupos, pesquisem vídeos de narrações de jogos de diferentes modalidades esportivas. Selecionem aqueles que mais lhes chamaram a atenção e tomem nota dos aspectos que se destacam nessas narrações. Em uma roda de conversa com a turma toda, compartilhem as narrações escolhidas e as características que gostariam de adotar na construção da narrativa de um jogo que será trabalhada na próxima seção.

Estratégia: No grupo, assistam juntos aos vídeos e construam um quadro que informe a modalidade esportiva de cada um deles, seu endereço eletrônico e as características observadas. É importante que os grupos sejam compostos de colegas com diferentes experiências com a prática e o consumo do esporte e que sejam mistos, diversificando a troca de suas experiências.

E SE A GENTE... NARRASSE UM JOGO?

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Nesta atividade, vocês vão explorar alguns dos principais elementos da composição narrativa dos espetáculos esportivos, que são a narração e os comentários do evento. Para isso, sigam as etapas definidas adiante.

Investigue. Procure estabelecer uma articulação entre as atividades propostas nesse boxe e nas seções **E se a gente... narrasse um jogo?** e **Bora pra quadra?** (note que, nessa seção, propõe-se a formação de três grupos). Os mesmos grupos de trabalho podem realizar todas elas para que aproveitem as ideias e experiências de cada uma na construção da seguinte, culminando com a atividade da última seção.

Momento de preparar

1. **Formação dos grupos.** Mantenham, de preferência, os grupos formados na atividade proposta em **Investigue**.

2. **Escolha do esporte.** A primeira tarefa de cada grupo será escolher uma modalidade esportiva coletiva com bola (handebol, futebol, futsal, basquete, vôlei, polo aquático, rúgbi, futebol americano, hóquei, beisebol etc.) para que seja feita a cobertura narrativa. Discutam as experiências que têm com diferentes esportes e definam a modalidade.

3. **Análise de uma narração.** Após escolherem o esporte, sugerimos que os grupos assistam às indicações dos boxes **Biblioteca cultural** e **Investigue** ou ouçam a **faixa de áudio** "Narração de jogo de futebol". Além disso, ampliem seu repertório buscando narrações realizadas por mulheres. Durante a apreciação dos materiais, procurem

FAIXA DE ÁUDIO
Narração de jogo de futebol

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

É lógico!

A sugestão de que vocês experimentem cada uma das funções relativas à cobertura do evento feita no item **5** corresponde ao pressuposto de que a decomposição de um problema em partes facilita a sua resolução. Ao verificar o grau de facilidade de cada integrante para realizar uma certa tarefa, vocês garantem a melhor organização do trabalho em grupo.

tomar nota dos recursos discursivos utilizados para criar as estruturas narrativas. Aspectos como cadência da fala, entonação da voz, entrada de anunciantes, participação de comentaristas, informações acessórias sobre outras equipes e jogadores, dados estatísticos, anúncio do tempo de jogo etc. ajudarão a construir o itinerário da produção dos grupos.

4. **Seleção do jogo a ser narrado.** Selecionem um vídeo de algum jogo da modalidade escolhida e separem um fragmento de, no máximo, cinco minutos para ser usado na construção narrativa.
5. **Divisão de tarefas.** Combinem como as tarefas serão divididas em seu grupo. Para isso, recomendamos que cada um experimente fazer a narração, os comentários, os anúncios etc.; assim, coletivamente, vocês podem decidir quem vai assumir cada um dos papéis. É importante que todos tenham alguma função no desenvolvimento do trabalho, inclusive a de responsável por editar o vídeo.
6. **Gravação da locução.** Essa etapa pode ser realizada com o gravador de um smartphone. Depois, se acharem necessário, podem usar um *software* específico para editar o som (há vários deles disponíveis na internet; e alguns editores de vídeo já têm ferramentas de edição de som). A locução também pode ser gravada em uma série de clipes (um para cada parte do jogo).
7. **Edição de vídeo.** Nesta etapa, devem-se juntar imagem e som. Vocês podem usar *sites* especializados ou aplicativos de celular para fazer a edição.

Momento de apresentar

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

1. **Apresentação.** Apresentem a produção de seu grupo a toda a turma. Antes de exibir o vídeo, contem como foi feita a divisão das tarefas e de que maneira ele foi produzido.
2. **Compartilhamento.** Após a apresentação de todos os vídeos, procurem compartilhar essa experiência, divulgando-a para a comunidade escolar.

Momento de avaliar

Auxilie a turma na condução do processo, mas, na medida do possível, deixe que os estudantes tomem as decisões e executem todas as ações necessárias. Caso algum grupo tenha dificuldade com a operação de aplicativos de edição, uma alternativa simples seria fazer a gravação de áudio e utilizá-la com a exibição do vídeo sem volume, ou fazer a narração "ao vivo".

Para finalizar a atividade, façam uma roda de conversa e avaliem coletivamente como foram construídas as diferentes coberturas narrativas. Comentem o modo como cada grupo direcionou seu recorte sobre o jogo, analisando aspectos como as escolhas de bordões, de anunciantes, tipos de comentários, entonação de voz etc. Procurem também identificar quais eram os propósitos dessas narrativas, se havia um endereçamento a determinado público-alvo ou a tentativa de sensibilizá-lo para alguma apreciação valorativa (que busque formar opiniões quanto ao que é bom ou ruim, por exemplo).

Bate-papo de respeito

A fala de Galvão Bueno busca criar uma noção de pertencimento, de identidade brasileira em oposição aos adversários argentinos. No contexto do jogo, eles passam a ser vistos como os rivais por excelência, que precisam ser derrotados. Conduza a discussão com os estudantes, comentando que algumas práticas discursivas podem alimentar o acirramento das disputas entre os países, extrapolando o futebol. Procure discutir, também, o fato de essa construção narrativa de Galvão Bueno buscar o engajamento popular.

Bordão é uma palavra, uma frase ou um conjunto de frases repetido por alguém em determinada situação. O locutor esportivo Galvão Bueno criou diversos bordões em suas narrações. Leia um deles, publicado pelo locutor em suas redes sociais.



RICHARD CALLIS/FOTOARENA

Galvão Bueno na Copa do Mundo FIFA 2022. Lusail, Catar, 2022.

Ao ler esse bordão, qual é o seu sentimento? Como você avalia os impactos de frases como essas na rivalidade entre os jogadores e as torcidas no futebol? Toda a sociedade pode ser influenciada por mensagens que são replicadas muitas vezes?

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

BORA PRA QUADRA? Esporte espetacularizado

Nesta atividade, vocês deverão escolher modalidades esportivas e organizar jogos, procurando reproduzir aspectos relacionados à cobertura midiática característica do esporte espetáculo. Para a construção dessa simulação, haverá três categorias distintas de personagens: os protagonistas do jogo (jogadores, treinadores e árbitros), os veículos midiáticos (equipes de televisão, rádio e mídia escrita) e os espectadores (presenciais, ouvintes de rádio, telespectadores e leitores).

Observem as etapas definidas a seguir.

A ideia desta atividade é promover uma vivência na qual os estudantes exerçam diferentes papéis relacionados ao espetáculo esportivo e reflitam sobre as construções narrativas e as experiências proporcionadas por cada papel e por cada pessoa que os desempenhou. Para que os estudantes possam ter variadas vivências, a proposta é realizar três jogos, de modo que eles passem pelas três categorias de personagens (protagonistas do jogo, veículos midiáticos e espectadores). Uma sugestão é indicar aos grupos que escolham modalidades esportivas diferentes para cada jogo, proporcionando uma pluralidade ainda maior de repertório. Nesta atividade, são contempladas as habilidades EM13LGG104, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG702 e EM13LGG703.

Etapa 1 – Divisão de grupos e escolha das modalidades

A turma deverá se dividir em três grupos, com número proporcional de integrantes. Com o auxílio do professor, cada grupo vai escolher uma modalidade esportiva coletiva com bola para jogar.

Etapa 2. Conduza a tarefa de definição de papéis de modo a garantir um processo democrático de escolhas. Caso haja muitos estudantes disputando os mesmos papéis, consulte a turma sobre qual seria o encaminhamento mais justo para solucionar o conflito (votação ou sorteio podem ser indicados como opções).

Etapa 2 – Divisão de papéis

Cada grupo desempenhará os papéis relacionados às três categorias de personagens do espetáculo esportivo, em sistema de rodízio. Dentro de cada categoria, os integrantes devem definir quem representará cada papel.

Etapa 3 – Preparação da atuação

Serão realizados três jogos, com rodízio dos integrantes dos grupos entre as categorias. Assim, preparem-se para desempenhar os papéis conforme a categoria que estiver sendo conduzida por seu grupo no momento.

Categoria A – Protagonistas do jogo. Nesse momento, os treinadores escalam suas equipes e orientam seus jogadores; os árbitros recapitulam as regras e sinalizações principais da modalidade escolhida para aquele jogo.

Categoria B – Veículos midiáticos. As equipes de rádio e televisão anotam as escalações e já preparam suas construções narrativas, considerando a modalidade escolhida para aquele jogo. Nesse momento, a equipe deve definir bordões, anunciantes, dados estatísticos, informações sobre atletas, campeonatos e equipes, roteiro básico para filmagem (localização da câmera, planos abertos e/ou fechados, tomadas de imagem de outros aspectos além do jogo etc.), entre outros elementos da construção da narrativa. Essas equipes também devem definir como será realizada a transmissão de áudio e vídeo. Uma sugestão é que o jogo seja filmado com celular e exibido para os "telespectadores da turma" por meio de uma chamada de vídeo. A transmissão de rádio pode utilizar a mesma estratégia, sem a exibição das imagens do jogo. Já a equipe de fotojornalismo e jornalismo escrito pode preparar uma pauta considerando o gênero jornalístico adotado para cobrir o jogo (crônica, entrevista, notícia ou reportagem, por exemplo).

Categoria C – Espectadores. Haverá três perfis de espectadores que devem se posicionar estrategicamente a fim de tornar mais autênticas as experiências de assistir ao jogo ao vivo, ouvi-lo pelo rádio e vê-lo pela televisão. Uma sugestão é que os estudantes que estejam no papel de ouvintes do rádio se posicionem atrás de algum anteparo ou de costas para o jogo, evitando o acesso às informações visuais. Caso a escola possua uma rádio comunitária ou um serviço de comunicação interno que possa ser utilizado para a atividade, essa pode ser uma



LIO PUTRA/SHUTTERSTOCK

Etapa 3. Outra possibilidade é realizar uma transmissão ao vivo, mas fechada, por alguma rede social, para que outras pessoas escolhidas das redes de relacionamentos dos estudantes possam participar da experiência e contribuir para ela. Contudo, para esse formato, é importante que seja obtida a devida autorização de todos os estudantes, com o consentimento de seus familiares e da direção da escola. Um cuidado importante a ser tomado diz respeito à advertência para que as equipes dos veículos midiáticos não usem comentários ou apelidos que possam ferir os direitos humanos ou causar desconforto ou constrangimento aos participantes. Dependendo do número de estudantes da turma, pode ser necessário optar por apenas uma ou duas formas de cobertura midiática. Se possível, leve alguns textos jornalísticos ou solicite que os próprios grupos pesquisem exemplos de diferentes estilos de abordar um mesmo jogo (pode ser uma narração de rádio, uma matéria de jornal impresso ou uma transmissão pela televisão, por exemplo). Caso a atividade seja realizada de modo interdisciplinar, uma alternativa interessante é combinar com os professores de Língua Portuguesa e/ou de Arte a exibição do jogo no mesmo horário para que os estudantes exerçam o papel de ouvintes de rádio e/ou telespectadores.

Sugerimos que seja utilizada uma aula para todo o processo de preparação, com divisão das equipes e escolha das modalidades. Auxilie a turma a dimensionar o tempo de jogo de acordo com o tempo de aula disponível. Na medida do possível, procure realizar ao menos dois tempos de cada jogo para que haja um pequeno intervalo com possibilidade de intervenção das equipes de cobertura midiática entrevistando jogadores e treinadores e fazendo análises do jogo. O debate sobre as experiências será desenvolvido na **Roda de conversa**.

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

ótima opção. Os telespectadores, por sua vez, devem acompanhar o jogo exclusivamente por meio da filmagem realizada pela equipe de cobertura televisiva. Os espectadores presenciais podem se dividir entre torcedores de cada um dos times.

Etapa 4 – Desenvolvimento do jogo

Para estabelecer o rodízio de categorias entre os grupos, é necessária uma programação que favoreça essa alternância. Na realização dos jogos, segue-se o protocolo de uma partida com cobertura midiática (entrada em campo das equipes, apresentação das escalações, entrevistas pré-jogo etc.). Os jogos se desenvolverão com as coberturas das diferentes mídias ocorrendo paralelamente. Para isso, é importante que as equipes se posicionem em pontos distintos a fim de que uma cobertura não interfira na outra. A equipe de jornalismo escrito vai redigir seu texto sobre o jogo e escolher as melhores fotos para ilustrá-lo e compartilhá-lo com a turma, assim que possível, após a partida.

Roda de conversa

Após organizar os jogos espetacularizados com cobertura midiática, discuta com seus colegas essa experiência.

1. Sobre cada papel desempenhado, comentem:

a. Como foram as experiências de jogar, ser treinador e/ou arbitrar os jogos?

b. Como foram as experiências dos integrantes das equipes de rádio e de televisão durante a cobertura dos jogos?

c. Como foram as experiências da equipe de mídia escrita, que fez a cobertura escrita e fotográfica dos jogos?

d. Como foram as experiências de assistir aos jogos presencialmente e pela televisão? E de escutá-los pelo rádio?

e. Como foi a experiência de ler uma cobertura jornalística sobre os jogos?

2. É correto dizer que público presente, telespectadores, ouvintes de rádio e leitores vivenciaram um mesmo jogo?

3. Pensando nas pessoas com deficiência auditiva e/ou visual, de que modo os veículos midiáticos podem proporcionar experiências inclusivas para esses espectadores?

4. Como vocês avaliam as diferentes coberturas midiáticas realizadas na atividade? É possível identificar, por meio das construções narrativas, os significados que foram privilegiados em cada uma das mídias? Procurem caracterizar cada um deles.

Recado final

Conforme analisamos, o esporte pode assumir diferentes sentidos de acordo com o modo como é vivenciado; as experiências de jogar, de realizar a cobertura midiática e de assistir a um jogo são bastante distintas. Mesmo a apreciação do esporte espetáculo apresenta distinções significativas, pois um único jogo proporciona diferentes construções de sentido para quem está presente no evento, para quem assiste a ele pela televisão, para aqueles que o ouvem pelo rádio e para aqueles que leem sobre ele.

A ideia do capítulo foi propiciar conhecimentos e vivências que possibilitem a cada um elaborar suas experiências, produzir sentidos e perceber a riqueza e a complexidade do espetáculo esportivo.

1. Resposta pessoal. Procure estabelecer oportunidades para que todos expressem suas opiniões sobre as experiências proporcionadas pelos diferentes papéis exercidos nos jogos. Caso a atividade tenha sido desenvolvida de forma interdisciplinar, será importante a participação dos outros professores envolvidos.

2. Resposta pessoal. Uma abordagem importante refere-se às peculiaridades das experiências proporcionadas pelos diferentes modos de acessar os jogos de maneira não presencial. Ajude os estudantes a identificar que o espectador presencial tem autonomia para escolher o que deseja apreciar do jogo. Já o telespectador tem sua experiência restrita pelas escolhas feitas pela editoria do veículo de transmissão; no rádio, por sua vez, mobiliza-se mais a capacidade imaginativa para transformar as informações auditivas em visuais e verbais.

3. A transmissão de jogos pelo rádio, uma vez que não dispõe do recurso da imagem, requer uma riqueza maior de informações, o que facilita a compreensão do espectador com deficiência visual. Já a cobertura pela televisão, com seus diversos recursos de edição de imagem (como o *close caption*), favorece a experiência dos telespectadores com deficiência auditiva. Aproveite a questão para discutir com a turma a importância de políticas para a inclusão de pessoas com deficiência e para pensar em como é possível viabilizá-las nas aulas de Educação Física. Caso a turma tenha estudantes com deficiência visual e/ou auditiva, é muito importante que eles sejam incluídos nos papéis em que se sintam mais à vontade e tenham a oportunidade de compartilhar suas experiências com os colegas.

4. Resposta pessoal. Auxilie os estudantes a identificar as diferentes mensagens passadas pelos veículos midiáticos e como elas dialogaram com o público que pretendiam atingir.

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

Capítulo 24

IOGA: CONHECE-TE A TI MESMO?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Neste capítulo, o objetivo é apresentar a ginástica de conscientização corporal, que reúne práticas com movimentos lentos, focadas na respiração e no controle corporal. Ela está atrelada ao autoconhecimento e recebe grande influência das práticas orientais. A modalidade tratada será a ioga, uma das vivências que ganharam força no Brasil principalmente a partir das décadas de 1960 e 1970, por meio da contracultura, um movimento que buscava formas de vida alternativas à sociedade de consumo da época.

O capítulo não desenvolverá nenhuma abordagem religiosa. A ioga será vista como prática corporal historicamente situada, com finalidades educacionais e voltadas à saúde, considerando também sua projeção atual em nossa cultura. Como indicado na BNCC, pretendemos que os estudantes estabeleçam um diálogo com as práticas corporais e algumas de suas representações sociais associadas ao autoconhecimento. Para tanto, serão desenvolvidas principalmente as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.



DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Estudantes praticando ioga em escola. São Paulo, 2024.

SAÚDE

Neste capítulo, abordaremos a ginástica de conscientização corporal, ou seja, um grupo de práticas com movimentos lentos, focadas na respiração e no controle do corpo. Essa modalidade inclui as manifestações ginásticas que priorizam o autoconhecimento. Algumas delas encontram seus principais exemplos em práticas orientais milenares. Você consegue pensar em alguma que se encaixe nesse perfil?

Talvez você tenha se lembrado da ioga, uma das principais representantes dessa modalidade de ginástica. No Brasil, a ioga começou a ganhar mais praticantes a partir das décadas de 1960 e 1970. Desde então, ela se fortaleceu como uma alternativa de exercício que estimula uma vida mais equilibrada e saudável.

Vamos conhecer um pouco mais do universo da ioga e experimentar algumas de suas possibilidades na escola?

ODS 3

Este capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Há várias práticas corporais que associam os exercícios com a respiração e o controle do corpo. Uma delas é o *tai chi chuan*, que tem origem chinesa e pode ser compreendido como uma ginástica de conscientização corporal ou como uma arte marcial.

A **ioga** é uma prática milenar de origem indiana. Para uma parte dos que a praticam, é uma filosofia de vida com o objetivo de reconectar a humanidade à sua própria existência, isto é, aproximar elementos físicos e psíquicos a fim de fortalecer os vínculos entre eles. Suas principais etapas são: o relaxamento, a respiração, a meditação e as famosas posturas corporais, denominadas ássanas.

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

OBJETO DIGITAL *Podcast*: Ioga: origem e filosofia

Leitura 1

Esta leitura tem como objetivo apresentar algumas características da ioga e de seu potencial como prática integrativa, além de mostrar os benefícios de inseri-la na escola para estudantes do Ensino Médio.

Leia o fragmento de um artigo científico sobre a prática da ioga.

A prática do yoga na escola: elementos preliminares e percepções de estudantes de ensino técnico integrado ao nível médio

No Brasil o yoga se desenvolveu em larga escala a partir da década de 1940, subdividindo-se em diversas nomenclaturas, estilos e tipos de prática. Porém, hoje é caracterizado como uma atividade global que atrai públicos de diversas religiões ou crenças, idades e sexos, conquistando o *status* de prática corporal universal, que atua com o objetivo de expandir a integralidade entre corpo-mente e espírito. O yoga tem suas raízes no pensamento indiano, mas seu conteúdo é universal, porque trata dos meios pelos quais podemos realizar as mudanças que desejamos em nossas vidas [...].

Além de buscar promover mudanças no comportamento, quando estão, sobretudo, relacionadas a estados agressivos e/ou similares, tal prática também possibilita o desenvolvimento das funções psíquicas, cognitivas, motoras, afetivas e sociais, além de contribuir para a diminuição dos fatores de risco das doenças como: ansiedade, depressão e estresse (Danucalov e Simões, 2006; Hermógenes, 1984).

[...] a partir das vivências de yoga ocorrem melhorias nos campos: **hipometabólicos** em vigília, redução da pressão arterial, aumento da flexibilidade muscular e da resistência aeróbia, melhora no equilíbrio, alterações positivas nos níveis de hormônios e neurotransmissores do organismo. Trazendo o yoga para o contexto escolar, evidencia-se hoje que esta prática é um importante indutor para que os estudantes mantenham a atenção e desenvolvam ambientes cooperativos, gerando por consequência um estado de bem-estar coletivo [...].

Referências

DANUCALOV, M. A. D.; SIMÕES, R. S. **Neurofisiologia da meditação**. São Paulo: Phorte, 2006.
HERMÓGENES, J. **Convite à não violência**. Rio de Janeiro: Record, 1984.

RIBEIRO, Anderson Augusto *et al*. A prática do yoga na escola: elementos preliminares e percepções de estudantes de ensino técnico integrado ao nível médio. **Profiscientia**, [*s. l.*], n. 12, p. 85, 2019.

Investigue. De forma geral, os estudantes podem citar benefícios fí- sicos e posturais, melhora do condicionamento físico (ganho em diversas capacidades motoras, como flexibilidade, equilíbrio e força), além de estímulo ao autoconhecimento, à concentração, à consciência corporal, ao controle emocional e, consequentemente, à saúde na totalidade.

Yoga: o mesmo que ioga, substantivo de dois gêneros.

Hipometabólicos: relativos a um estágio de metabolismo desacelerado, em estado de relaxamento.

Biblioteca do professor. Caso queira aprofundar a discussão, você pode trabalhar em conjunto com os professores de História, de Arte e de Língua Portuguesa para ajudar os estudantes a entender melhor as práticas corporais influenciadas pela contracultura. O artigo "Práticas corporais alternativas: formação em Educação Física", de Auria de Oliveira Carneiro Coldebella, Luiz Alberto Lorenzetto e Arlei Coldebella (revista **Motriz**, Rio Claro, v. 4, n. 2, maio/ago. 2004), oferece um panorama dessa prática corporal no contexto das culturas alternativas.

1. Resposta pessoal. Deixe que os estudantes compartilhem suas experiências com os colegas da turma. Além das práticas pessoais, eles podem relatar a vivência de familiares ou amigos, mencionar ter visto na televisão/internet ou citar informações que tenham sobre a modalidade. Construa na lousa um resumo das informações coletadas.

2. a. Resposta pessoal. Caso os estudantes apresentem algum estranhamento em relação à prática, indique que a Educação Física escolar tem como um de seus objetivos proporcionar o acesso às diversas práticas corporais, como jogos, danças, lutas, práticas corporais de aventura e ginásticas. Assim, esclareça que uma das modalidades gímnicas é a ginástica de conscientização corporal, categoria na qual a ioga se inclui.

Papo aberto sobre o texto

1. **Você já conhecia a ioga? Já a praticou alguma vez? Em caso afirmativo, compartilhe um pouco de suas experiências.**

2. **Sobre suas expectativas em relação à ioga, responda às questões.**

   a. Você já tinha pensado na possibilidade de fazer ioga nas aulas de Educação Física? Por quê?

   b. Como você imagina que vai se sentir durante a vivência?

2. b. Resposta pessoal. Procure garantir que os estudantes registrem suas expectativas, para que, ao final das experiências com a ioga, possam confrontar essas impressões prévias com o que de fato sentiram durante as aulas.

Investigue

Você já parou para pensar em como a ioga pode influenciar a saúde? Que tal investigar um pouco mais sobre essa modalidade milenar e descobrir os benefícios de sua prática?

Estratégia: Considere dados disponíveis em artigos científicos ou *sites* confiáveis, pois alguns benefícios podem ser citados com base em experiências pessoais, o que pode tornar frágil o resultado da pesquisa.

Patanjali é conhecido como o "pai da ioga". É atribuída a ele a compilação dos primeiros materiais relacionados a essa prática milenar indiana, que datam de aproximadamente 150 d.C. Ele também teria ditado os oito passos da ioga: *yamas* (como se relacionar com o mundo), *niyamas* (como se relacionar consigo mesmo), *ásanas* (ou ássanas: posturas), *pranayamas* (técnicas de respiração), *pratyahara* (introspecção dos sentidos), *dharana* (concentração), *dhyana* (meditação) e *samadhi* (autorrealização).

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

Atividade 1. Oriente os estudantes durante a execução dessa técnica, para que eles se concentrem em como o ar entra no corpo e sai dele, bem como nos movimentos de dilatação e esvaziamento do abdome.

BORA PRA QUADRA? Vivência com a ioga

Atividade 1 – Respiração pela ação dos músculos abdominais

O controle da respiração é um dos elementos de base da ioga e apresenta várias técnicas e possibilidades. Nesta atividade, propomos uma vivência com a respiração, mediada também pela ação dos músculos do abdome, indicada para quem inicia modalidades corporais como a ioga.

Para começar, deite-se com a barriga para cima, com os joelhos flexionados, apoiando a sola dos pés e a coluna no chão (colchonete/esteira). Coloque as mãos sobre a região do abdome (próximo ao umbigo) para sentir a movimentação do diafragma (músculo situado entre o tórax e o abdome) e da musculatura ao redor dele.

Inspire dilatando o abdome e expire promovendo seu esvaziamento. Respire pelo nariz, equilibrando o tempo da inspiração e o da expiração e acompanhando o caminho do ar. Respire devagar, mas de forma controlada e vigorosa, prestando atenção em todas as partes do corpo pelas quais o ar passa.

Realize essa técnica durante cinco minutos para se acalmar, relaxar e preparar seu organismo para a realização das ássanas. Quando estiver com bastante controle dessa técnica, você pode tentar realizá-la sentado no chão.

Atividade 2 – Ássanas

Experimente algumas posturas da ioga (ássanas), permanecendo em cada uma delas enquanto realiza cinco respirações profundas e longas. Siga as orientações do professor, veja as imagens de cada postura e aproveite para conhecer as possibilidades corporais desse tipo de exercício.

Atividade 2. Sugerimos uma sequência de ássanas para iniciantes, que você, professor, pode adequar às características dos estudantes. Você pode propor uma sequência diferente ou valer-se de outra vertente da ioga com que tenha experiências prévias. É possível aumentar o número de posturas, considerando o tempo disponível de aula e a duração da permanência em cada ássana. Contudo, por se tratar de uma vivência inicial, propomos o tempo médio de cinco respirações lentas e profundas. Conforme os estudantes ficarem mais experientes, isso pode ser ajustado.

Dica de professor

A respiração é a base da ioga. Procure sempre estar atento a ela durante a execução de cada uma das ássanas. Isso será fundamental para que consiga perceber seu corpo, identificar suas dificuldades e corrigi-las ao longo dos exercícios. Assim, permita que o ciclo da respiração seja sempre completo e suave, evitando interrompê-lo ao assumir alguma postura.

1. Postura estendida da montanha. Fique em pé e levante os braços acima da cabeça, unindo as palmas das mãos. Procure manter a coluna ereta e distribuir igualmente seu peso entre as pernas e os pés. Tente se estabilizar nessa posição, fixando bem os pés no solo. Execute respirações lentas e controladas.

Investigue. Talvez os estudantes encontrem indicações diferentes nas fontes pesquisadas; por exemplo: tanto *nariz* quanto *narinas* são termos que podem aparecer em textos explicativos sobre a respiração. Se isso ocorrer, ajude-os a entender qual denominação é mais abrangente e qual é mais específica. Esta atividade pode ser feita em conjunto com o professor de Biologia, promovendo uma aprendizagem interdisciplinar.



LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Postura estendida da montanha.

Elaborada com base em: BROWN, Christina. **A bíblia do yoga**: o livro definitivo em posturas do yoga. São Paulo: Pensamento, 2010.

É lógico!

A atividade foi elaborada como um algoritmo. Há uma sequência de orientações claras e limitadas para possibilitar que você controle sua respiração.

Prepare o ambiente para a aula de ioga separando esteiras ou colchonetes para a realização dos exercícios. Se possível, utilize algumas músicas instrumentais lentas ou que imitem sons da natureza, pois poderão ajudar os estudantes a se concentrar; há diversos áudios disponíveis na internet, bem como aplicativos específicos para a ambientação sonora da prática. Por ter uma proposta mais introspectiva, alguns estudantes podem apresentar resistência à ioga, principalmente por estarem acostumados com atividades mais agitadas. Sua mediação será fundamental ao pontuar a diversidade de práticas corporais que existem e a importância de experimentá-las na escola. É preciso estimular a construção da autonomia, que viabilize escolhas com fundamentos e não apenas baseadas em expectativas sem conhecimento. Isso permitirá, por exemplo, que, ao terem de optar por uma prática corporal fora da escola, os estudantes tenham um repertório capaz de auxiliá-los na escolha.
Ao final das vivências, esperamos que os estudantes estejam mais conscientes do próprio corpo e de sua respiração. Todavia, é importante ponderar que esses e outros benefícios da ioga, como a tranquilidade, podem estar atrelados à continuidade da prática. Assim, talvez seus benefícios não se manifestem em todos os estudantes. Nesse caso, proponha um diálogo com eles, tentando entender a reação de cada um. Nestas atividades, desenvolveremos, principalmente, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.

Investigue

Agora que já acompanhou o percurso do ar em seu corpo, que tal conhecer melhor esse processo? Você pode pesquisar ilustrações explicativas, infográficos e textos científicos para verificar a nomenclatura correta de todas as partes do corpo envolvidas na respiração.

Estratégia: Durante a pesquisa, procure realizar a respiração de forma pausada e concentrada, para unir a experiência prática aos dados encontrados na investigação.

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

2. Postura da árvore. Em pé, com as mãos unidas à frente do corpo, levante o pé direito, apoiando-o na parte interna da coxa, o mais alto que conseguir. Fixe o olhar em um ponto na parede ou no horizonte, para manter o equilíbrio. Levante os braços acima da cabeça, mantendo as mãos unidas. Repita a postura com a outra perna.



Postura da árvore.

3. Postura do guerreiro. Em pé, afaste uma perna da outra, de modo a alongar o corpo, mas sem prejudicar a estabilidade. Depois, abra e alongue os braços. Vire a cabeça e a ponta do pé direito para a direita, flexionando a perna para esse sentido. Mantenha o pé esquerdo fixo no chão, alongando essa perna. Ao final, repita a postura para o lado esquerdo, invertendo as pernas.



Postura do guerreiro.

4. Postura grandiosa. Com as pernas levemente afastadas aproximadamente na mesma largura do quadril, flexione os joelhos. Leve os braços para cima e mantenha a coluna alongada. Busque manter a postura em equilíbrio transferindo o peso um pouco para trás.



Postura grandiosa.

5. Postura do triângulo. Em pé, afaste uma perna da outra, de modo a alongar o corpo, mas sem prejudicar a estabilidade. Vire a ponta do pé direito para a direita. Estenda o braço esquerdo para cima, enquanto apoia o direito na canela ou no tornozelo. Gire o tronco e a cabeça para o teto. Ao final, repita a postura para o outro lado.



Postura do triângulo.

6. Postura do cachorro olhando para baixo. Comece em seis apoios no chão (mãos, joelhos e pés). Projete o quadril para cima, alongando os joelhos e mantendo apenas mãos e pés no solo (na medida do possível). Procure deixar a coluna alongada e a cabeça bem encaixada entre os braços.



Postura do cachorro olhando para baixo.

7. Postura da cobra/serpente. Deite no solo com a barriga para baixo. Apoie as palmas das mãos no chão, com os dedos bem abertos, e aproxime-as lentamente da região pélvica enquanto levanta o tronco, até que apenas a região abaixo do abdome esteja em contato com o solo. Nesse momento, olhe levemente para cima. Contraia os glúteos e as coxas para aumentar a estabilidade da postura.



Postura da cobra/serpente.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

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

8. Postura da vaca e do gato. Fique em seis apoios no chão (mãos, joelhos e pés) e deixe a coluna reta. Inspire e projete levemente o quadril e a cabeça para cima (vaca). Em seguida expire, subindo as costas e alongando-a na direção do teto, mantendo o olhar voltado para o próprio umbigo (gato). Posicione a cabeça entre os braços. Para esse exercício, realize seis respirações profundas e lentas, para que haja o mesmo número de expirações e inspirações (três de cada).



Postura da vaca e do gato.

9. Postura do herói. Sente-se sobre os calcanhares, mantenha a coluna alongada e as mãos sobre as coxas. Procure manter o peito aberto e o queixo paralelo ao chão. Faça seis respirações longas nessa posição.



Postura do herói.

10. Postura da ponte. Deite-se no chão, com a barriga para cima. Apoie os pés e projete o quadril o máximo que conseguir para cima. Para dar estabilidade à postura, apoie as mãos no chão.



Postura da ponte.

11. Postura do camelo. Apoie no chão os joelhos abertos na mesma largura dos quadris e, com as mãos na lombar, aproxime os cotovelos, promovendo a abertura do peitoral. Apoie a ponta dos pés no solo para manter a estabilidade. Procure direcionar a cabeça para cima e para trás.



Postura do camelo.

12. Postura da pinça. Sentado no chão, alongue as pernas. Leve o tronco lentamente para a frente (respeite os limites de seu corpo). Os braços ficam relaxados ao lado das pernas; os pés, apontando para cima; e as pernas, unidas. Antes de iniciar a próxima ássana, faça um movimento de compensação muscular, pois essa postura exige bastante esforço: deitado com a barriga para cima, abrace as pernas junto ao tronco pelo mesmo período (cinco respirações).



Postura da pinça.

13. Postura da criança. De joelhos no chão, sente-se sobre os calcanhares. Projete o corpo para a frente, em cima das coxas. Coloque os braços para trás e a cabeça no chão. Caso não consiga alcançar o chão com a cabeça, coloque as mãos à frente do corpo e apoie a testa sobre elas.



Postura da criança.

Ilustrações elaboradas com base em: BROWN, Christina. **A bíblia do yoga**: o livro definitivo em posturas do yoga. São Paulo: Pensamento, 2010.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

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

Dica de professor

Apesar de a ioga ser uma atividade lenta e introspectiva, exige bastante de seu condicionamento físico, com posturas que exploram significativamente a flexibilidade, a força, a resistência, o equilíbrio, entre outros aspectos. A flexibilidade, em especial, pode trazer vários desafios e algumas dificuldades ao longo da aula. Por isso, não se esqueça de que cada um tem seu limite e de que respeitá-lo é fundamental para que você tenha uma experiência agradável e segura. Se houver qualquer desconforto mais aparente, comunique ao professor.

Atividade 3 – Relaxamento

Esta atividade, no contexto da ioga, tem como objetivo promover o relaxamento da musculatura, que foi bastante exigida durante as ássanas. Para tanto, procure deitar-se em uma posição confortável e feche os olhos, para receber menos informações externas. Perceba cada parte de seu corpo, começando pelos dedos dos pés até chegar à cabeça. Procure atentar à sua musculatura, às articulações e à frequência respiratória após o exercício. Fique na posição de relaxamento de cinco a sete minutos, o que atuará também como uma preparação do corpo para o momento de meditação. Fique atento para não entrar em estágio de sono.

Atividade 4 – Meditação guiada

Procure entender a meditação como uma técnica milenar por meio da qual você deve se concentrar na mente e em como ela processa os pensamentos e as emoções. O mais importante para meditar é ter disciplina e voltar-se para dentro de si mesmo por alguns minutos, em uma prática introspectiva.

Escolha uma posição confortável; sugerimos sentado no chão, com as pernas flexionadas e apoiando as costas na parede.

Respire profundamente pelo nariz e procure sentir o ar entrando em seu corpo e saindo dele. Gradativamente, desligue-se de seus pensamentos cotidianos. A princípio, esse exercício é bastante difícil; lembre-se de se concentrar em si próprio, em seu corpo e em sua respiração. Caso você se distraia durante a meditação, é só parar e retornar ao exercício introspectivo. Reserve em média dez minutos para esse momento. O professor guiará a atividade, dando algumas instruções.



Representação de uma das posturas em que é possível realizar a meditação.

Elaborada com base em: BROWN, Christina. **A bíblia do yoga**: o livro definitivo em posturas do yoga. São Paulo: Pensamento, 2010.

Roda de conversa

Após a realização das atividades, discutam, em grupos, os pontos a seguir.

1. Recupere suas expectativas iniciais sobre as vivências com a ioga, indicadas em **Papo aberto sobre o texto**. A prática atendeu a essas expectativas?
2. Sobre suas sensações durante as aulas de ioga, responda às questões.
   a. Quais foram suas principais dificuldades?
   b. Como foi, para você, a vivência de cada uma destas atividades: respiração, ássanas, relaxamento e meditação? Qual delas lhe proporcionou maior satisfação?

Atividade 3. No decorrer da vivência, mencione gradativamente as partes corporais para que os estudantes prestem atenção nelas (dedos dos pés, panturrilhas, joelhos, quadril, coluna e suas vértebras, entre outras). É muito importante destacar não só as partes que foram trabalhadas com intensidade durante as ássanas, mas também outras que estejam envolvidas de modo menos aparente, como a língua, o pescoço, os ombros. Sua mediação será fundamental para auxiliar os estudantes a conhecerem o próprio corpo e a começarem a sentir os efeitos do exercício sobre si.

Atividade 4. Procure diferenciar o momento de relaxamento e o de meditação, conforme indicado no texto do Livro do Estudante. De forma geral, enquanto o relaxamento é mais livre e busca justamente relaxar e descansar a musculatura utilizada nas ássanas, a meditação é uma técnica baseada principalmente na mente, nas emoções e no autoconhecimento. Você pode utilizar alguns aplicativos ou vídeos que promovem meditação guiada, disponíveis na internet de forma gratuita. Esses materiais já vêm com as orientações que os estudantes deverão seguir durante o exercício; assim, apenas coloque o áudio. Caso não queira empregar essas ferramentas, utilize música lenta e instrumental ou sons da natureza de fundo e procure falar de forma tranquila. Durante a meditação, ofereça dicas para os estudantes se concentrarem na própria respiração e afastarem distrações e sentimentos como medo, ansiedade, vergonha. Alterne essas orientações com alguns períodos de silêncio.

1. Resposta pessoal. Apesar de a ioga apresentar vários benefícios, abra espaço para que os estudantes manifestem suas sensações durante as atividades (positivas e negativas). Peça a eles que ponderem sobre o que tinham como expectativa e o que realmente sentiram durante as aulas. Dependendo dos hábitos e da constituição física de cada um, pode haver relatos de dores musculares e dificuldades para manter as posturas, o que é bastante comum. Além disso, é importante pontuar que muitos dos resultados obtidos com a ioga são conquistados a longo prazo, o que requer prática contínua.

Roda de conversa. Abra espaço para os estudantes compartilharem suas experiências pessoais sem julgamentos, tendo em vista que alguns podem se identificar com a prática e outros, não. É importante reforçar que o objetivo não é aproveitar todos os benefícios da ioga em poucas aulas, mas saber a importância de conhecer e replicar uma prática introspectiva, usualmente pouco abordada no contexto escolar.

2. a. Resposta pessoal. Cada estudante pode ter apresentado uma dificuldade diferente. Por isso, retome as orientações que foram dadas durante as aulas, como prestar atenção à técnica de respiração utilizada, procurar se concentrar durante os períodos de meditação e relaxamento, além de respeitar os limites individuais durante a realização das ássanas.

2. b. Resposta pessoal. A proposta é retomar as vivências com os estudantes, apreciando as descobertas em cada uma delas. Abra espaço para que eles se sintam à vontade para comentar cada uma das atividades, inclusive se não conseguirem eleger apenas uma delas como a preferida.

LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA
Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

Leitura 2

Para continuar seus estudos sobre a ioga, leia parte de uma notícia sobre sua adoção como terapia complementar pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS completa 17 anos

Atividades como *yoga* e acupuntura foram ofertadas em todas as capitais brasileiras e chegaram a 4,8 mil municípios de todos os estados e o DF.

No dia 3 de maio de 2006 foi instituída a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS). O documento representou uma expansão do olhar sobre saúde e doença, ampliando ofertas terapêuticas. Ao longo desses 17 anos, essas atividades contribuíram para o aumento da resolubilidade do cuidado, principalmente na atenção primária, e para a promoção do bem-estar individual e coletivo.

"As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde dialogam com os saberes da medicina oriental, com o conhecimento das plantas medicinais e, também, das culturas tradicionais. Essa política valoriza as culturas indígenas, romani/ciganas e outras", ressalta o diretor do Departamento de Gestão do Cuidado Integral do Ministério da Saúde, Marcos Pedrosa. "A maior parte das práticas são ofertadas na Atenção Primária à Saúde e fazem parte do cuidado integral oferecido pelas equipes de saúde da família e multiprofissionais", acrescenta.

Entre as chamadas PICS – ou Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (MTCI), como a Organização Mundial da Saúde (OMS) denomina – estão fitoterapia, *yoga*, *reiki*, acupuntura, *ayurveda*, biodança, meditação, homeopatia, quiropraxia, arteterapia, entre outras. Elas não são oferecidas com a intenção de substituir tratamentos convencionais da medicina moderna, mas sim de aumentar as opções de cuidado para os usuários, auxiliando em diversos casos e sintomas.

BRASIL. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS completa 17 anos. **UNA-SUS**, 11 maio 2023. Disponível em: https://www.unasus.gov.br/noticia/politica-nacional-de-praticas-integrativas-e-complementares-no-sus-completa-17-anos. Acesso em: 23 jul. 2024.

Papo aberto sobre o texto

1. **Como você avalia o fato de o Sistema Único de Saúde (SUS) oferecer práticas integrativas em associação aos tratamentos convencionais de saúde?**

2. **Considere suas vivências com a ioga e o que foi apresentado no texto. Por que é positiva a oferta das práticas integrativas na rede pública de saúde?**

Investigue

Nas unidades de saúde de sua região são oferecidas práticas integrativas, como a ioga? Que tal investigar essa informação e divulgar em sua comunidade a possibilidade de acesso a essas práticas? Vocês podem divulgar as informações encontradas no vídeo que será produzido na seção **E se a gente produzisse um vídeo publicitário?**.

Estratégia: Conversem com familiares e pessoas da comunidade que utilizam o SUS para obter as informações, caso não consigam ir à unidade de saúde.

1. Resposta pessoal. O objetivo é pensar a saúde de forma ampliada e entender o oferecimento de práticas integrativas como terapias complementares, que podem auxiliar aqueles que se identificam com elas.

2. Resposta pessoal. Reforce que o objetivo é entender as práticas integrativas como terapias complementares, que, ao serem oferecidas pelo SUS, podem contemplar as pessoas que não têm como pagar por elas.
A proposta da seção é discutir com os estudantes o oferecimento de práticas integrativas pelo SUS, em especial da ioga. Levante as opiniões sobre o assunto. Considerando os dados sobre a oferta de ioga pelo SUS, os estudantes serão estimulados a produzir material informativo no boxe **Investigue**.

Investigue. Caso o bairro ou a cidade não ofereça a ioga ou outras práticas integrativas pelo SUS, os estudantes podem fazer um levantamento dos lugares em que elas são ofertadas – em organizações não governamentais, projetos assistenciais ou de forma particular. Assim, eles podem produzir o material e divulgar na comunidade as opções existentes. Depois que os estudantes trouxerem as informações, podem reuni-las e produzir o folheto coletivamente, para que todos divulguem o mesmo material.

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

E SE A GENTE... PRODUZISSE UM VÍDEO PUBLICITÁRIO?

Tá ligado!

Para a produção do vídeo, lembre-se das estratégias linguísticas comumente usadas em textos publicitários para o convencimento do leitor ou espectador. Atente, também, às relações entre o verbal e o não verbal, usando seus conhecimentos adquiridos nos estudos de Língua Portuguesa.

A ioga é uma prática ainda pouco difundida nas aulas de Educação Física. Por isso, a proposta é que os estudantes produzam uma propaganda em vídeo para vender a ideia de que ela é uma ótima possibilidade de prática corporal. Você pode exibir alguns comerciais criativos para servir de inspiração – há vários materiais na internet. O vídeo produzido por eles deve ser curto (até dois minutos). Propomos algumas etapas para orientar o trabalho da turma. É muito importante que você acompanhe cada uma delas. Avalie quais podem ser feitas na escola e quais precisam ser encaminhadas para casa. Os estudantes precisarão de câmeras, que podem ser de celulares. Se houver sala de informática na escola, analise a possibilidade de utilizá-la. Outra dica é usar aplicativos e *sites* gratuitos relacionados à produção e à edição de vídeos.

Que tal produzir um vídeo publicitário para incentivar as pessoas a praticar ioga? Formem grupos de trabalho com cinco ou seis integrantes. Não se esqueçam de que vocês estarão divulgando conhecimento sobre essa prática corporal, por isso sejam cuidadosos com as informações selecionadas para compor o material. Se possível, desenvolvam esse projeto com o professor de Língua Portuguesa.

Veja, a seguir, as etapas de trabalho.

1. **Roteiro do vídeo.** Qual será o público-alvo (jovens, adultos, outro segmento)? Que informações o vídeo vai conter? Haverá imagens de algumas posturas? Qual será o enfoque do vídeo: o que são ássanas, os benefícios da ioga, as principais características, as etapas da aula, as curiosidades, ou outro? Haverá falas e/ou texto escrito?
2. **Reunião com o professor.** Apresentem as ideias do grupo ao professor, debatam o roteiro, o formato, as fontes de pesquisa consultadas, as dificuldades. Finalizem o roteiro considerando as orientações recebidas nessa etapa. Deem um nome à campanha.
3. **Ensaio e gravação.** Preparem os materiais e as informações de que precisarão para a gravação, além da câmera (que pode ser a do celular). Ensaiem e gravem o que planejaram no roteiro.
4. **Edição e finalização.** Editem o material e apresentem ao professor a versão final do trabalho, que deve ter no máximo dois minutos.
5. **Exibição e divulgação.** Exibam os vídeos na escola, durante as aulas de Educação Física ou em um evento que contemple mais turmas. Vocês podem também divulgá-los em meios externos, como as redes sociais, o que deve ser planejado previamente com o professor e autorizado pela escola.

MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE Ioga: direito das pessoas com deficiência

Parte 1 – Leitura e discussão do texto

O objetivo desta seção é refletir sobre a importância de garantir o direito das pessoas com deficiência de acessar as práticas corporais. Reflita com os estudantes sobre como a escola e a sociedade podem auxiliar nesse processo.

Leia a seguir o trecho de uma notícia sobre o desenvolvimento de aulas de ioga para pessoas que utilizam cadeira de rodas.

Professora dá aulas de ioga para cadeirantes em Botafogo

A ioga tem cinco princípios básicos e universais. O primeiro e mais importante é a não violência. Para a professora e instrutora Luciana Lobo, o fato de a prática não ser acessível para pessoas com limitações físicas já é uma forma de desrespeitar esse fundamento. Pensando nisso, ela se especializou em ioga restaurativa – que busca relaxamento físico, mental e espiritual –, principalmente para cadeirantes [...].

Luciana faz questão de frisar que a atividade envolve muito mais do que força e flexibilidade. Respiração, concentração, meditação, postura e também a filosofia do exercício são pilares importantes e que podem ser seguidos por qualquer pessoa. Ela atentou para isso quando, em 2006, participou de uma reunião com Marcelo Yuka [1965-2019], ex-baterista do **Rappa**, e percebeu o quanto ele ficava incomodado e desconfortável em sua cadeira de rodas. Saiu do encontro, alugou um modelo semelhante ao do músico e fez um manual de como melhorar a postura. Em seguida, marcou uma conversa com ele e apresentou seu projeto. [...]

Rappa: banda brasileira de *rock* formada no Rio de Janeiro, em 1993.

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

[...] A professora adaptou cada aula às condições de seus alunos e desenvolveu um suporte para que tanto cadeirantes quanto pacientes oncológicos pudessem ficar em cinco posturas diferentes no solo de forma confortável. [...]

— A ideia é que levem o aprendizado para a vida e pratiquem todos os dias em suas casas. As células estão vivas dentro do nosso corpo, então, se você coloca a tensão no pé, por exemplo, manda estímulos para aquela região. É um benefício para o corpo, a mente e a alma — resume Luciana.

AMIM, Júlia. Professora dá aulas de ioga para cadeirantes em Botafogo. **O Globo**, Rio de Janeiro, 2018.

É importante que os estudantes consigam refletir sobre os benefícios que as pessoas com deficiência podem encontrar com a prática da ioga, indo desde questões físicas, até psicológicas e sociais. Caso haja estudantes com deficiência na escola, é muito importante fazer esse debate de forma contextualizada, pensando em como a escola e as aulas de Educação Física podem contribuir para o processo de inclusão, reconhecendo-o como direito garantido pelo Estatuto da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146/2015).

Reflita em conjunto com os colegas sobre a leitura.

- Qual é a importância de garantir às pessoas com deficiência o direito de acesso a exercícios físicos?
- As aulas de ioga em sua escola foram adaptadas para que todos pudessem participar?
- Como você, como membro de sua comunidade, pode auxiliar na inclusão de pessoas com deficiência?

Parte 2 – Pesquisa

Oriente esse processo de pesquisa e seleção, pensando principalmente na segurança e na viabilidade de execução das ássanas sentado em cadeira (na comum ou na de rodas) ou no solo (tatame), desde que essa transferência seja feita de modo seguro e sem constrangimento.

Organizados em grupos, pesquisem ássanas que possam ser realizadas por pessoas que utilizam cadeira de rodas. Selecionem aquelas que exploram movimentos focados, por exemplo, na cabeça, no tronco e nos membros superiores.

Com o auxílio do professor, também é possível elaborar adaptações para ássanas que, mesmo previstas para serem realizadas em pé, podem ser modificadas. Por exemplo, a postura estendida da montanha, conforme o caso, pode ser executada na cadeira sem riscos ao praticante.

Ainda com o auxílio do professor, organizem as posturas selecionadas em uma sequência de práticas, finalizando com um momento de meditação.



LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Postura estendida da montanha.

Elaborada com base em: BROWN, Christina. **A bíblia do yoga**: o livro definitivo em posturas do yoga. São Paulo: Pensamento, 2010.

Parte 3 – Vivência

Esse é o momento de experimentar as ássanas selecionadas na etapa anterior. O objetivo é promover uma vivência inclusiva na escola e refletir sobre a importância de todos terem acesso à ioga. A prática deve ser executada com **todos** sentados em cadeiras, de rodas ou não. Notem que pode ser realizada em outros momentos de sala de aula, quando estiverem sentados.

Caso seja pertinente, vocês podem promover uma aula aberta à comunidade interna e externa da escola e convidar pessoas com deficiência para participarem dela. Ao final, façam uma roda de conversa sobre a importância de todos terem acesso às práticas corporais como um direito à saúde e ao lazer.

Recado final

Esperamos que tenha aproveitado a experiência com a ioga e avaliado como se sentiu durante as vivências com as técnicas de respiração, as ássanas, o relaxamento e a meditação. A ioga é mais uma prática corporal que pode proporcionar uma vida ativa e saudável, além de auxiliar na consciência corporal e na melhora do condicionamento físico.

É muito importante acessar a diversidade de práticas corporais nas aulas de Educação Física, para que você tenha mais autonomia ao optar por alguma delas em sua vida pessoal. Que tal aprofundar suas experiências corporais com a ioga? Não se esqueça de procurar espaços que ofereçam aulas orientadas por profissionais da área. Aproveite!

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

Capítulo 25

JOGOS AFRICANOS: O BRINCAR PARA ALÉM DAS FRONTEIRAS

CIDADANIA E CIVISMO:
VIDA FAMILIAR E SOCIAL
EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS

A proposta deste capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.
Neste capítulo, indicamos o trabalho com jogos e brincadeiras africanos como possibilidade de tematizar questões étnico-raciais nas aulas de Educação Física. Conhecer a cultura de diferentes povos africanos por meio dos jogos pode proporcionar um conhecimento mais profundo sobre a África e sua enorme diversidade étnica, linguística, religiosa e cultural. Trata-se de uma proposta comprometida com a formação antirracista – amparada na Lei nº 10.639/2003 –, crítica e engajada na atuação cidadã dos jovens do Ensino Médio no combate a todo e qualquer tipo de preconceito, dentro e fora de sua comunidade.
Assim, por meio de leituras, pesquisas, experiências práticas e escritas, será possível conhecer um pouco mais da cultura de povos africanos e, por consequência, de nossa cultura corporal de movimento. Serão trabalhadas principalmente as habilidades EM13LGG201, EM13LGG204, EM13LGG301, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG601, EM13LGG602 e EM13LGG704 da BNCC.



DONWILSON ODHIAMBO/SOPA IMAGES/LIGHTROCKET/GETTY IMAGES

Crianças brincando. Nairóbi, Quênia, 2022.

Diferentes povos e culturas também brincam, como nós, em suas comunidades. Como são suas brincadeiras e seus jogos? São parecidos com aqueles que você conhece e/ou com que brincou durante toda a sua infância? Como são realizados? Que materiais utilizam?

O jogo é uma prática corporal universal. Por meio dele, as pessoas aprendem como é ser e estar no mundo, conhecem diferentes construções socias, valores e símbolos culturais. Os jogos favorecem a aprendizagem de regras, como dividir espaços e materiais, estimulam o respeito mútuo, além de proporcionar muito prazer e diversão por sua **ludicidade**. Nós aprendemos muito brincando. Conhecer como diferentes povos se relacionam por meio dos jogos enriquece e amplia as experiências culturais, e esse é o propósito deste capítulo, que será desenvolvido com enfoque em jogos africanos.

Ludicidade: palavra que vem do latim *ludus* (jogo) e se refere à característica daquilo que propicia divertimento, prazer, por meio de brincadeiras e jogos.

Que tal dialogar com uma experiência sem estereótipos e sem preconceitos?

Investigue. O objetivo dessa primeira etapa é fazer um levamento dos conhecimentos que os estudantes têm sobre a África e atuar na quebra de possíveis estereótipos. O continente tem uma grande diversidade de biomas, além de milhares de grupos étnicos e linguísticos com um patrimônio cultural único. Convide o professor de Geografia para trazer dados sobre a África, por exemplo, em relação ao processo de colonização e formação dos países, o clima, recursos minerais, aspectos políticos e econômicos, entre outros, enriquecendo a atividade em um trabalho interdisciplinar.

Investigue

O que vem à sua cabeça quando pensa em África? A África é um continente grande e bastante diverso em termos sociais, culturais, econômicos, linguísticos e religiosos. É muito importante que essa diversidade não seja reduzida por perspectivas preconceituosas, que limitam a compreensão dos significados e símbolos culturais que ela traz. Pesquise quantos países há no continente africano e em quais deles se fala a língua portuguesa para aprofundar seus conhecimentos sobre essa região.

Estratégia: Durante sua investigação, organize as ferramentas de busca e anote os resultados. É importante checar mais de uma fonte de pesquisa para se assegurar de que os dados estejam corretos.

Biblioteca do professor. Indicamos as seguintes leituras.
MALDONADO, Daniel Teixeira *et al*. Tematização dos jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física no Ensino Médio: experiências educativas em uma perspectiva intercultural e antirracista. **Revista Corpoconsciência**, Cuiabá, v. 25, p. 39-63, 2021. Nesse artigo, os autores propõem a expansão do repertório corporal por meio de jogos e brincadeiras africanos como uma possibilidade de educação antirracista.
PINTO, Helen *et al*. (org.). **Catálogo de jogos e brincadeiras africanas e afro-brasileiras**. São Paulo: Aziza, 2022. Nesse livro, é possível encontrar diversos jogos e brincadeiras africanos que você também pode incluir na programação das aulas.

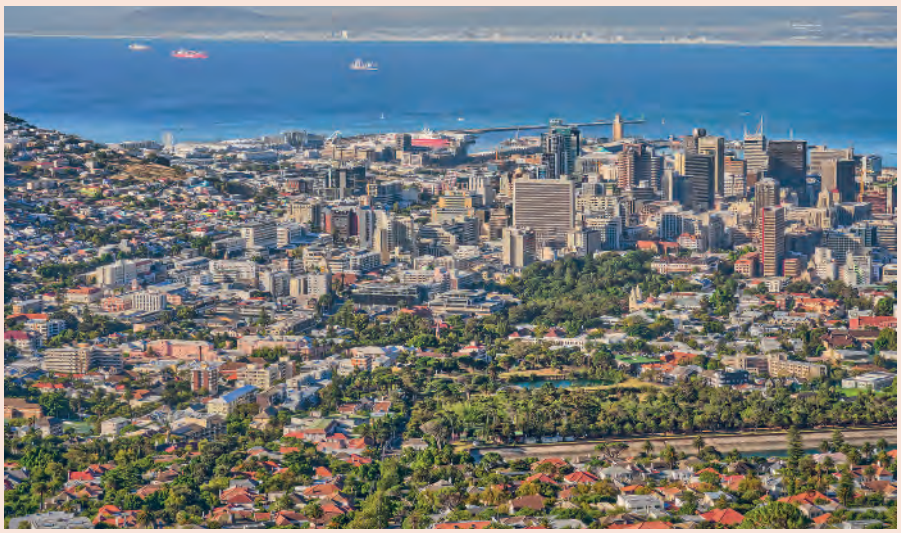
Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

Você sabia que a África do Sul foi o único país africano a sediar uma Copa do Mundo de futebol masculino? Isso aconteceu em 2010, ano em que a Espanha se sagrou campeã mundial pela primeira vez.

Foi um evento importante para a África do Sul mostrar um pouco de sua cultura e ampliar a visão, por vezes reducionista, que ainda cerca o país e o próprio continente. O som das vuvuzelas, instrumento de sopro utilizado pela torcida africana, ecoava pelos estádios, imprimindo uma marca registrada na Copa daquele ano.

Outra curiosidade sobre a África do Sul é que o país é o único no mundo a ter três capitais: uma capital executiva (Pretória), uma legislativa (Cidade do Cabo) e uma judiciária (Bloemfontein). Isso foi resultado de um processo histórico que envolveu a formação da União da África do Sul em 1910, cujo objetivo era justamente descentralizar o poder, de modo que diferentes interesses pudessem ser mais bem representados com cada cidade assumindo uma área de atuação.

Reflita: você já parou para pensar por que demorou tanto para um país africano sediar uma Copa do Mundo de futebol?



DHOXAX/ISTOCK/GETTY IMAGES

Cidade do Cabo, capital legislativa da África do Sul, 2024.

ODS 10

Essa é mais uma oportunidade para trabalhar com o professor de Geografia a geopolítica do esporte. Por que demorou tanto para haver uma Copa do Mundo na África? Como a escolha é feita? Quais são seus critérios? Sinalize que a própria colonização interferiu diretamente para que a efetivação da autonomia dos países africanos fosse conquistada tardiamente em relação à de outros países. Como consequência, demorou para que pudessem se organizar política e economicamente, a ponto de conseguirem estruturar eventos de grande porte com segurança e infraestrutura adequadas. É preciso salientar que o preconceito também atuou como barreira e, assim, a concorrência com países de outros continentes, mais experientes e estruturados economicamente, acabava sendo desleal.

Leitura

A contribuição dos jogos africanos na Educação Física escolar

O histórico das vivências escolares, principalmente nas aulas de Educação Física, indica que os conhecimentos e práticas de jogos são provenientes de saberes e criações de jogos europeus, ou seja, a aprendizagem escolar e suas vivências são inclinadas a existirem devido à influência unilateral das fontes eurocêntricas, interferência essa que ocorre desde os tempos da colonização e ainda deixam marcas no sistema educacional brasileiro atual.

Ainda que se vejam brincadeiras locais em nosso repertório escolar ou até mesmo em momentos de lazer, são de se perceber resquícios das culturas colonizadoras e seu olhar discriminador sobre o que advém da cultura africana ou o que é criado aqui, porém com referenciais africanos [...].

Os jogos africanos consistem em práticas lúdicas provenientes do continente africano, levando em consideração a diversidade existente no continente e as grandes variações de jogos provenientes de lá, desde jogos de tabuleiro até jogos que exigem alta movimentação corporal. Tais práticas propiciam momentos de lazer e diversão para seus participantes, independendo da faixa etária, bem como também corroboram para um aprendizado significativo quando sua execução é planejada de maneira consciente por um educador em um espaço escolar.

Decolonialidade

Como reflexo do processo de colonização, nossa sociedade ainda é moldada por ideias e valores europeus, muitas vezes levando ao apagamento ou à desconsideração de tradições africanas e indígenas, que também fazem parte da formação do Brasil e de outros países latino-americanos, por exemplo. Em reação a isso, a decolonialidade propõe rever e criticar padrões e perspectivas impostos aos povos que foram colonizados e, assim, dar voz a culturas por muito tempo silenciadas.

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

Lei 10.639/03: lei de 2003 que estabelece a obrigatoriedade do ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana nas escolas.

Os jogos vêm sendo cada vez mais necessários nos cotidianos das escolas, tendo em vista o aprendizado global das crianças e jovens, bem como para introdução de uma educação antirracista dentro e fora da sala de aula, fazendo com que eles tenham múltiplas possibilidades para tal objetivo, como com os jogos africanos. [...]

[...]

A partir do que se exige na **Lei 10.639/03**, referente ao ensino da História e Cultura Africana e Afro-brasileira nas escolas, os jogos africanos podem ser percebidos enquanto ferramentas para se atender às expectativas dessa legislação e trabalhar o respeito à diversidade étnica, contribuindo para a construção de uma identidade positiva dos alunos negros [...].

AGUIAR, Larissa de Araújo; ALVES, Luan Fernandes Silva; COSTA JÚNIOR, Edson Farret da. A contribuição dos jogos africanos na Educação Física escolar. **Revista de Trabalhos Acadêmicos Universo**, São Gonçalo, v. 6, n. 12, 2022.

Papo aberto sobre o texto

1. **Segundo o texto, ainda há experiências e conteúdos que estão enraizados nas aulas de Educação Física e, com isso, outros saberes acabam tendo pouco ou nenhum espaço.**
   a. Quais são esses conteúdos?
   b. Pensando em suas experiências pessoais ao longo do processo de formação escolar, você teve contato com manifestações africanas e/ou afro-brasileiras? Se sim, como foi essa experiência?

2. **Considerando que a Lei nº 10.639/2003 determina o ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana nas escolas, responda às questões.**
   a. Como os jogos africanos podem contribuir para o cumprimento dessa lei?
   b. Você acredita que essa lei pode ter papel importante no processo de valorização das culturas africana e afro-brasileira nas escolas? Explique.
   c. Você acredita que a lei pode auxiliar no combate ao racismo? Justifique.

1. a. Jogos provenientes de saberes europeus, ou seja, a aprendizagem escolar e suas vivências são mais influenciadas pelas fontes eurocêntricas, interferência essa que ocorre desde os tempos da colonização portuguesa.

1. b. Resposta pessoal. É importante que os estudantes falem sobre suas experiências de vida, o que pode auxiliar na compreensão dos primeiros impactos da Lei nº 10.639/2003. Anote os conteúdos das experiências lembradas para construir um panorama da turma e tentar ampliar o repertório dos estudantes durante as aulas.

2. a. Eles podem estimular o respeito à diversidade étnica e a diminuição do preconceito e até mesmo contribuir para a construção de uma identidade positiva dos estudantes negros.

2. b. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes consigam traçar um paralelo entre a ausência do ensino de História e Cultura Afro-Brasileira e Africana nas escolas e a necessidade de existência dessa lei.

2. c. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes consigam entender que o apagamento que a cultura afro-brasileira sofreu na sociedade precisa ser reparado. São leis como essa que auxiliam no processo de desconstrução do racismo e de outras manifestações preconceituosas.

Tá ligado!

Conhecer jogos africanos na Educação Física contribui não só para expandir seu conhecimento sobre práticas corporais e culturas diversas, mas também para sua formação em uma perspectiva antirracista. Essa proposta se inter-relaciona com Língua Portuguesa e Língua Inglesa, quando nesses componentes você estuda autores e livros de origem africana, ampliando seu repertório literário e cultural, e com Arte, quando aprecia produções de artistas africanos e afrodescendentes ou manifestações populares brasileiras com influência africana, por exemplo.

Biblioteca cultural

O menino que descobriu o vento, filme de 2019 que se passa no Malawi, pequeno país do sudeste da África, conta a história real de William Kamkuamba, um jovem que, diante das dificuldades com a escassez de energia em sua comunidade, parte para a jornada de construir um moinho de vento. O filme destaca o papel transformador da educação na vida de todos que moram no vilarejo. Que tal assistir ao filme e se inspirar na história desse jovem que foi protagonista em sua comunidade?

Classificação indicativa: 12 anos.



REPRODUÇÃO/NETFLIX

Pôster do filme **O menino que descobriu o vento** (Direção: Chiwetel Ejiofor, Estados Unidos, Malawi, França, Reino Unido, 2019).

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

É muito importante, no decorrer das vivências, adequar os jogos a seu contexto e às características dos estudantes, propondo adaptações que possibilitem novos sentidos e novas experiências para a turma. Procure sempre destacar o papel do jogo como um saber que atravessa gerações, culturas, etnias e continentes.

BORA PRA QUADRA? Conhecendo os jogos africanos

Nesta seção, você terá contato com alguns jogos africanos. Atente para suas principais características e possibilidades de variações. Procure também identificar similaridades com jogos de seu contexto de vida.

1. Agarre o bastão – Egito

Forme um círculo com todos os colegas. Cada um deve segurar um cabo de vassoura, ou algo similar, à frente do corpo com uma das extremidades tocando o solo. Esse será o bastão. A um sinal do professor, todos devem soltar o bastão e pegar aquele que estiver imediatamente à sua direita. O objetivo é não o deixar cair no chão durante essa movimentação. Os jogadores que deixarem o bastão cair vão sendo eliminados até que reste apenas um.

Dica de professor

Vocês podem inverter o sentido em que se movimentam na roda (ora à direita, ora à esquerda), o que pode ser sinalizado pelo professor. Os colegas eliminados podem formar outra roda conforme saem do jogo, para não ficarem muito tempo sem participar da atividade.

Crie diferentes estímulos para indicar a troca do bastão: apito, palma, comando de voz, entre outros. É possível também escolher uma música com a turma e fazer as trocas no ritmo dela.

2. *Ndule ndule* – Guiné-Bissau

Forme um círculo com os colegas. Cada um deve estar sentado em uma cadeira, de modo que as pernas fiquem viradas para o lado de fora do círculo. Um de vocês passa andando por fora, repetindo o nome do jogo, *ndule ndule*, e, aleatoriamente, vai tocando nos joelhos dos colegas sentados. Toda vez que isso acontecer, o jogador tocado deve levantar a perna e mantê-la dessa forma. O processo deve ser repetido até que todos estejam com as duas pernas levantadas. O objetivo é que todos fiquem o maior tempo possível nessa posição. Quem deixar a perna "cair" é eliminado do jogo.

Variação: Vocês podem se dividir em quatro grupos e fazer um campeonato de *ndule ndule*, de modo que os vencedores dos grupos se enfrentem em etapas posteriores.

3. Mamba – África do Sul

Definam, com o professor, qual será a área de jogo – pode ser a quadra de vôlei, se houver. Sorteiem um participante para começar o jogo representando a **mamba**, ou seja, a cobra. Esse jogador deve pegar os colegas dentro do espaço delimitado. A cada captura, aquele que for pego deve segurar na cintura do colega, formando, gradativamente, o corpo da cobra. O jogo termina quando todos forem pegos.

Mamba: a mamba-negra é uma cobra ágil, de veneno bastante letal e que faz parte de vários mitos e lendas africanos.

Dica de professor

Pensem em regras e estratégias complementares para esse jogo. Considerem o seguinte.

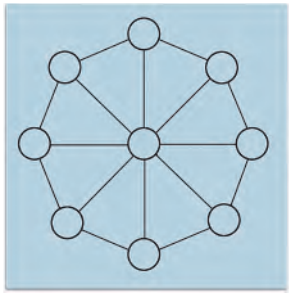
- Todos podem pegar? Ou apenas o primeiro jogador pego pode fazê-lo?
- O corpo da cobra pode ou não sair do espaço delimitado?
- Como o corpo da cobra pode ajudar o pegador?
- Poderia haver "piques" dentro do espaço de jogo?
- Os "fugitivos" podem passar pelo meio do corpo da cobra?

4. *Shisima* – Quênia

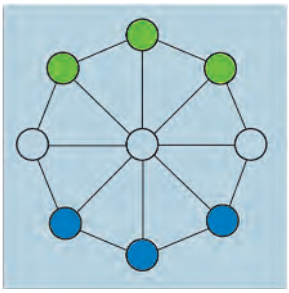
Forme dupla com um colega para jogar. Em uma folha avulsa, desenhem o tabuleiro de *shisima*, conforme a próxima imagem. Cada jogador vai precisar de três peças (tampinhas de refrigerante, moedas, sementes ou algo equivalente), que podem se diferenciar por meio de cores. Para iniciar o jogo, as peças devem ser posicionadas nas extremidades do tabuleiro, de forma que a linha horizontal que o divide ao meio fique vazia. Sorteiem o jogador que vai começar e alternem suas movimentações durante a partida. Cada um deverá deslizar sua peça sobre as linhas em direção às casas vazias. Não é permitido pular peças nem casas. Vence aquele que conseguir alinhar suas três peças primeiro.

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

Pensando no campo da vida pessoal, é importante que os estudantes reflitam sobre os impactos de suas experiências de vida para a aprendizagem e para a formação das pessoas que são na atualidade. Onde e com quem eles brincavam na infância? Essas memórias trazem quais sentimentos? Converse com eles sobre a universalidade dos jogos, exemplificando com brincadeiras realizadas aqui no Brasil.



Tabuleiro vazio.



Tabuleiro com as peças de cada jogador.

ILUSTRAÇÕES: PAULO MANZI/ARQUIVO DA EDITORA

5. Zera – Angola

Oriente a atividade para que os estudantes executem saltos com boa altura, a fim de que o jogo aconteça de forma justa.

Dividam-se em equipes de seis integrantes. É importante que o número total de equipes seja par, para se enfrentarem durante a brincadeira. O objetivo é antecipar os movimentos realizados pelos adversários. Posicionem-se em roda. Cada uma das duas equipes que estão se enfrentando decide previamente a perna (direita ou esquerda) que deverá ser apoiada primeiro no chão após a realização de um salto e indica um participante para ir ao centro da roda realizá-lo. Ao sinal do professor, os dois saltam e aterrissam com a perna indicada. Caso a perna indicada pelas duas equipes seja a mesma, aquele que primeiro encostar o pé no solo marca um ponto, pois terá antecipado o movimento do adversário. Com isso, o participante que perdeu deve ser substituído por outro da equipe para que uma nova rodada seja iniciada. Caso as pernas indicadas sejam diferentes, os dois jogadores são substituídos e ninguém marca ponto. Ao final, contabilizem os pontos para definir a equipe vencedora.

Variação: Também é possível combinar que o jogador que vai ao centro da roda (de ambas as equipes) tenha liberdade de trocar a perna decidida previamente pela equipe. Isso amplia as possibilidades de resultados na hora da brincadeira.

Fala aí!

Pensando em sua vida pessoal, alguma dessas brincadeiras é parecida com alguma que você conhece? Se sim, explique.

Essas brincadeiras trouxeram a você alguma memória afetiva? Como se sentiu ao praticá-las? Você consegue compreender as características de universalidade presentes nessas brincadeiras?

Estratégia: Revisite suas memórias dentro e fora da escola para realizar essa atividade e compartilhe com os colegas o que pensou.

E SE A GENTE... RECRIASSE UM JOGO AFRICANO?

Dividam-se em grupos, se possível, de seis integrantes. Selecionem um dos jogos experimentados até aqui e elaborem uma variação. Vocês podem utilizar referências que já tenham ou mesmo recriar o jogo com base em elementos que tenham surgido durante as vivências. Pesquisem outros jogos africanos para conhecer novas práticas e estratégias que possam ser adaptadas à versão do jogo que seu grupo vai propor.

Tá ligado!

No momento do registro das regras do jogo, não se esqueça de primeiro fazer um rascunho do texto, seguido de uma revisão, para, somente depois, redigir a versão final das regras. Seguir os procedimentos de produção de texto aprendidos em Língua Portuguesa é importante para o resultado de seu trabalho em todas as práticas de escrita, inclusive em Educação Física.

Momento de planejar

Pensem nos itens a seguir.

- Quais serão as regras na sua versão? É possível aproveitar algumas das já existentes?
- Qual será o espaço? Precisa ser delimitado? Se sim, como farão isso?
- O jogo utilizará tabuleiro? Em caso afirmativo, como ele será produzido? (Pensem no tamanho. Se for feito no chão, será demarcado com giz, com cordas, com arcos ou com outro elemento?) Quais serão as mudanças em relação ao tabuleiro original? Que peças serão necessárias?
- Que materiais serão necessários para a realização do jogo?
- Quantas pessoas conseguirão jogar ao mesmo tempo no espaço e com os materiais disponíveis?

Registrem essas informações para facilitar a organização do jogo.

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

Momento de realizar

Organize os grupos de modo que não escolham o mesmo jogo. Acompanhe todo o processo, orientando os estudantes durante as etapas de ação.

Agora, cada grupo deve conduzir uma vivência com o restante da turma.

Roda de conversa

Após as vivências com os jogos africanos, reflita, com os colegas, sobre as questões a seguir.

- Como foi a experiência de conhecer melhor a cultura de diferentes povos africanos por meio dos jogos?
- Qual é a importância dessas experiências para a formação de uma cultura antirracista?
- Que expectativas você tinha antes das aulas com esse conteúdo?
- Qual foi a principal aprendizagem que este capítulo trouxe?

Roda de conversa. Conhecer os jogos africanos é uma experiência formativa que vai além do brincar, uma vez que amplia o repertório de práticas corporais e valoriza a diversidade cultural nas aulas de Educação Física. Por vezes, as práticas que têm mais espaço no currículo são os esportes ou mesmo brincadeiras e jogos de origem europeia. Dessa maneira, abrir espaço para os jogos africanos pode atuar diretamente na desconstrução de preconceitos e estereótipos, configurando ferramenta importante para a construção de uma sociedade antirracista.

MEU CORPO, MINHA IDENTIDADE — Vamos falar sobre racismo

O racismo ainda é bastante presente em diferentes situações da vida em sociedade, manifestando-se em espaços sociais distintos e de muitas maneiras. É importante estar atento a todas as formas pelas quais ele se apresenta para combatê-lo. A proposta é ampliar essa discussão.

Etapa 1 – Leitura coletiva

Djamila Ribeiro: "Eu podia ter o conhecimento e não ter a coragem. Quando você é mulher negra, é preciso ter os dois"

Djamila Taís Ribeiro dos Santos é **Irani** Benedita dos Santos, é Joaquim José Ribeiro dos Santos, é Dona Antonia, é Thulane, é **Oxóssi**. A filosofia africana diz "Eu sou porque nós somos", e Djamila é porque eles foram e eles são.

Impossível contar a trajetória dela sem citar ou ouvir algum desses nomes. Se, hoje, ela é filósofa, escritora, ativista, coordenadora de um selo editorial, membro da Academia Paulista de Letras, tudo isso se deve a quem veio antes dela e está sempre com ela.

"Meu pai me ensinou a estudar, mas a minha mãe me ensinou a andar de cabeça erguida. Sou uma filha de Oxóssi e tudo isso me constitui como uma mulher negra", conta Djamila.

Mas, apesar de ser uma das vozes mais potentes do feminismo negro atualmente, nem sempre foi assim.

"Eu gostava muito de estudar, mas, na época, esse era um lugar de desconforto para as pessoas. 'Como assim, ela – uma menina negra – quer estudar?' Eu só fui conseguir transcender essas coisas quando, no final da minha adolescência, comecei a trabalhar na Casa de Cultura da Mulher Negra, em Santos", relembra.

"Ali, foi um espaço importante para a minha autoestima, para conhecer mulheres acadêmicas e ver que não tinha nada de errado comigo. Naquele espaço, me descobri e me entendi enquanto mulher negra", afirma.

A caçula de quatro filhos cresceu dentro dos movimentos sociais, em meio a debates políticos por conta do pai, que era estivador no Porto de Santos (SP).

Irani: é a mãe de Djamila; Joaquim, seu pai; dona Antonia, sua avó; e Thulane, sua filha.

Oxóssi: divindade de religiões de matriz africana como a umbanda e o candomblé. Ele é o orixá da caça, das florestas e da fartura.

A escritora e filósofa Djamila Ribeiro em evento em São Paulo (SP), 2021.



NELSON ALMEIDA/AFP/GETTY IMAGES

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

Apesar de a consciência racial ter sido construída dentro de casa logo cedo, isso não a deixou imune ao racismo e todas as suas violências.

"Meu pai dizia que a gente era bonito, que a gente tinha que ter orgulho de ser quem a gente é. Mas eu ia pra escola e eu era absolutamente discriminada justamente por ser quem eu era", pontua.

IDICA, Letícia. Djamila Ribeiro: "Eu podia ter o conhecimento e não ter a coragem. Quando você é mulher negra, é preciso ter os dois". **CNN Brasil**, São Paulo, 24 jul. 2023. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/djamila-ribeiro-eu-podia-ter-o-conhecimento-e-nao-ter-a-coragem-quando-voce-e-mulher-negra-e-preciso-ter-os-dois/. Acesso em: 26 jul. 2024.

Na leitura, acompanhamos um pouco da história da filósofa brasileira Djamila Ribeiro, que narra algumas situações de discriminação que sofreu durante sua vida, inclusive em sua passagem pela escola.

É preciso estabelecer um processo contínuo de reflexão, além de ações afirmativas para combater o racismo e outras manifestações discriminatórias na sociedade.

Conhecer um pouco da cultura dos povos africanos por meio de suas brincadeiras e de seus jogos, como fizemos neste capítulo, é uma possibilidade de dar voz àqueles que, em nosso país, por muito tempo foram silenciados e auxiliar na construção de uma sociedade mais igualitária e que valoriza suas raízes.

Agora, com base na leitura, em suas experiências pessoais e nas reflexões e vivências realizadas durante as aulas com os jogos africanos, você e os colegas vão produzir fanzines que tenham como objetivo o combate ao racismo. Neles vocês podem apresentar conceitos, leis, notícias, poemas, reportagens e outras linguagens que auxiliem na luta contra o racismo.

Se possível, traga alguns fanzines impressos para que os estudantes possam manusear e conseguir compreender como produzir um. Caso não seja possível, peça a eles que pesquisem alguns na internet, o que subsidiará o trabalho.

Etapa 2 – Planejamento

O fanzine é uma publicação que surgiu aproximadamente na década de 1930, nos Estados Unidos, pela atuação dos fãs de ficção científica. O próprio termo deriva das palavras *fanatic* (fã) e *magazine* (revista), ou seja, um material desenvolvido por pessoas que se identificam com determinado tema. Aos poucos, uma nova forma de comunicação e expressão estava sendo criada, reunindo em um mesmo material quadrinhos, ilustrações, resumos, poemas, fotos, críticas, comentários, compondo uma verdadeira revista temática.

Pense quais desses elementos você gostaria de utilizar em seu fanzine (quadrinhos, imagens, poemas ou outros) e selecione aqueles com que tiver mais afinidade. Faça pesquisas sobre racismo e amplie suas referências antes de iniciar a produção. Acesse vídeos, imagens, *podcasts* e outras formas de linguagem que possam auxiliá-lo. Lembre-se de que o primeiro passo para escrever sobre um assunto é ler e pesquisar sobre ele.

Etapa 3 – Elaboração

A base de um fanzine é sua produção artesanal, ou seja, você vai precisar de folhas de papel sulfite, imagens, recortes de revistas, lápis coloridos, canetas, cola, tinta, tesoura com pontas arredondadas, fita adesiva e outros materiais que sua criatividade possa explorar.

Não há tamanho-padrão para o fanzine. Você pode produzi-lo em diferentes formatos, o que lhe atribui uma característica bastante pessoal. Sugere-se o formato de livreto. Siga os passos indicados.

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

1. Dobre uma folha de sulfite A4 no sentido horizontal e depois no sentido vertical, para marcá-la em quatro partes iguais (figuras **A**, **B** e **C**).



A



B



C

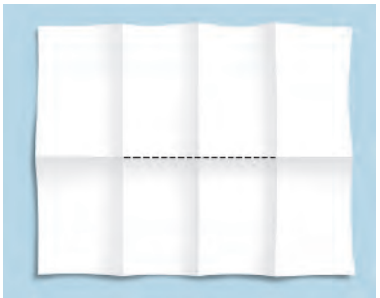
2. Abra a folha e dobre as duas extremidades até o meio dela para fazer mais duas marcações (figura **D**).

3. Com a folha aberta, faça um corte na linha horizontal no meio dela, que tenha como limites essas duas últimas marcações, como sinalizado na imagem (figura **E**).

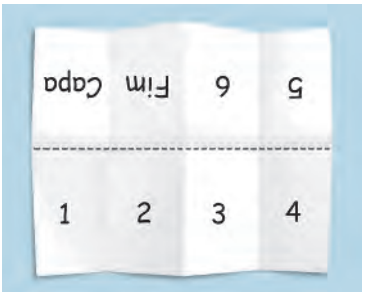
4. Dobre a folha na linha em que foi feito o corte. Numere a lápis cada retângulo de 1 a 4, mantendo a dobra para cima. Continue a numeração dos retângulos do outro lado, ainda com a dobra para cima, e escreva **Fim** no penúltimo retângulo e **Capa** no último, conforme o modelo (figura **F**). Isso vai ajudar você a entender o formato que seu fanzine deve assumir no momento de finalizá-lo.



D



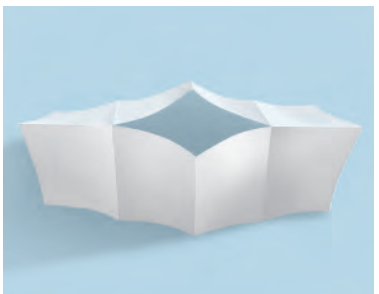
E



F

5. Segurando a folha dobrada, abra o corte feito na linha horizontal aproximando suas extremidades (figura **G**).

   Observe que a folha formou uma espécie de "X" (figura **H**). Feche todas as páginas, finalizando a dobradura e atentando às indicações (numeração, fim e capa), que deverão ser apagadas (figuras **I** e **J**). Agora é só trabalhar no conteúdo.



G



H

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

ILUSTRAÇÕES: PAULO MANZI/ARQUIVO DA EDITORA



I



J

ILUSTRAÇÕES: PAULO MANZI/ ARQUIVO DA EDITORA

Auxilie os estudantes no processo de produção fazendo cada etapa em conjunto com eles. O corte central pode ser feito com um estilete. Avalie essa possibilidade. Atenção para a fase de numeração das páginas e indicação da capa. Elas devem seguir exatamente o modelo, uma vez que, depois de pronta a dobradura, assumem a orientação correta. O ideal é que essa marcação seja bem pequena e feita a lápis para que possa ser apagada ao se iniciar a produção do conteúdo do fanzine.

Faça rascunhos caso precise visualizar seu trabalho antes de iniciar a versão final.

Com base no tema proposto para a produção do fanzine, considere as questões a seguir para orientar o trabalho.

- O que você poderia escrever sobre o assunto? Um poema? Um quadrinho? Um texto argumentativo?
- Pesquise autores que possam auxiliar no processo de escrita; a própria Djamila Ribeiro pode ser uma referência.
- Há filmes e/ou livros que podem enriquecer o fanzine?
- Você conhece perfis nas redes sociais ou livros que contribuem para a educação antirracista para usar como referência em seu trabalho?
- Você tem alguma experiência pessoal relacionada ao tema que possa incluir?

Etapa 4 – Momento de conscientizar e expor

Com a orientação do professor, monte com os colegas uma exposição dos fanzines na escola. Organizem-se com a direção da escola e definam coletivamente onde e como a exposição será realizada. É importante que o local escolhido tenha condições de acomodar os fanzines e os visitantes.

Organize com os estudantes a etapa da exposição e avalie a possibilidade de convidar a comunidade escolar e a externa para apreciar. Previamente, ensaie com os estudantes as falas de abertura e encerramento da exposição. Outra proposta é levar os trabalhos dos estudantes para algum centro cultural da comunidade a fim de aproximá-la da escola.

Estipulem uma data para a abertura da exposição e façam convites para a comunidade acompanhar a atividade. Façam uma apresentação oral para explicar o trabalho produzido pela turma e deem oportunidade aos visitantes de apreciar as obras e fazer perguntas.

Por fim, vocês podem também digitalizar os fanzines e compartilhá-los nas redes sociais ou no *blog* da escola, com a devida autorização, ampliando o acesso às produções.

Recado final

No decorrer deste capítulo, você pôde, por meio de jogos africanos, valorizar parte da produção histórico-cultural desse continente tão rico e conhecer com mais detalhes algumas de suas práticas corporais brincantes. A experiência de jogar mergulhando em outras culturas nos torna mais próximos e cientes de que há muitos saberes compartilhados por diferentes pessoas ao redor do mundo, mas, muitas vezes, falta-nos conhecimento a esse respeito. Reconhecer, experimentar e valorizar os saberes africanos de maneira ativa e consciente pode contribuir para a consolidação de uma educação crítica e antirracista, desde que haja um processo reflexivo. E você, como avalia a experiência proporcionada neste capítulo?

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

UNIDADE 6

CORPO QUE LUTA E DANÇA



LUCIANA WHITAKER/PULSAR IMAGENS

Adolescentes jogando capoeira no Quilombo dos Potes. São João da Varjota (PI), 2022.

Você gosta de praticar alguma luta ou dança? Nesta unidade, você vai produzir uma coreografia da turma, além de explorar a história, os sentidos e a dimensão social de algumas lutas brasileiras, como a capoeira, e vivenciar algumas delas.

Vai compartilhar saberes sobre dança de salão e experimentar passos de gafieira. Também vai participar de jogos cooperativos e utilizá-los como estratégia para discutir, prevenir e combater o *bullying*. Vamos conhecer mais o corpo que luta, dança e coopera.

Capítulo 26

AS LUTAS NA MINHA VIDA

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

ODS 4

DIVERSIDADE CULTURAL

MULTICULTURALISMO

SAÚDE

A proposta deste capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

No campo da vida pessoal, as vivências, análises críticas e aprendizagens objetivam auxiliar os estudantes a construir sua identidade e seu projeto de vida. Neste capítulo, os objetivos são proporcionar uma reflexão sobre a importância das lutas brasileiras na construção da identidade das práticas corporais de nosso país, bem como analisar e compreender a história de suas origens e os significados atribuídos a elas, utilizando suas gestualidades para se autoconhecer e se expressar, a fim de refletir sobre a adoção de um estilo de vida saudável. Dessa forma, poderão ser desenvolvidos os Temas Contemporâneos Transversais (TCT) Diversidade Cultural, Educação para Valorização do Multiculturalismo nas Matrizes Históricas e Culturais Brasileiras e Saúde, e serão trabalhadas principalmente as habilidades EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG604 da BNCC.

Fala aí! Os questionamentos desta seção são para os estudantes expressarem inicialmente os conhecimentos que têm sobre essas lutas (provavelmente, estarão mais familiarizados com a capoeira, que tem maior projeção nacional). Caso não as conheçam, nesse momento deixe-os expor livremente suas curiosidades. Se possível, elenque as curiosidades em uma lista para, com eles, fazer o percurso do capítulo e ir anotando o conhecimento adquirido. No final, verifique se aprenderam tudo o que esperavam. Elenque também os conhecimentos novos para aqueles que já conheciam uma ou mais lutas.

Você provavelmente já notou que a palavra *luta* tem diferentes significados. Ela pode ser empregada, por exemplo, para se referir ao empenho ou esforço para conseguir ou atingir algo. Você já lutou para alcançar algum objetivo ou superar algum fato em sua vida? Luta também pode significar uma competição entre dois indivíduos de acordo com regras preestabelecidas.

Neste capítulo, você terá contato com a história, os sentidos e os significados sociais de algumas lutas brasileiras, como a capoeira, a luta marajoara e o *huka-huka*. Ao reconhecer como elas estão presentes na história e na identidade de nosso país, você poderá descobrir novas formas de autoconhecimento e expressão bem como adotar um estilo de vida saudável.



LUIZ MAIMILIANO

O então campeão de artes marciais Anderson Silva, ao centro, e seus mestres indígenas de *huka-huka*, na aldeia Kamayurá. Xingu (MT), 2011.

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

Fala aí!

Você conhece alguma destas lutas: *huka-huka*, capoeira ou marajoara? Se conhece, qual é a sua proximidade com ela(s)? Se não conhece, quais são suas principais curiosidades e expectativas de aprendizagem sobre ela(s)?

Estratégia: Fale sobre as experiências que você teve ou tem com uma ou mais dessas lutas. Se não teve, reflita sobre a possibilidade de experimentá-las.

O texto resgata algumas falas do episódio 3 do documentário *Espírito da luta*, possibilitando o acesso a informações relevantes. É importante haver espaço para reflexões e discussões sobre as lutas brasileiras e o significado delas para os lutadores e para a cultura do país. A transcrição das falas foi adaptada, visando dar maior fluência à leitura. Ainda assim, é possível identificar variedades linguísticas de diferentes regiões do país, o que proporciona oportunidade para o trabalho com o professor de Língua Portuguesa e o desenvolvimento da habilidade EM13LGG401. Nesta atividade, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG103 e EM13LGG604 da BNCC. Caso tenha possibilidade, exiba o documentário para os estudantes, buscando-o em plataformas de vídeo ou aplicativos de *streaming*.

Leitura

No texto a seguir, você conhecerá a origem das lutas brasileiras e os significados delas para seus praticantes. O texto é a transcrição de trechos de falas do episódio "Terra de luta: as origens da luta no Brasil", do documentário *Espírito da luta*, dirigido por Tadeu Jungle, com informações que pautarão a discussão sobre as lutas no Brasil. Se houver possibilidade, assistam ao episódio com o professor.

Terra de luta: as origens da luta no Brasil

Narrador: O ser humano luta desde que é ser humano. O ser humano luta desde que percebeu a necessidade de sobrevivência. A luta foi o que formou a humanidade: os grupos lutavam para conquistar novas terras, impondo aí os seus costumes. Desde quando nós lutamos? [...] Não se sabe quando e nem em que época essas práticas de luta se disseminaram pelo território brasileiro. A luta se desenvolve possivelmente quando os seres humanos mais primitivos começaram a acreditar na força da Lua, na força do Sol e começaram a observar os ciclos divinos da natureza. Surgiram aí os ritos religiosos. A luta em si era um rito. [...]

Huka-huka: luta dos povos indígenas do Xingu

Local: Parque Indígena do Xingu – Aldeia Pavuru – Povo Kamayurá

Where Kamayurá (Professor e campeão de huka-huka): [...] Como lutadores, a gente não pode ficar sem fazer nada, a gente tem que se cuidar. É muito duro, a gente tem que raspar o nosso corpo, passar raiz, tomar erva, pra gente poder sempre ficar com força. [...] Com doze, treze, catorze anos, a gente começa a **reclusa** dos jovens, dos meninos. É dessa forma que a gente prepara um jovem para ser homem e, principalmente, lutar *huka-huka*. Esse é o objetivo que a gente mais prioriza [...].

Takuman Pereira (Campeão de huka-huka): A luta começa assim: ao chamar o seu adversário, você escolhe. Você chama, ele vem e faz aquela roda de "rom" da onça, se ajoelha e pega na mão. Na hora que pegou na mão, tem que pegar aqui no pescoço e tentar pegar na coxa. Tem que ser rápido, senão o cara vai tentar pegar sua costela [...] e você perde. [...]

Where: [...] Eu ganhei respeito aqui e fora, porque, quando acontecem rituais de **Kuarup**, vem todo mundo ali [...]. Os outros das aldeias olham você ganhando. Então levam essa notícia pra aldeia deles, pra todo mundo.

Pajé Mapulu Kamayurá: [...] A mulher também participa. Mulherada tem que lutar com a mente... de que vai igual ao lutador homem também, pra ir, por igual, lutar. [...]

Narrador: A luta é expressão da força e saúde social da comunidade junto às outras aldeias. A preparação é intensa. [...] Não há um tempo determinado para cada luta. Alguns golpes encerram o combate ou os antigos lutadores decidem pelo empate ou pelo vencedor. O vencedor tem poder.

Where: Quando eu conheci o *huka-huka*, eu vi o cara campeão ganhando, a pessoa tão feliz [...]. Aí eu fiquei imaginando, pensando, sonhando... pô, eu também posso ser. Então foi muita trabalhadeira né, sofrido, até ser nomeado representante do povo.

Reclusa: afastamento, voluntário ou forçado, do convívio social.

Kuarup: ritual fúnebre sagrado, da tradição de várias etnias indígenas; Quarup.



LUCIOLA ZVARICK/PULSAR IMAGENS

Mulheres da etnia Kamayurá da aldeia Ipavu lutando *huka-huka* durante a festa do Uluri, Gaúcha do Norte (MT), 2018.

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

Luta marajoara

Local: Soure – Ilha de Marajó

Dario Pedrosa (Radialista e árbitro de luta marajoara): A luta marajoara, na verdade, é uma modalidade de combate corporal típica da Ilha de Marajó, praticada inicialmente pelos [indivíduos nativos] da ilha, e hoje em estado de expansão, uma prática simples de lazer. [...] Esses indígenas, que moraram aqui e que foram os introdutórios da população marajoara, foram dizimados no período da colonização portuguesa. Sendo o *huka-huka* uma prática dessas [comunidades], elas podem ter deixado isso como herança já no período colonial. É uma luta de projeção pura, é única e exclusivamente de desequilíbrio do adversário, ou seja, não há golpes contundentes, não há chaves, não há estrangulamentos, entende? Derrubou, sujou a costa, acabou o combate.

Imperial (Barqueiro e lutador marajoara): É um esporte de que eu gosto mesmo, é desde criança mesmo: meu pai lá colocava a gente pra lutar a troco até de bombom, [...]. Eu pensei que eu sabia lutar. Passei a morar aqui pela Soure e teve um torneio lá no anfiteatro, lá na praça [...]. Aí eu fui lutar, quando cheguei lá o cara pegou na minha perna [...] e bum! Não deu nem... eu acho que nem 20 segundos, entendeu? Ah, mas com aquilo ali eu fui treinando, aprimorando, fui pegando a esquerda bacana, eu aprendi e nunca mais aconteceu aquilo. [...] A luta marajoara é defesa e ataque todo o tempo [...]. Então tem que treinar bastante a parte física.

[...]

Dario: A posição de pé casado é a tradicional. Todas as vezes que eu tocar em vocês, paralisa o combate imediatamente. A luta marajoara, não preciso lembrar, é um combate em pé; portanto, a luta de chão que não tiver progressão, eu vou parar e nós vamos retomar a luta em pé, ok? Ao sair do círculo, se toquei em vocês, param para retornar o combate ao centro, tudo bem? Casem o pé [...], posição inicial, tempo, lutem! Regra básica: projeção do adversário pra sujar a costa dele no chão; por isso que ela tem que ser praticada em ambiente de solo arenoso, com lama ou com grama, no mínimo. Partida em que o oponente tem pelo menos três quartos da sua costa suja no solo nessas condições [...]. A arena nós chamamos de curral, na verdade. É um círculo desenhado no chão que nós chamamos de área de competição; ali é que os atletas devem permanecer. Nós utilizamos três árbitros: o árbitro central tem a responsabilidade de administrar o combate dentro do curral. Caso durante os cinco minutos do único assalto não se decida por finalização, ou seja, um atleta sujando as costas do outro, os três árbitros reunidos, os dois observadores e o árbitro central, podem decidir pelo voto quem vai ser o grande vencedor. Assalto único, acabou, só prorrogação de dois minutos para poder definir.

[...]

Imperial: Pra mim, o importante é como eu falei, é competir. Eu gosto de mostrar a nossa cultura, entendeu? Perder, isso aí é do torneio, um tem que ganhar, né?



EDU LYRA/PULSAR IMAGENS

Homens em luta marajoara. Cachoeira do Arari, Marajó (PA), 2019.

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

Capoeira

OBJETO DIGITAL Vídeo: Capoeira: Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade

Local: Salvador – Bahia

Mestre Itapuã (Dentista, escritor e mestre de capoeira): Quando você fala em judô, você fala no quê? Japão. Você fala em *capoeira*, você fala Bahia. Esse nome *capoeira* é uma palavra tupi-guarani: *ca-po-era*, que quer dizer mata que deixou de existir. Aquele capinzinho ralo que ficava ali era ideal para se jogar capoeira. Algumas pessoas afirmam que a capoeira veio da África [...] com os [negros escravizados] e se desenvolveu aqui. E outras pessoas dizem que não, que é uma criação do negro [escravizado], dos descendentes dos [escravizados], no Brasil. Eu acredito que ela foi desenvolvida aqui no Brasil, porque de toda a pesquisa que se fez na África até hoje, não se encontrou capoeira [...] dessa maneira como a gente pratica aqui no Brasil.



SERGIO PEDREIRA/PULSAR IMAGENS

Roda de capoeira. Salvador (BA), 2019.

[...]

Mestre Balão (Mestre de capoeira): Nós estamos aqui no Forte da Capoeira, em Salvador, pra fazer um torneio de capoeira. E como é que vai funcionar esse torneio? Qual a essência desse torneio? Vai pontuar o jogo, tá? A harmonia do jogo, a cadência do jogo. Quem recebe a pontuação é a dupla, depois esses pontos vão sendo individualizados pra cada competidor [...]. O vencedor ou a vencedora vão ser os capoeiristas que conseguirem passar por essas fases todas com harmonia nos jogos e, no final, mostrar sua melhor destreza. [...] Com toda essa dimensão da capoeira, as vertentes de capoeira que tem hoje em dia, né... A gente tá fazendo um torneio hoje, mas o fator mais importante hoje é a confraternização. [...]

Narrador: A capoeira foi proibida no Brasil por lei, de 1890 a 1937. [...] A capoeira resistiu. Na década de 1950, o mestre Bimba chegou a fazer uma apresentação para o presidente Getúlio Vargas, que teria dito que "A capoeira é um esporte verdadeiramente nacional". [...]

Mestre Olavo da Paixão (Mestre de capoeira e artesão): Tem pessoas que pensam que capoeira é só brincadeira, mas não é só brincadeira: capoeira é luta, é defesa e ataque. Dentro da capoeira tem o gingado, que é a dança da capoeira, é a base principal para um capoeira aprender a gingar. Do gingado, nascem os golpes e, desses golpes, tem golpe até fatal [...].

Mestre Balão: Eu sou engenheiro civil, eu larguei tudo pra viver de capoeira há muitos anos, entendeu? Então eu tenho orgulho de dizer que sou capoeirista. Eu trabalho com capoeira. [...]

Transcrição de TERRA de luta: as origens da luta no Brasil. Direção de Tadeu Jungle. **Espírito da luta**. Episódio 3. Canal Combate, Academia de Filmes, UFC, 2017.

Papo aberto sobre o texto

1. Segundo o texto, desde quando o ser humano luta?
2. A luta constitui a identidade dos praticantes. Nos depoimentos que você leu, conseguiu identificar semelhanças, nas falas dos lutadores, entre o *huka-huka*, a luta marajoara e a capoeira? Quais são essas semelhanças?
3. Qual é a importância dessas lutas para o país? O que você pensa sobre isso?

1. Sugestão: De acordo com o texto, não há uma data definida, pois a luta esteve presente desde a formação da humanidade. O ser humano lutou desde o momento em que percebeu a necessidade de usar a luta como uma ferramenta de sobrevivência, para a conquista de territórios e imposição de costumes. Além disso, a luta é considerada um ritual com diferentes desdobramentos culturais.

2. Os praticantes dedicam boa parte da vida à luta, ainda que ela não seja considerada uma profissão, em muitos casos. Também se percebe que os lutadores estão preocupados em passar os ensinamentos adiante, pois encaram a prática como um conhecimento cultural que deve ser disseminado.

3. Resposta pessoal. Essas lutas revelam a identidade de diferentes regiões do país e constituem a cultura nacional. Converse com os estudantes sobre a importância de valorizar a cultura tradicional, que se reflete em diferentes práticas, como a luta, além de outros esportes e práticas corporais difundidos e praticados no território brasileiro. Caso você exiba o documentário completo aos estudantes, é possível acrescentar outras discussões e reflexões ao debate. Por exemplo: como se pode comprovar a existência das lutas no cotidiano dos povos primitivos? Qual é o papel da mãe para os lutadores de *huka-huka*? Qual é o significado dos búfalos para os lutadores marajoaras? Qual é o formato dos espaços em que ocorre cada uma dessas lutas? Homens e mulheres praticam essas lutas?

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

Por dentro do texto

4. Faça um quadro como o do modelo e complete-o com as informações solicitadas sobre cada uma das lutas abordadas no documentário.

(Quadro-modelo) Lutas

	Huka-huka	Luta marajoara	Capoeira
Significado para os povos			
Local			
Regras básicas			

MODELO

Preparação do jovem para ser adulto e para lutar *huka-huka*; expressão da força e da saúde da comunidade diante das outras aldeias.	Expressão de uma tradição típica da Ilha de Marajó; esporte e fonte de lazer e diversão.	Inicialmente, luta de resistência contra a escravidão, tendo sido proibida por muitos anos. Após legitimada, tornou-se uma luta nacional.
Luta marcial praticada nas aldeias.	Arena ou curral (círculo desenhado no chão), em que os atletas devem permanecer durante a luta.	No documentário, Forte da Capoeira, em Salvador. Pode ser disputada em academias, praias, praças e outros locais.
O lutador escolhe o adversário; ambos fazem uma roda e o som da onça antes do início; não há tempo definido para a luta; alguns golpes (fazer o adversário cair com as costas no chão; tocar a parte de trás de seus joelhos) encerram o combate, ou antigos lutadores decidem pelo empate ou pelo vencedor.	A luta começa com a posição de pé casado; não pode sair do curral; quando acontece no chão sem progressão, é interrompida; assalto único em tempo determinado; luta em pé com defesa e ataque o tempo todo; o vencedor é quem encosta mais de três quartos das costas do adversário no chão.	O objetivo é confraternizar e são pontuadas a harmonia e a cadência do jogo de cada capoeirista. O vencedor é aquele que passar por todas as fases atendendo a esses critérios. Há vertentes com outros critérios de competição ou mesmo nenhum.

A capoeira é conhecida nacional e mundialmente e seu ingresso em diferentes instâncias sociais (academia, universidade, escola, clube etc.) deu origem a diferentes vertentes e estilos, que definem a forma de condução do jogo e a existência ou não de competição e de alguns golpes.

As mais comuns, entre outras muitas vertentes, são a Angola e a Regional. A primeira tem um estilo de jogo tradicional em homenagem aos descendentes de Angola e sua história, conservando determinados rituais, crenças e valores. A Regional foi organizada por mestre Bimba (1899-1974), para legitimar a capoeira como uma atividade educativa e disciplinada, priorizando o ensino e o treinamento do capoeirista como um lutador, incorporando movimentos das artes marciais.

É lógico!

O preenchimento do quadro requer uma abstração. É necessário filtrar, entre todos os dados de que dispõe, aqueles que atendem ao critério identificado em cada linha. Esse processo envolve julgamento e descarte.

Biblioteca do professor. Para apoiar seu trabalho sobre lutas, indicamos o texto "*Huka-huka*, luta marajoara, luta livre esportiva, *jiu-jítsu*, MMA e capoeira, sim, sim, existem lutas brasileiras", de Ronaldo dos Reis (Disponível em: https://www.gpef.fe.usp.br/semef2018/Relatos/ronaldo_05.pdf. Acesso em: 29 jul. 2024).

Investigue. Os estudantes podem citar, entre outros, o *jiu-jítsu* brasileiro, o *juate-dô* e o *kombato*, que foram criados com base em técnicas já existentes em outras artes marciais. Considere que diversos povos imigrantes também auxiliaram na construção de modalidades de lutas brasileiras.

Investigue

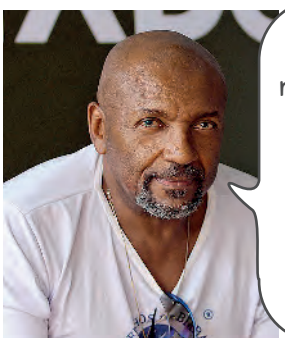
Além do *huka-huka*, da luta marajoara e da capoeira, que outras lutas nasceram no Brasil?

Estratégia: Verifique em mais de uma fonte as informações que encontrar antes de apresentá-las.

Bate-papo de respeito

Consulte as orientações específicas no **Suplemento para o professor**.

Mestre Nenel é mestre de capoeira e filho de mestre Bimba, que contribuiu fortemente para que essa luta fosse legitimada no Brasil. Leia sua fala a seguir.



ACERVO PESSOAL

Todas as tentativas de definir o que é capoeira, na minha cabeça, fracassaram. Toda vez que alguém tenta falar: "Não, agora a capoeira vai ser esporte de não sei quê, de lá das contas...", não adianta, porque vai aparecer também a força da capoeira como cultura. Ela é tão cheia de negaça, ela é tão cheia de rolês, que todas as vezes que tentam aprisionar ela, ela escapole de alguma forma.

Mestre Menel. 2019.

TERRA de luta: as origens da luta no Brasil. Direção de Tadeu Jungle. **Espírito da luta**. Episódio 3. Canal Combate, Academia de Filmes, UFC, 2017.

Em grupos, discutam a afirmação de mestre Nenel. Vocês já conheciam a polêmica em torno das possíveis classificações da capoeira (luta, esporte, dança, jogo)? Para vocês, é importante classificá-la?

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

Se, em seu contexto, alguma das lutas tratadas no capítulo estiver presente, é possível estimular a disputa de minitorneios entre os estudantes, considerando as regras e os cuidados necessários com os iniciantes.

BORA PRA QUADRA? *Huka-huka*, luta marajoara e capoeira

Após conhecer a origem, as representações e os significados das lutas *huka-huka*, marajoara e capoeira, você experimentará alguns de seus movimentos. Assim, poderá compreender na prática as características, a lógica de cada uma delas e suas classificações baseadas nas distâncias.

Atividade 1 – *Huka-huka*

Para dinamizar a vivência, você pode organizar os estudantes em quartetos, de forma que, enquanto dois se enfrentam, a outra dupla arbitra o confronto, garantindo o cumprimento das regras e definindo o vencedor (o primeiro que tocar a parte de trás do joelho do colega).

O objetivo da luta *huka-huka* é derrubar o adversário com as costas no solo; no entanto, um toque de mão na perna, atrás do joelho, também pode encerrar a luta. Trata-se de uma **luta de curta distância**, uma vez que os golpes são aplicados estando os oponentes próximos um do outro, sendo recorrentes os movimentos de agarre e corpo a corpo. Outros exemplos de lutas de curta distância são o judô, o *jiu-jitsu*, o sumô e a luta olímpica.

A preparação dos lutadores de *huka-huka* é bastante complexa e começa logo na infância. Portanto, vamos realizar uma forma adaptada dessa luta, com o objetivo de tocar atrás do joelho do colega. Não é permitido dar puxões ou tapas para se defender.

Como todo início de luta *huka-huka*, posicione-se em frente a seu parceiro, salte e gire simultaneamente na mesma direção que ele. Vocês podem fazer o "rom" da onça para indicar o começo. Segure a mão de seu parceiro e tente pegar atrás do joelho dele. Depois de vencer ou de terminar o tempo estabelecido pelo professor, troque de parceiro.

Atividade 2 – Luta marajoara

A luta marajoara também é uma luta de curta distância, com a finalidade de sujar as costas do oponente no chão e dominá-lo nessa posição. Nesta atividade, vamos vivenciar um de seus posicionamentos básicos.

Para iniciar a luta, fique de frente a seu parceiro, com o pé casado, conforme a ilustração. Ao comando do professor, comecem a luta.

Considerando que o combate ocorre predominantemente em pé, vocês podem usar esta forma de pontuar: dominar o oponente por cinco segundos, segurando seus braços junto ao corpo, conta um ponto. A cada ponto atribuído, reinicia-se a luta. Vence quem fizer mais pontos no tempo total estipulado pelo professor.

Delimite a área de combate com um círculo de 2 metros de diâmetro, aproximadamente.



YASMIN AYUMI/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustração elaborada com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar Educação Física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

Bora pra quadra? Nesta seção, os estudantes serão convidados a compreender as características, a lógica de cada uma das lutas e suas classificações baseadas nas distâncias. Note que, nas atividades, não há projeções do adversário no solo, uma vez que consideramos os estudantes como iniciantes nessas práticas. Todas as lutas devem acontecer em duplas, que podem ser definidas com base em pesos e alturas próximos, tornando as vivências mais equilibradas. Cuide para os estudantes trocarem de colega a cada rodada. Defina o tempo de 1 minuto e 30 segundos para os combates. Promova variações nessa duração de acordo com o desempenho dos estudantes, para que não tenham de esperar muito pela finalização e possam aproveitar melhor as atividades. Fique atento para que ninguém se machuque e avise os estudantes para, no dia da atividade, usarem roupas confortáveis. As duas primeiras lutas devem ser realizadas sobre colchonetes ou tatames, na areia ou no gramado. Peça aos estudantes que se espalhem pelo espaço e demarquem um local para cada dupla, a fim de que não se esbarrem durante as vivências. Nesta seção, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG603.

Biblioteca do professor. Para conhecer melhor a classificação das lutas, baseada em sua lógica interna, e dispor de outras possibilidades de atividades, indicamos o livro *O ensino das lutas na escola*: possibilidades para a Educação Física, de Luiz Gustavo Bonatto Rufino e Suraya Cristina Darido (Porto Alegre: Penso, 2015).

ATENÇÃO

Respeite o corpo de seu colega. Não são permitidos golpes fortes nem qualquer tipo de ação que machuque o colega. Respeite também os limites de seu corpo. Apesar de haver disputas, é uma atividade lúdica de experimentação, não uma competição.

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

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

Atividade 3 – Capoeira

A música é um elemento fundamental para a capoeira. Assim, procure músicas desse contexto para, se possível, tocar durante a aula.

Antes de fazer a roda, é importante aprender os golpes e defesas/esquivas. Alguns deles serão explicados a seguir. Caso você já os conheça, auxilie os colegas a entender a dinâmica de cada movimento. Em dupla, enquanto um realiza os golpes, o outro faz as esquivas, alternando-se. Lembrem-se de que o jogo da capoeira não é combinado previamente. Assim, os movimentos, golpes e esquivas são dinâmicos. Contudo, para que possam aprendê-los e aprimorá-los, nesta atividade é possível coordenar o momento de ataque e defesa com o parceiro.

Movimentos iniciais

Realize os dois movimentos a seguir, que indicam o início do jogo, demarcando a área em que ele ocorre. Você deve estar em frente ao colega de dupla, sem aplicar nenhum golpe.

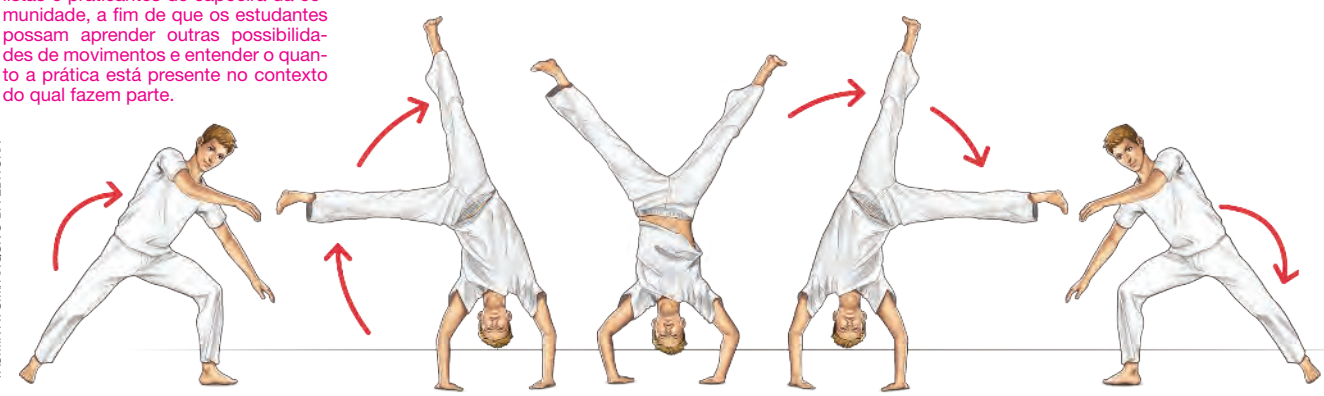
Ginga – Com as pernas afastadas, flexione levemente o tronco para a frente. Em seguida, leve a perna direita para trás e retorne-a à posição anterior. Quando a perna direita vai para trás, a mão direita sobe para proteger o rosto. Repita os movimentos com a perna e a mão esquerdas, no ritmo da música. Conforme dominar o movimento, balance os braços ou flexione-os à frente do corpo, antecipando os movimentos de defesa/esquiva que serão trabalhados posteriormente.



EDNEI MARX/ARQUIVO DA EDITORA

Aú – O aú pode ser realizado logo após o cumprimento dos lutadores ou durante o combate. É um movimento parecido com a roda ou a estrela da ginástica, porém ele não precisa ser feito com a mesma exigência técnica dessa modalidade. Então, execute-o com as pernas abertas, fechadas ou flexionadas quando estiverem no ar.

Além dos movimentos aqui apresentados, você pode ensinar outros que considerar pertinentes, de acordo com seu contexto. Se possível, aproveite a oportunidade para convidar especialistas e praticantes de capoeira da comunidade, a fim de que os estudantes possam aprender outras possibilidades de movimentos e entender o quanto a prática está presente no contexto do qual fazem parte.



YASMIN AYUMI/ARQUIVO DA EDITORA

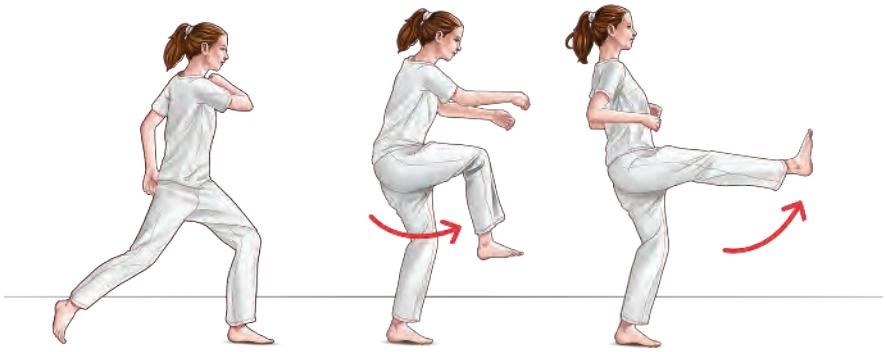
Ilustrações elaboradas com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar Educação Física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

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

Golpes

Realize os movimentos a seguir. Diferentemente do *huka-huka* e da luta marajoara, a capoeira não é uma luta de curta distância. Por isso, não é necessário ocorrer toques entre os lutadores, o que mantém a fluidez e a circularidade do combate.

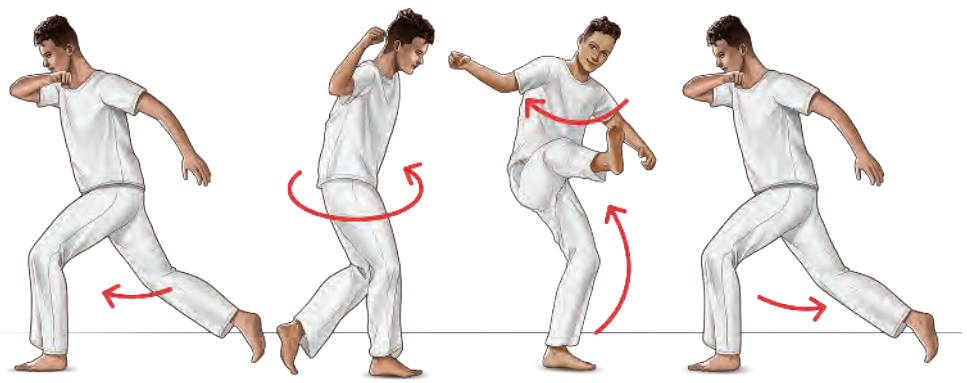
Bênção – Inicie o movimento com a ginga. Estenda a perna detrás da ginga à frente do corpo, formando um ângulo reto, como se fosse acertar o oponente com um chute.



Meia-lua de frente ou queixada frontal – Inicie o movimento com a ginga. Estenda a perna detrás da ginga à frente do corpo, formando um ângulo reto na direção do companheiro e desenhando uma meia-lua no ar, de fora para dentro.



Armada ou meia-lua de costas – Inicie o movimento com a ginga. Basicamente é um chute giratório. Alinhe a perna detrás da ginga com a da frente. Gire o quadril, levando a perna que estava à frente para o lado. Quando estiver no limite da torção, lance ao ar a perna que estava atrás, terminando o giro completo do corpo. Retorne a perna lançada para trás, retomando a posição inicial da ginga. Em um nível mais avançado, o capoeirista realiza esse golpe pulando com as duas pernas.

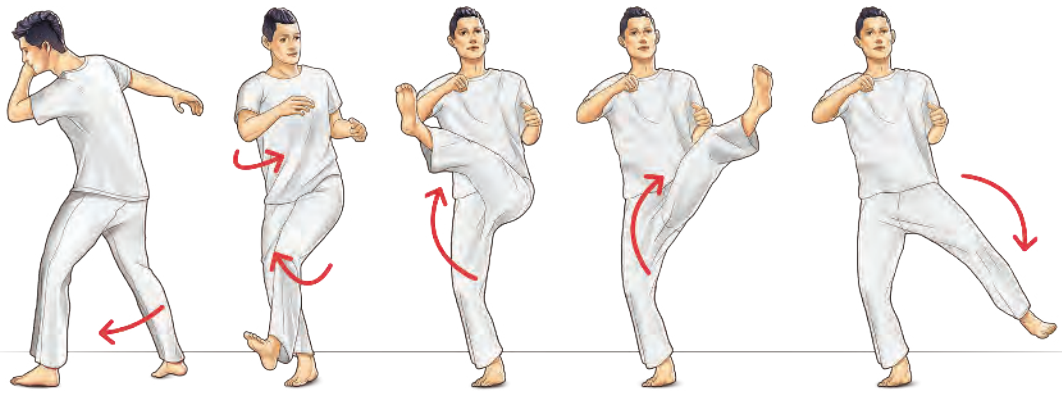


Ilustrações elaboradas com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar Educação Física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

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

ILUSTRAÇÕES: YASMIN AYUMI/ARQUIVO DA EDITORA

Queixada – Inicie o movimento com a ginga. Alinhe a perna detrás da ginga com a da frente. Posicione seu corpo na lateral. Em seguida, faça um meio-círculo com a mesma perna, de dentro para fora. Retorne a perna lançada para trás, retomando a posição inicial da ginga.



Defesa/Esquiva

A seguir, você verá dois movimentos para se esquivar dos golpes. Tente executar as duas esquivas ao receber os diferentes golpes aprendidos, verificando qual funciona melhor como resposta a cada movimento, na dinâmica do jogo.



Cocorinha – Agache sem encostar os glúteos no chão. Enquanto uma mão é apoiada no solo, a outra protege o rosto.



Negativa – Fique com uma perna estendida e a outra flexionada e abaixe seu tronco. Enquanto uma mão é apoiada no solo, a outra protege o rosto.

Ilustrações elaboradas com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar Educação Física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

Roda de capoeira

FAIXA DE ÁUDIO Toque de capoeira

Após treinar, forme uma roda de capoeira com os colegas. Ouçam o áudio **Toque de capoeira**. Se houver instrumentos disponíveis na escola, utilizem-nos de acordo com as instruções do professor. Caso prefiram, vocês podem colocar músicas de capoeira para tocar em um aparelho de som. Enquanto dois participantes da roda jogam, os outros cantam e batem palmas, contadas em três tempos e ao ritmo da música.

Lembrem-se de que não há combinação de movimentos, pois se trata de um jogo que envolve a leitura das ações corporais do oponente, visando confrontá-las, por meio de movimentos de defesa ou ataque. Uma das características dessa prática é enganar o oponente ao lhe aplicar golpes. Também não há necessidade de encostar no adversário para ser considerado um bom capoeirista, pois o que se valoriza é a capacidade de iludir, de disfarçar as intenções do corpo – o que diferencia a capoeira de outras lutas. Em algumas vertentes, encostar o pé no adversário é uma ofensa.

Roda de capoeira. Na roda, é importante representar o mestre de capoeira e indicar o início e o término do jogo. Se possível, utilize o berimbau; se não houver essa possibilidade, combine algum outro sinal com os estudantes. Caso a escola ou os estudantes tenham instrumentos musicais típicos dessa modalidade, como pandeiros, atabaques, caxixis, você pode utilizá-los para realizar a roda.

ILUSTRAÇÕES: YASMIN AYUMI/ARQUIVO DA EDITORA

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

Ao sinal do professor, dois estudantes serão chamados ao centro da roda. Eles devem se agachar, aos pés do professor, trocar cumprimentos e, em seguida, realizar o aú. Depois, devem fazer a ginga e iniciar a sequência de golpes. O sinal do professor indicará o fim do tempo de cada dupla no centro da roda.

Roda de conversa. Talvez essas lutas já façam parte do universo cultural dos estudantes, conforme você pôde verificar na atividade proposta no boxe **Fala aí!**. No entanto, é importante que eles percebam o significado delas para seus povos de origem e para o país, mesmo que não estejam presentes em seu contexto local.

Roda de conversa

Reflita sobre as atividades realizadas e converse com os colegas sobre as questões a seguir.

- Que representação essas lutas tiveram ou têm para você?
- Você já pratica alguma luta em seu cotidiano? Se sim, qual e por quê? Se não, por quê? Você se sentiu estimulado, ao longo do capítulo, a buscar outras possibilidades de lutas?

É importante que os estudantes reflitam sobre a inclusão das práticas de atividade física no dia a dia. Assim, podem considerar as lutas como uma possibilidade de manter um estilo de vida saudável.

Investigue

Pesquise mais sobre a capoeira. Por que ela não é considerada uma luta de curta distância?

Estratégia: Delimite sua pesquisa, dispensando os dados que não interessam.

E SE A GENTE... CONTASSE UMA LUTA?

Antes de mais nada

SAÚDE

Assim como as lutas *huka-huka*, marajoara e capoeira são carregadas de significados que revelam a identidade do povo brasileiro, cada pessoa em particular tem algo que manifesta sua própria identidade, inclusive após enfrentar e superar uma luta.

Que luta vamos contar? Pode ser a sua. Então, para começar, reflita sobre a seguinte pergunta: você já lutou para alcançar algum objetivo ou superar algum desafio corporal? Lembre-se de que a palavra *luta* tem significados distintos; aqui, estamos nos referindo ao empenho ou esforço para atingir um objetivo; no caso, um estilo de vida saudável em que a atividade física é um fator importante.

Nesta atividade, você vai contar se teve dificuldade ou precisou de um empenho maior para realizar alguma vivência corporal nas aulas de Educação Física ou mesmo fora delas, em treinos esportivos ou em academias, por exemplo.

- Se você pratica algum esporte, lembre-se de um momento marcante em que precisou lutar para aperfeiçoar uma técnica, atingir uma meta, passar na seletiva de um time, vencer uma competição etc.
- Se você pratica alguma outra atividade física, identifique um ou mais desafios que enfrentou ou ainda enfrenta para atingir as metas estipuladas, como realizar todas as posições da ioga, aumentar o peso nos aparelhos da musculação, realizar uma nova manobra no *skate*, aumentar sua graduação em uma determinada luta, cumprir o desafio do *crossfit* etc.
- Se não pratica nenhuma atividade física, reflita: você acredita que essa é uma luta importante em seu contexto? De que elementos precisaria para lutar pela inclusão da atividade física em seu dia a dia e, consequentemente, melhorar sua saúde?

Anote resumidamente suas respostas em uma folha avulsa, indicando um ou mais fatos de sua vida que respondem a essas questões.

Investigue. A capoeira é considerada uma luta de média distância, pois as ações motoras são realizadas de forma mais distanciada e não são utilizados implementos durante o combate, sendo mais frequentes golpes de toque (chutes), que, muitas vezes, atingem diretamente o outro. Explique aos estudantes que a capoeira é considerada por muitos uma dança, pois não há toques entre os adversários. Em algumas vertentes da capoeira, os toques e alguns movimentos de derrubada caracterizam agarres. Porém, mesmo assim, é considerada uma luta predominantemente de média distância. Essas variações na classificação são inerentes à prática, considerando as características e intenções diversificadas dos grupos de capoeira.

Momento de planejar

Entre os fatos anotados na etapa anterior, escolha um e escreva um breve relato pessoal. Conte todo o empenho que você teve para alcançar seu objetivo ou iniciar a prática da atividade física ou do esporte. Caso isso não tenha ocorrido, descreva os obstáculos para iniciar uma prática corporal e como poderia superá-los.

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

Com base nas gestualidades aprendidas neste capítulo, e acumuladas ao longo de sua jornada escolar, os estudantes serão convidados a se autoconhecer (lembrando e reconhecendo sua história) e a se expressar. Nesta atividade, você deve orientá-los a relatar uma luta, isto é, uma dificuldade ou necessidade de se empenhar mais para realizar alguma vivência corporal nas aulas de Educação Física ou mesmo fora delas, em treinos esportivos ou em academias, por exemplo. O objetivo é que os estudantes adotem um estilo de vida que seja benéfico para sua saúde. Antes da formação dos grupos, converse com eles para que ouçam, respeitem e tenham empatia com cada relato compartilhado, a fim de que nenhum deles se sinta julgado ou constrangido. Para enriquecer este trabalho e auxiliar nas encenações corporais, sugerimos convidar o professor de Arte.
É muito importante que os grupos façam uma apresentação prévia para que você possa auxiliá-los na melhora da expressão e aumentar a confiança para se apresentarem à turma toda. Tente delimitar a reelaboração do relato durante as aulas, permitindo aos estudantes que ensaiem a versão final em casa. Defina um dia e um horário para que cada grupo se apresente. Se houver algum estudante muito tímido, você pode incentivá-lo a participar usando os recursos com os quais se sinta confortável. O momento de reflexão pode ser feito nos grupos ou com a turma toda. Nesta atividade, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG103, EM13LGG301, EM13LGG402, EM13LGG503 e EM13LGG603.

Retome os depoimentos dos lutadores na seção **Leitura** sobre o que, para eles, significa lutar e como se empenharam e treinaram buscando vencer os confrontos. Coloque no papel por que foi ou é importante lutar para cumprir seu próprio desafio corporal, mesmo que esse seja o de iniciar uma prática.

Reúna-se com quatro colegas e compartilhe sua história de luta. Ouça atentamente os colegas, respeite e acolha cada história de luta compartilhada.

Após todos terem dividido seus relatos, escolham um para encenar e apresentar a toda a turma.

Momento de elaborar e avaliar

No grupo, comecem a pensar em formas de apresentar a história escolhida com o apoio de gestos e movimentos corporais. Qualquer um será aceito, desde que tenha significado para vocês e ajude na apresentação. Produzam uma encenação de no máximo 5 minutos e sejam criativos: pensem nas falas, nas expressões faciais e em movimentos que possam acompanhar a apresentação. Pesquisem elementos teatrais que possam ajudar nessa criação: gestos, expressões, entonação, entre outros.

Assim como a capoeira é acompanhada de música, vocês também podem escolher um fundo musical ou elaborar uma dança para auxiliar na "narração" da luta. Roupas, acessórios e objetos podem ser utilizados, caso considerem necessário.

Apresentem a criação ao professor e anotem todas as diretrizes, pois o grupo as utilizará para aprimorar a transmissão da mensagem aos colegas. Refaçam o que for necessário para sua apresentação.

Consulte as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Momento de apresentar e refletir

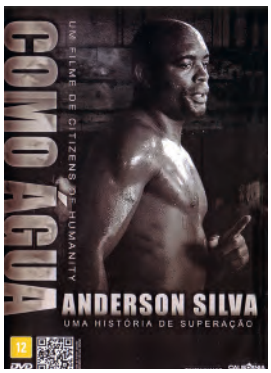
No dia e horário marcados, apresentem a história de luta a toda a turma. Ao término das apresentações, reflitam sobre os pontos a seguir.

- Vocês conseguiram expressar tudo o que queriam?
- Como se sentiram ao compartilhar um fato importante com os demais colegas?
- Vocês acreditam ser importante incluir uma atividade física na rotina diária, considerando os benefícios de um estilo de vida saudável?
- Se vocês já praticam alguma atividade física, quais benefícios vocês podem compartilhar com seus colegas?
- Que relação vocês fazem entre o significado da história de luta individual para vocês e o das lutas brasileiras para seus respectivos povos de origem?

Biblioteca cultural

Até os grandes lutadores devem se empenhar para alcançar suas metas e objetivos nas diferentes modalidades esportivas escolhidas. No documentário *Anderson Silva: como água*, você pode acompanhar os treinos desse lutador de MMA para defender seu título de peso médio

Classificação indicativa: 12 anos.



REPRODUÇÃO/CALIFORNIA FILMES

Pôster do filme *Anderson Silva: como água* (Direção: Pablo Croce, Califórnia Filmes, Estados Unidos, 2012).

Recado final

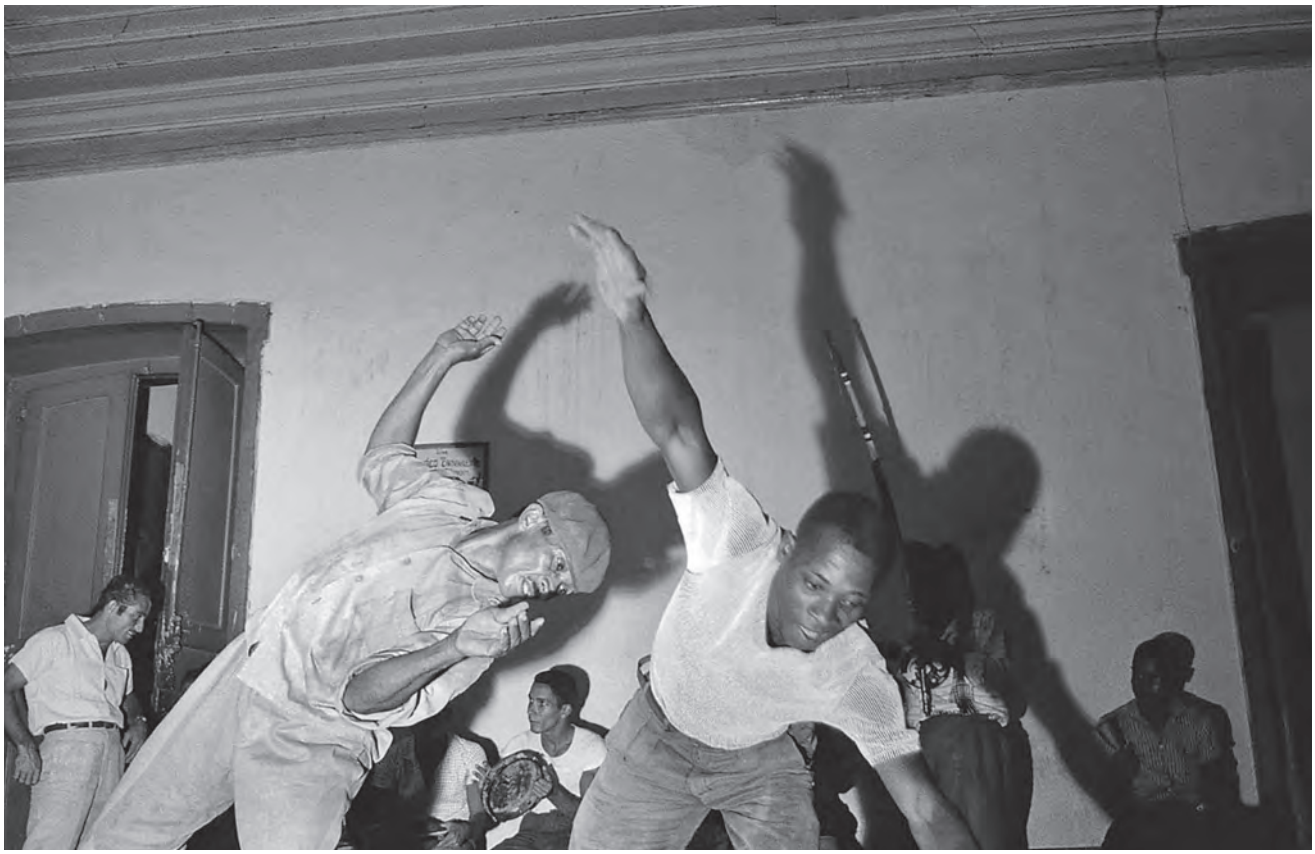
Neste capítulo, você conheceu algumas lutas que fazem parte da cultura brasileira: o *huka-huka*, a luta marajoara e a capoeira. Também vivenciou movimentos característicos dessas práticas com seus colegas e, por fim, utilizou essas e outras gestualidades para contar uma história de luta para alcançar um objetivo referente à prática de uma atividade física. Portanto, você pôde se conhecer melhor e experimentou a possibilidade de lidar com seu corpo, bem como diversos sentimentos e emoções, respeitando a si e aos colegas. Diante dessas aprendizagens, reflita sobre como as ações da luta, o atacar e o defender, estão presentes em seu cotidiano, e considere que, talvez, para ter um estilo de vida ativo e superar os desafios corporais, seja preciso lutar.

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

Capítulo 27

CAPOEIRA, CORPO E ANCESTRALIDADE

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.



MAUREEN BISILLIAT/ACERVO INSTITUTO MOREIRA SALLES

Vicente Ferreira Pastinha, o Mestre Pastinha, à esquerda, jogando com aluno. Série Bahia Antiga e Nova. Bahia, s. d.

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

MULTICULTURALISMO

DIVERSIDADE CULTURAL

ODS 4

A proposta deste capítulo estabelece relação com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Sugira aos estudantes que consultem as páginas iniciais deste livro para relembrar os ODS.

No dia 26 de novembro de 2014, em Paris, na França, a roda de capoeira passou a ser considerada Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco). Um reconhecimento importante para essa manifestação cultural de expressão e resistência afro-brasileira que combina elementos de luta, dança e jogo. No entanto, a capoeira já foi proibida no Brasil e, mais do que isso, foi considerada crime, previsto no Código Penal brasileiro, pelo Decreto nº 487, de 11 de outubro de 1890, no capítulo XIII, que tinha como título "Vadios e capoeiras", apenas um pouco mais de dois anos após a abolição do regime escravocrata, que perdurou por três séculos e meio no país, demarcando as políticas de marginalização e criminalização das pessoas negras e da cultura afro-brasileira, o que desmonta a tese falaciosa de uma suposta democracia racial em nosso país.

Tendo essas questões em vista, neste capítulo a capoeira será tratada como luta não apenas do ponto de vista da prática corporal, mas também como expressão de luta por direitos e contra o racismo estrutural, institucional e cotidiano. Venha para nossa roda de capoeira e vamos nos aquilombar para conhecer e respeitar essa cultura ancestral afro-brasileira.

Leitura

Leia a seguir alguns excertos do artigo científico de autoria de Sara Abreu da Mata Machado e Rosângela Costa Araújo (Mestra Janja), que apresenta reflexões sobre a Capoeira Angola como uma cultura de matrizes negras e africanas no Brasil e como uma práxis educativa transformadora e libertadora.

Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora

A Capoeira Angola, uma das mais importantes tradições culturais de matriz africana no Brasil, configura-se, atualmente, como uma filosofia de vida, uma forma de ver o mundo, que se atualiza e se insere no jogo político, na luta por reconhecimento. Os movimentos da capoeira nos permitem obter e criar visões de mundo dos mais diversos ângulos e posições.

Aprender os movimentos da capoeira não se limita a aprender a jogar em uma roda de capoeira. A Capoeira Angola é um jogo de desafios e inversões, mais que certezas. A Capoeira Angola tem também estrutura, mas que, ao invés de limitar, pode ter o sentido de libertar, como nos diz Eduardo Oliveira (2007, p. 182): "A capoeira angola é uma totalidade aberta (alteridade) e tem como estrutura a ancestralidade (sagrado). A ancestralidade não é um conjunto rígido de sanções morais, mas um modo de vida". A Capoeira Angola é um modo de vida, que se fundamenta na ancestralidade e "que só existe por causa do mistério. Lógica diferencial porque inventiva" (Oliveira, 2007, p. 181).

[...]

Assim, a capoeira nos possibilita pensar, também, em uma **epistemologia** "angoleira", a partir da qual seja possível falar sobre seus próprios processos educativos, como bem nos diz Eduardo Oliveira (2007, p. 101):

> É no movimento do corpo que vislumbro a possibilidade de uma leitura do mundo a partir da matriz africana, o que implica decodificar uma filosofia que se movimenta no corpo e um corpo que se movimenta como cultura. O corpo ancestral é a reunião desta filosofia, desta cultura, bem como o resultado desse movimento de contatos e conflitos que se deram e se dão na esfera social, política, religiosa e corporal.

O corpo é aqui compreendido como lugar sagrado, expressão materializada do nosso Ser, que deve, portanto, ser cuidado, autonomamente, por cada um de nós. Mestre Pastinha nos dizia da importância de se ter cuidado com o corpo do outro, como um compromisso ético que deveria ser assumido pelos capoeiristas. Herdamos, de nossa matriz cultural africana, a intimidade com movimentos diversos do corpo, tanto na dor como no prazer. E é esse mesmo corpo, em seu movimento e em sua relação com os outros, que é capaz de formar um corpo maior, um movimento cultural, político e social.

Nesse movimento, o Axé, ou Ngunzo, é um dos elementos fundamentais: "Axé é força vital, sem a qual, segundo a **cosmovisão** nagô, os seres não poderiam ter existência nem transformação" (Sodré, 1988, p. 129). O autor diz que essa noção de axé não se limita à cosmovisão nagô, mas também é referência ao povo Banto e existe nos animais, minerais, plantas, seres humanos (vivos e mortos), sendo preciso o contato de dois seres para a sua formação. Ele complementa: "sendo força, mantém-se, cresce, diminui, transmite-se em função da relação (**ontológica**) do indivíduo com os princípios cósmicos (orixás), com os irmãos de linhagem, com os ancestrais, com os descendentes" (Sodré, 1988, p. 129).

Epistemologia: parte da filosofia que estuda o conhecimento humano, especialmente o científico, sua natureza, seu alcance, seus limites e o processo de aquisição desse conhecimento.

Cosmovisão: concepção de mundo intuitiva.

Ontológica: que diz respeito à ontologia, parte da filosofia que tem por objeto o ser enquanto ser.

Muniz Sodré (1988, p. 85-86) diz que "o valor supremo dos bantos é 'vida, força, viver fortemente ou força vital'. Assegurar o fortalecimento da vida ou a transmissão da força de vida à posterioridade é objetivo explícito de muitas práticas ritualísticas".

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

A educação, nessa perspectiva, passa pela transmissão do Axé ou Ngunzo, corporal e presencialmente, de forma ritualizada e se caracteriza como um processo **iniciático**, como explica Muniz Sodré: "A ligação entre os vivos e os outros seres (mortos, animais, plantas etc.) é iniciática. A iniciação – processo complexo de entrada do indivíduo no ciclo das trocas simbólicas" (Sodré, 1988, p. 128). Esses seriam alguns dos princípios da cosmovisão afro-brasileira que fundamentam a Capoeira Angola, (re)construídos nas práticas educativas cotidianas de grupos que se identificam como herdeiros de uma tradição negra e de resistência em nossa sociedade. Na perspectiva de Eduardo Oliveira (2007, p. 100), são destacados três princípios fundamentais da cosmovisão africana: diversidade, integração e ancestralidade.

Iniciático: que diz respeito à iniciação de alguém no conhecimento de mistérios religiosos ou místicos.

[...]

Na Capoeira Angola o seu processo de aprendizagem não se limita a momentos de treinamento ou de aulas, mas passa pela inserção e o envolvimento dos aprendizes no universo da capoeiragem, o que atualmente acontece principalmente por meio dos grupos de capoeira. Os grupos, por sua vez, reconhecem-se como pertencendo a determinada linhagem, que apontam os mestres das gerações passadas aos quais os ensinamentos, filosofias e formas de trabalho de cada grupo se referem. No entanto, cada grupo apresenta suas peculiaridades, de acordo com seus mestres diretos e seus participantes, o que nos leva a compreender que pertencer a uma ou outra linhagem não implica necessariamente perda de autonomia, como salienta Araújo (2004), referindo-se às comunidades de Capoeira Angola nas quais esses sujeitos estão inseridos:

> Estas comunidades se caracterizam pela **autonomia de um ajuntamento histórico, simbólico, afetivo, opcional**. Aqui, não nos interessa tanto o referendo destas criações conceituais e identitárias, mas o aporte das ressignificações que lhes justifiquem a constituição do estarem juntos formando mais uma comunidade vinculada a tal matriz ou linhagem (Araújo, 2004, p. 138, grifos meus).

O texto possibilita um trabalho com o professor de Língua Portuguesa na abordagem feita aqui da língua como fenômeno social, político e cultural, mostrando o vínculo intrínseco entre a utilização da linguagem e as atividades humanas.

[...]

Nas práticas pedagógicas da capoeira, nesse sentido de Comunidade, o(a) mestre(a) ou educador(a) é a maior referência, que demonstra um saber adquirido por meio de sua experiência, fundamentalmente de forma oral, seja contando histórias, fazendo reflexões durante os momentos de treinos ou em outras situações informais com os educandos, ou por meio das músicas cantadas durante as rodas. Mestre Pastinha ensina: "Os mestres rezerva segredos, mais não nega a esplicação. Você deve cantar com inredo improvisado" (Decânio Filho, 1997, p. 30).

Consideramos a oralidade de forma ampla, não apenas restrita à palavra falada, mas ao que diz respeito à vivência, à observação prática e aos exemplos de conduta. Mestra Janja diz que a Capoeira Angola, como práxis pedagógica articulada à ancestralidade, "está assentada na prática da **vivência grupal e da oralidade** e, como todo assentamento, impõe a ligação entre o mundo visível e o invisível, numa ética própria assegurada no ir e vir das múltiplas temporalidades" (Araújo, 2004, p. 21. Grifos nossos).

Aproveite para conversar com a turma sobre alguns aspectos que caracterizam um texto de artigo científico ou acadêmico, chamando a atenção para as citações de outros autores além das autoras do próprio artigo, analisando com os estudantes os motivos que levam a essas citações, que estão relacionados ao adensamento dos conhecimentos tratados no texto, por meio da confrontação de diferentes estudos sobre o tema em questão. Destaque também o uso de referências bibliográficas ao final do texto que servem para auxiliar o leitor no acesso a essas fontes, lembrando ainda que essas formas de elaboração de citações e referências são orientadas por diferentes conjuntos de normas, sendo a Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) a utilizada no artigo do capítulo.

[...]

A referência à ancestralidade diz de quem somos nós, a quem devemos a nossa existência aqui e agora, mas vai além de laços consanguíneos, trazendo seu sentido para o pertencimento. Implica conhecer e reconhecer-se na construção de sua própria história e missão de vida. A ancestralidade remete não ao passado descolado do presente e do futuro, mas a partir da ideia do tempo circular, não linear. Ela remete ao reconhecimento dos valores e sentidos que nos conformam, que dão sentido à nossa autopercepção no mundo, ao autoconhecimento, à compreensão mais ampla de nossa própria existência. Ancestralidade que envolve a dimensão espiritual, passando pelo corpo e pela natureza.

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

1. Resposta pessoal. Procure valorizar cada resposta, buscando compreender onde os estudantes acessaram as informações compartilhadas. Para não deixar a discussão totalmente aberta ao relativismo, demarque com a turma que basicamente são dois os principais tipos de capoeira, a Angola e a Regional, mas outros desdobramentos desses tipos são criados de tempos em tempos, tornando praticamente impossível o desafio de estabelecer uma categorização única para todas essas expressões.

2. Resposta pessoal. Permita que o maior número possível de estudantes expresse sua opinião, estabelecendo um ambiente de acolhimento e respeito às expressões diversas, sem perder de vista a atenção e a não conivência com opiniões que expressem preconceitos e discursos de ódio de diferentes matizes.

3. Resposta pessoal. Essa pode ser uma primeira possibilidade para que os estudantes se debrucem sobre os significados da cultura da oralidade e da ancestralidade em seus contextos e no mundo contemporâneo (habilidade EM13LGG401). Peça aos estudantes que leiam o artigo na íntegra, pois isso contribui significativamente para a mediação da recepção desses conceitos pela turma. Na página 103 do artigo, por exemplo, as autoras discutem a importância da oralidade na capoeira, com base na experiência e na observação, exaltando ainda as virtudes das culturas indígenas e africanas como sociedades da memória, por meio de um provérbio que diz: "Quando morre um velho é como se uma biblioteca inteira fosse incendiada".

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

[...]

A Capoeira Angola atua no mundo pelo encantamento. E fundamenta-se na Ancestralidade. Capoeira que acontece no ritual – a Roda – onde sua estética reflete sua ética. Onde se encontram o velho e novo, atualizam-se os antepassados, circula-se o Ngunzo, restituindo-se a Força Vital. Rituais que são realizados pelas comunidades que formam os grupos de Capoeira Angola.

Referências

ARAÚJO, Rosângela Costa. **Iê, viva meu mestre**: a Capoeira Angola da 'escola pastiniana' como práxis educativa. 2004. Tese (Doutorado) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

DECÂNIO FILHO, Ângelo. **A herança de Pastinha**. 2. ed. Salvador: Coleção São Salomão, 1997.

OLIVEIRA, Eduardo David de. **Filosofia da ancestralidade**: corpo e mito na filosofia da educação brasileira. Curitiba: Editora Gráfica Popular, 2007.

SODRÉ, Muniz. **O terreiro e a cidade**: a forma social negro-brasileira. Rio de Janeiro: Vozes, 1988.

MACHADO, Sara Abreu Mata; ARAÚJO, Rosângela Costa. Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora. **Horizontes**, [*s. l.*], v. 33, n. 2, p. 100-110, 2015.

Comunidades de aprendizagem. Proponha aos estudantes que discutam as ideias de comunidade presentes na fala de bell hooks e na seção **Leitura**, analisando de que modo se aproximam ou se distanciam da experiência deles em sala de aula e como essas ideias de comunidade podem contribuir para a aprendizagem da capoeira nas aulas de Educação Física e para a vida escolar de uma forma mais ampla.

Papo aberto sobre o texto

1. **O texto trata de uma das manifestações ou tipos da capoeira, a Capoeira Angola. Você conhece outros? Quais?**

2. **Você já praticou ou assistiu a algum jogo de capoeira? Qual é seu sentimento em relação a essa prática corporal?**



SERGIO PEDREIRA/PULSAR IMAGENS

Roda de capoeira com pessoas jogando e tocando. Bairro Amaralina, Salvador (BA), 2019.

3. **Alguns conceitos-chave tratados no texto são o de oralidade e o de ancestralidade, importantes princípios que fundamentam a cosmovisão afro-brasileira. Qual é a importância desses princípios em sua vida e na sociedade de uma forma geral, na sua opinião?**

4. Resposta pessoal. Aproveite as respostas dos estudantes para elaborar coletivamente a importância dessa ideia de comunidade trazida por Mestra Janja, discutindo e valorizando a existência de espaços em que as pessoas convivam de acordo com sentidos de coletividade orientados para o bem comum e nos quais a palavra e a expressão de cada um é valorizada e respeitada.

4. **Rosângela Araújo, a Mestra Janja, refere-se no texto às comunidades de Capoeira Angola como caracterizadas pela autonomia de um ajuntamento histórico, simbólico, afetivo e opcional.**
Você conhece algum grupo de capoeira? Em caso afirmativo, sabe dizer se apresenta essas características? De que forma elas acontecem nesse grupo? Caso você não conheça, qual é sua opinião sobre essa caracterização das comunidades de Capoeira Angola feita por Mestra Janja?

Valorize também as contribuições trazidas por aqueles que conhecem grupos de capoeira e procure associar as experiências apresentadas por esses estudantes à ideia de comunidade com seus componentes históricos, simbólicos e afetivos, bem como à autonomia proporcionada aos sujeitos que integram essa comunidade.

Comunidades de aprendizagem

A professora e escritora feminista estadunidense bell hooks acreditava que as Comunidades de Aprendizagem são espaços privilegiados de formação humana. Segundo ela, "Trabalhando com pedagogia crítica baseada em minha compreensão dos ensinamentos de [Paulo] Freire, entro na sala partindo do princípio de que temos de construir uma 'comunidade' para criar um clima de abertura e rigor intelectual. [...] o sentimento de comunidade cria a sensação de um compromisso partilhado e um bem comum que nos une. Idealmente, o que todos nós partilhamos é o desejo de aprender – de receber ativamente um conhecimento que intensifique nosso desenvolvimento intelectual e nossa capacidade de viver mais plenamente no mundo. Segundo minha experiência, um dos jeitos de construir a comunidade na sala de aula é reconhecer o valor de cada voz individual".

HOOKS, bell. **Ensinando a transgredir**: a educação como prática da liberdade. 2. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2017. p. 57-58.

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

Por dentro do texto

5. A pergunta abre margem para diversas argumentações por parte dos estudantes, que podem ser devidamente valorizadas e discutidas de forma crítica. Cabe, no entanto, pontuar (no caso de isso não ser abordado de forma mais concreta) que a Capoeira Angola extrapola a dimensão de uma luta ou de uma prática corporal, assumindo um conjunto de sentidos e valores que são compartilhados e incorporados por seus praticantes, como movimento cultural, político e social.

5. **Em que sentido podemos afirmar que a Capoeira Angola pode ser reconhecida como filosofia de vida?**

6. **Mestre Pastinha, principal referência da Capoeira Angola, falava sobre a importância de se ter cuidado com o corpo do outro. Com base na leitura do texto, responda às questões a seguir.**

   a. A que tipo de cuidado você acredita que o mestre se referia?

   b. Qual é a compreensão de corpo que o texto vincula à Capoeira Angola?

7. **No artigo há uma reflexão sobre o axé, ou *ngunzo*, com base na citação de Muniz Sodré, importante escritor, jornalista e professor universitário brasileiro. Considerando a conceituação trazida pelo autor, responda às questões.**

   a. Qual é o significado de axé, ou *ngunzo*?

   b. Segundo o autor Eduardo Oliveira, quais seriam os princípios da cosmovisão africana que fundamentam a Capoeira Angola?

8. **Um dos princípios fundamentais da cosmovisão da Capoeira Angola é o de ancestralidade. Qual é a concepção de ancestralidade adotada no texto?**

6. a. Ao cuidado no sentido da alteridade, do respeito e da responsabilidade compartilhada que os jogadores de capoeira assumem em relação a seus companheiros, que não devem ser vistos como adversários no jogo ou na vida.

6. b. O corpo como lugar sagrado, expressão materializada de nosso ser, que deve ser cuidado de forma autônoma. Corpo que extrapola a dimensão biológica ou biomédica e abarca a dimensão transcendental e ancestral de um conjunto de crenças e valores da cultura na qual estamos inseridos.

7. a. Trata-se da força vital que possibilita a existência e a transformação dos seres, de acordo com a cosmovisão nagô e do povo banto.

7. b. Diversidade, integração e ancestralidade.

8. O texto adota uma concepção assentada na ideia de tempo circular e não linear (não se restringindo ao passado descolado do presente e do futuro), que não se limita apenas à ideia de laços consanguíneos, trazendo também a ideia de pertencimento, que envolve quem somos e de onde viemos ou a quem devemos nossa existência. Remete ainda ao reconhecimento de valores e sentidos que nos proporcionam a autopercepção no mundo, envolvendo as dimensões espiritual, do corpo e da natureza.

Bate-papo de respeito

Antônio Bispo dos Santos (1959-2023) "nasceu no vale do rio Berlengas, no Piauí. Lavrador, formou-se com os saberes de mestras e mestres do Quilombo Saco Curtume, no município de São João do Piauí, e foi o primeiro de sua família a ser alfabetizado. Desde cedo, foi incumbido de desenvolver a habilidade de traduzir para a escrita a sabedoria de seu povo e mediar as relações com o Estado, cuja violência se manifesta, também, pela invalidação da oralidade. Como liderança, atuou na Coordenação Estadual das Comunidades Quilombolas do Piauí (Cecoq/PI) e na Coordenação Nacional de Articulação das Comunidades Negras Rurais Quilombolas (Conaq). Sua atuação política nos movimentos de luta pela terra ancora-se na cosmovisão dos povos contracolonizadores".

SOBRE o autor. *In*: SANTOS, Antônio Bispo dos. **A terra dá, a terra quer**. São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023. p. 68.



CESAR BORGES/FOTOARENA

Somos povos de trajetórias, não somos povos de teoria. Somos da circularidade: começo, meio e começo. As nossas vidas não têm fim. A geração avó é o começo, a geração mãe é o meio e a geração neta é o começo de novo.

Antônio Bispo dos Santos em palestra em Guarulhos, São Paulo, 2023.

SANTOS, Antônio Bispo dos. **A terra dá, a terra quer**. São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023. p. 102.

Leia a afirmação de Antônio Bispo e procure relacioná-la com a concepção de ancestralidade adotada no texto da seção **Leitura**.

Antônio Bispo dos Santos, o Nego Bispo, escreveu poemas, artigos e ensaios. Entre suas publicações, estão *Colonização, quilombos: modos e significações* (Brasília: UnB; INCTI, 2015) e *A terra dá, a terra quer* (São Paulo: Ubu; Piseagrama, 2023).

Bate-papo de respeito. É importante estabelecer com a turma um espaço de fala e escuta atenta e acolhedora. Caso os estudantes não mencionem esse aspecto, provoque-os a comparar a ideia de circularidade da fala de Antônio Bispo dos Santos com a ideia de tempo não linear e de ancestralidade trazida pelo texto. Ler ou mesmo escrever na lousa, ou em papel, frases do texto que se relacionam a essa ideia para análise coletiva são estratégias indicadas para essa situação.

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

Biblioteca cultural



REPRODUÇÃO/UBU EDITORA

Ilustração de Santídio Pereira para a capa do livro de Antônio Bispo dos Santos.

A contracolonização é a base conceitual de Antônio Bispo na obra, instituindo o modo de vida quilombola como alternativa ao da sociedade colonialista. O autor problematiza o paradigma ocidental eurocristão monoteísta, interpelando, sobretudo, a forma como nos relacionamos com as pessoas e com a terra. Desafiando essa visão de mundo que intitula como cosmofobia, na medida em que manifesta o medo do cosmos e a busca pela universalidade, Bispo propõe como contraponto a cosmovisão "diversal", ou seja, a superação do enquadramento normativo do mundo, pela perspectiva de integração por uma variedade de ecossistemas, idiomas, espécies e reinos. A obra registra a oralidade como saber socialmente qualificado e relevante para a negociação de sentidos sobre temas como clima, energia, trabalho, urbanismo, alimentação etc.

Fala aí!

Considerando a ideia de ancestralidade proposta pelo texto da seção **Leitura**, procure refletir sobre quem você é e de que forma a concepção de tempo circular, que não se restringe ao passado descolado do presente e do futuro, o constitui como sujeito segundo a noção de pertencimento dos que vieram antes e possibilitaram sua existência.

Estratégia: Procure realizar esse processo reflexivo em um momento de paz, sem a interrupção de outras pessoas ou atividades. Para essa reflexão, tente retomar aspectos que compõem sua existência, identificando seus gostos, medos, desejos etc. e, ao mesmo tempo, procure estabelecer relações entre tais aspectos com as lembranças de costumes ou tradições familiares e com seus anseios e projetos pessoais.

Fala aí! Conforme descrito na estratégia, oriente os estudantes a buscar momentos e espaços que proporcionem uma experiência mais introspectiva para que possam acessar a compreensão de ancestralidade trazida pelo texto da seção **Leitura**, permitindo encontrar sentidos que coloquem em conexão seus tempos presente, passado e futuro de modo circular e não linear.

Investigue

Leia este fragmento sobre o papel do mestre de capoeira, na perspectiva da ancestralidade tratada no texto da seção **Leitura**.

> O mestre é aquele que é reconhecido por sua comunidade, como o detentor de um saber que encarna as lutas e sofrimentos, alegrias e celebrações, derrotas e vitórias, orgulho e heroísmo das gerações passadas, e tem a missão quase religiosa de disponibilizar esse saber àqueles que a ele recorrem. O mestre corporifica, assim, a ancestralidade e a história de seu povo e assume, por essa razão, a função do poeta, que, através do seu canto, é capaz de restituir esse passado como força instauradora que irrompe para dignificar o presente, e conduzir a ação construtiva do futuro.

ABIB, Pedro Rodolpho Jungers. **Capoeira Angola**: cultura popular e o jogo dos saberes na roda. Campinas: CMU-Unicamp; EDUFBA, 2005. p. 60-61. *Apud* MACHADO; ARAÚJO, 2015, *op. cit.*, p. 105.

Alguns mestres ganham reconhecimento histórico, como Mestre Pastinha e Mestre Bimba, outros podem se tornar referências para grandes coletivos de capoeira que estão espalhados pelo mundo, ou ainda ter seu reconhecimento restrito à comunidade na qual atuam, mas, em todos os casos, esses mestres representam importantes lideranças. Junte-se a dois colegas e pesquisem sobre a história de algum mestre de capoeira. Lembrem-se de considerar também as mestras de capoeira, trazendo para a cena a representatividade feminina. Apresentem para a turma a história do mestre ou mestra pesquisado e, se possível, compartilhem com a comunidade escolar, por meio de uma exposição, todos os mestres e mestras pesquisados pela turma.

Caso alguém da turma conheça algum mestre ou mestra de capoeira, é interessante convidá-lo para participar de um bate-papo com a comunidade sobre como é ser mestre de capoeira e qual a importância dela em nossa sociedade.

Estratégia: Para a pesquisa, pode-se escolher um dos mestres referenciados neste capítulo. É importante que essa escolha seja feita de forma coletiva, para que não haja coincidência nas pesquisas entre os diferentes grupos da turma. Outra possibilidade é acessar o banco de dados de grupos e entidades disponível no *site* de capoeira do Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan).

Investigue. Organize com a turma a divisão preliminar da pesquisa, de modo que os grupos pesquisem mestres diferentes. Além das dicas já disponíveis na estratégia, vale a pena mencionar que no documentário indicado no boxe **Biblioteca cultural**, mais adiante, são apresentados alguns mestres de capoeira, além do próprio protagonista, Mestre Cobra Mansa. Os nomes desses mestres aparecem escritos nos créditos ao final do documentário. Cabe ressaltar, ainda, que as mestras são sub-representadas no universo da capoeira, portanto, cabe um investimento para que alguns dos grupos centrem suas pesquisas nelas.

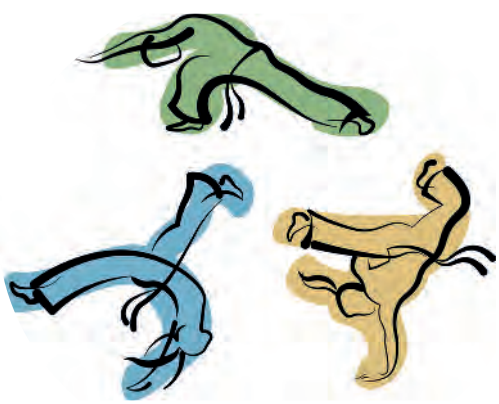
Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

E SE A GENTE... FIZESSE UM CANTO DE CAPOEIRA?

Em uma passagem do artigo que serve de base para a seção **Leitura**, as autoras relacionam a questão da ancestralidade na Capoeira Angola com os cantos, que conferem a musicalidade às rodas. Leiam aqui o excerto.

> Os cantos, na roda de Capoeira Angola, são identificados como: ladainha (canto inicial, que geralmente conta uma história ou passa uma mensagem, que não tem resposta do coro), chula ou louvação (saudando os/as mestres/as, os antepassados, a capoeira etc. Nesse momento não se joga, apenas se escuta o canto) e corrido (cantigas mais curtas que a ladainha, são respondidas pelo coro e, enquanto são cantadas, os jogadores jogam na roda).
>
> [...]
>
> No início das rodas de Capoeira Angola também evocamos os ancestrais ao cantar a "chula" ou "louvação", louvando o sagrado, os ancestrais, os mestres que nos possibilitaram aprender a capoeira:
>
> Iê, viva meu Deus
>
> Iê viva meu mestre
>
> Iê a todos mestres
>
> Iê a capoeira
>
> Iê que é de Angola
>
> Iê, que é de Angola, camará!
>
> A louvação é cantada não apenas em memória e homenagem aos grandes mestres do passado (lembrando que este passado é ainda recente, em torno de apenas um século atrás). Louvamos também os Orixás, Inquices, a Deus, os elementos da natureza e sua (nossa) essência espiritual. É um momento em que cada um pode se concentrar em suas próprias crenças e espiritualidade, agradecendo e pedindo sua proteção. As músicas da capoeira são também um elemento fundamental de relação com a ancestralidade e a oralidade, sendo os nomes e as histórias dos antigos mestres sempre lembrados, principalmente nas ladainhas.
>
> [...]
>
> A ladainha corresponde ao canto de abertura do ritual, cantada no início da roda e pode ser novamente cantada se, por algum motivo, o(a) mestre(a) para a roda, seja para dar algum recado ou para reorganizar o ritual, cantando uma outra ladainha quando reinicia a roda. A ladainha pode falar de histórias antigas da capoeira, de seus(suas) mestres(as) e mitos antepassados, de mensagens de aviso para os jogadores, mensagens de contestação ao sistema, dentre outros.

MACHADO, Sara Abreu Mata; ARAÚJO, Rosângela Costa. Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora. **Horizontes**, [*s. l.*], v. 33, n. 2, p. 108-109, 111. 2015.



STELLAARTS/SHUTTERSTOCK

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

FAIXA DE ÁUDIO
Canto de capoeira

1. Momento de pesquisar

Após a leitura, junte-se a quatro colegas, formando grupos mistos, com meninos e meninas, ouçam o áudio e pesquisem na internet vídeos sobre cantos de capoeira, buscando identificar os momentos da ladainha, da chula/louvação e do corrido. Conheçam diferentes cantos para apreciar a diversidade de estilos e de conteúdos. Além dos vídeos pesquisados, se possível, assistam ao vídeo do projeto *Elas cantam Boca Rica*, que pode ser encontrado usando-se esse nome em buscadores da internet.

2. Momento de elaborar

Procurem marcar o ritmo para acompanhar um dos cantos de capoeira batendo palmas contadas em três tempos. Usando esse ritmo de três tempos como base, componham um canto de capoeira, buscando passar alguma mensagem que possa tratar de temas contemporâneos, históricos, políticos, ou qualquer outro que lhes pareça interessante para ser abordado nesse canto, ou seja, deem asas à imaginação! Registrem essa composição por escrito e ensaiem seu canto para o momento de finalização da proposta.

3. Momento de compartilhar

Para finalizar, cada um dos grupos apresenta seu canto acompanhado das palmas de todos. Caso seja possível, combinem de registrar essa apresentação em vídeo.

Biblioteca cultural

Jogo de corpo: capoeira e ancestralidade

Assista ao documentário *Jogo de corpo: capoeira e ancestralidade* e conheça um pouco de Mestre Cobra Mansa e sua busca pelas origens da Capoeira Angola. A apreciação do documentário ajudará a ampliar as reflexões sobre as relações entre a Capoeira Angola e a ancestralidade, presentes no texto da seção **Leitura** e no conteúdo do boxe **Bate-papo de respeito** com Antônio Bispo dos Santos.



REPRODUÇÃO/CONTEMPORARY CAPOEIRA

Pôster do documentário *Jogo de corpo: capoeira e ancestralidade* (Direção: Matthias Röhrig Assunção, Mestre Cobra Mansa, Richard Pakleppa. Raia Film, África do Sul/Reino Unido/Brasil, 2013).

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

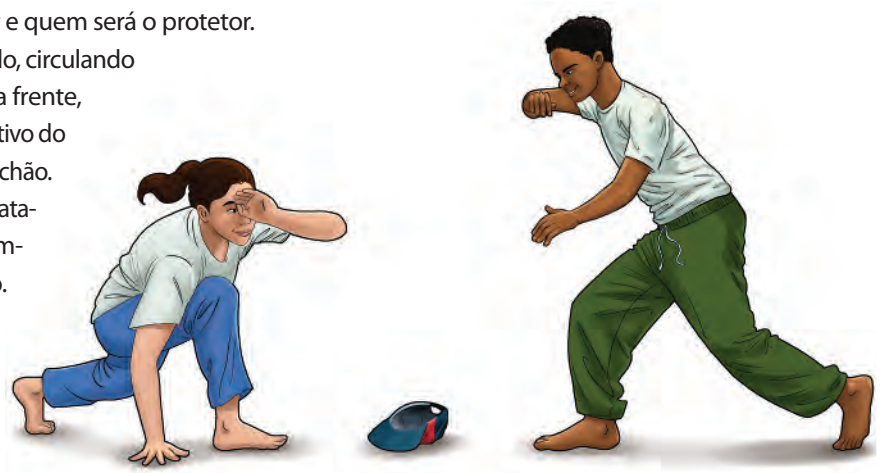
BORA PRA QUADRA? Jogos de capoeira

A proposta desta seção é proporcionar um espaço lúdico de jogo de capoeira que estabeleça uma ambientação de uma Comunidade de Aprendizagem, em que cada voz e cada gesto são importantes e nenhuma palavra ou movimento deve ser motivo de depreciação, ou de ridicularização.

Exploração de movimentos

No **Capítulo 26**, descrevem-se alguns movimentos da capoeira, como a ginga e golpes de ataque e de defesa. Leia essa parte do capítulo anterior e, se possível, assista a alguns vídeos de capoeira para, em seguida, tentar reproduzir os movimentos a fim de explorar um pouco dos gestos que fazem parte da experiência da capoeira. Não se preocupe com a execução de gestos técnicos perfeitos, apenas explore os movimentos, preferencialmente ao som de cantos de capoeira, buscando fruir essa movimentação. Depois de explorar individualmente, junte-se a um colega e explorem os movimentos de forma combinada, assumindo o princípio básico de Mestre Pastinha, de cuidar do corpo de seu companheiro. Então a ideia não é tentar atingir o corpo do outro, mas jogar com ele apenas simulando alguns dos golpes observados, sem colocá-lo em risco.

1. **Jogo da ginga com bote certeiro –** A ginga é a base do jogo de capoeira. Os movimentos ritmados de avanço e recuo de forma sincronizada entre os jogadores é o que dá o tom do jogo. Mais do que um exercício de coordenação motora individual, o grande segredo da ginga está na sinergia criada entre os jogadores, que, quando gingam em harmonia, se transformam em um só. Este é o primeiro desafio desse jogo: estabelecer um ritmo em comum entre os parceiros, como se estivessem dançando. Em dupla, você e um colega devem ficar um de frente para o outro, com um objeto no chão entre vocês (pode ser uma bola, uma camiseta, um boné, um cone ou qualquer outro objeto que seja possível de ser pego do chão com facilidade). Vocês devem combinar quem será o pegador e quem será o protetor. Os dois devem ficar gingando, circulando em volta do objeto, frente a frente, olhando-se nos olhos. O objetivo do pegador é retirar o objeto do chão. Deve tentar pegá-lo fazendo ataques rápidos antes de o companheiro proteger o objeto. A cada ataque do pegador, o protetor deve tentar tocar no objeto antes que este seja pego.



EDNEI MARX/ARQUIVO DA EDITORA

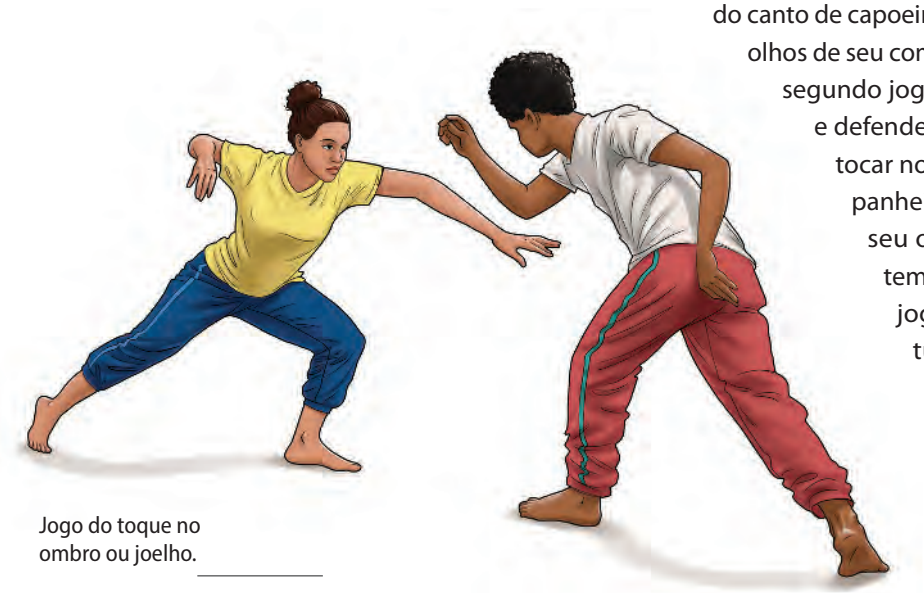
Jogo da ginga com bote certeiro.

Ilustração elaborada com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar educação física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

Lembrem-se do princípio básico de Mestre Pastinha: um capoeira deve cuidar do corpo do companheiro. Então, muita atenção para não se chocarem nesses movimentos de abaixar para pegar o objeto. Cuidado principalmente para não se chocarem com as cabeças – para evitá-lo, permaneçam com os olhos voltados um para o outro. Após algum tempo, invertam os papéis. Após mais um tempo, troquem de companheiro. Façam essa troca de tempos em tempos para experimentar jogar com mais colegas.

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

2. **Jogo do toque no ombro ou joelho –** Em uma dinâmica semelhante à do jogo anterior, o primeiro desafio continua sendo a ginga harmônica entre os jogadores da dupla. Para isso lembre-se de acompanhar o ritmo do canto de capoeira e manter-se sempre olhando nos olhos de seu companheiro. A diferença maior desse segundo jogo é que os dois jogadores atacam e defendem simultaneamente. O objetivo é tocar no joelho ou no ombro de seu companheiro e, ao mesmo tempo, evitar que seu ombro ou joelho seja tocado. De tempos em tempos faça o rodízio para jogar com outros companheiros de turma e lembre-se sempre do cuidado com sua própria segurança e a dos companheiros.



EDNEI MARX/ARQUIVO DA EDITORA

Jogo do toque no ombro ou joelho.

Ilustração elaborada com base em: DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar educação física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas: Papirus, 2007.

3. **Jogo da Capoeira Angola "coreografado" –** Desta vez, a dupla de jogadores ficará fixa para esta e para a próxima atividade. Retomem alguns dos golpes de capoeira indicados no Capítulo 26 e ensaiem, buscando criar uma sequência como se fosse uma coreografia – não é necessário nem desejável que seja uma coreografia decorada, mas uma sequência harmônica de movimentos de ginga, ataques e defesas ritmados. Lembrem-se do olho no olho e de manter o ritmo para que os dois corpos formem um corpo conjunto!

Roda de capoeira

Para finalizar nossa sequência de capoeira, vamos juntar os ensaios do jogo coreografado com a dinâmica própria da roda e os cantos que foram criados pela turma. Ativem novamente o áudio "Canto de capoeira". E, se houver alguém que saiba tocar algum instrumento, como berimbau, atabaque, pandeiro e/ou agogô, e quiser tocá-lo, a roda ficará ainda mais bonita! A turma pode marcar o ritmo com as palmas em três tempos, se possível com alguma gravação de toque de berimbau de fundo. Na roda de capoeira, ao ritmo das palmas e dos cantos criados pela turma, as duplas devem ir se revezando no centro realizando seu jogo "coreografado".

Recado final

Quando pensamos na capoeira vêm a nossa memória a ginga, o ritmo, a musicalidade, o jogo de oposição, os golpes de ataque e de defesa e outros aspectos que conferem identidade para essa manifestação da cultura afro-brasileira. Esse conjunto diverso de expressões torna difícil a tarefa de categorizar a capoeira como uma prática corporal específica, afinal ela não é exclusivamente uma luta, ou dança, ou jogo, muito menos esporte ou ginástica. A capoeira carrega um sincretismo de práticas corporais, traço muito sintomático de sua origem, que buscava dissuadir os colonizadores opressores, confundindo a luta com o jogo, com a dança. Enfim, essa classificação é o que menos importa na abordagem trazida neste capítulo, que resgata a capoeira como corpo que expressa sua ancestralidade.

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

Capítulo 28

ME CONCEDE UMA DANÇA?

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Neste capítulo, o objetivo é apresentar as danças de salão, ou danças sociais. Procure considerar as experiências prévias dos estudantes para depois construir novas vivências e multiplicá-las na escola. O diálogo com as práticas corporais e com algumas de suas representações sociais relaciona-se às habilidades EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG601 da BNCC.



FG TRADE/ISTOCK/GETTY IMAGES

Jovens dançando na rua. Brasil, 2022.

A **dança de salão** é uma prática desenvolvida em pares que se movimentam pelo salão, sincronizando os passos com base nos códigos específicos de cada modalidade. Isso quer dizer que, ao selecionarmos duas práticas de danças de salão, como o forró e a valsa, elas se diferenciarão entre si pelo fato de cada uma ter características, passos e ritmos próprios.

Você conhece alguma dança de salão? Tem ideia de quais manifestações podem ser assim denominadas? No universo da dança, é possível identificar diversas linguagens, como as danças clássicas (por exemplo, balé e *jazz*), as danças populares (frevo, carimbó, maracatu, entre outras), as danças urbanas (*funk*, passinho, *break* etc.) e as danças de salão.

As danças de salão têm origem, provavelmente, na Europa renascentista (séculos XIV-XVI), período em que começam a ganhar representatividade nas celebrações e momentos de descontração nos castelos e no ambiente da corte aristocrática. Gradativamente, vão se disseminando por outros territórios, principalmente em decorrência da colonização, e passam a ser praticadas por diversas classes sociais.

Que tal explorar essas manifestações?

BORA PRA QUADRA? Compartilhar saberes sobre a dança de salão

Prepare algumas músicas de dança de salão. Escolha gêneros variados, como forró, valsa, gafieira, salsa, entre outros. Organize os estudantes em duplas de acordo com as preferências deles (não se preocupe em estabelecer apenas duplas formadas por um menino e uma menina). Coloque as músicas que selecionou para tocar e peça a eles que dancem de acordo com as referências que têm desses estilos de dança. É o momento de explorar o que sabem e compartilhar esses conhecimentos com a turma. Ressalte que não há certo ou errado na prática, desde que seja mantido o respeito com os colegas. Observe como desenvolvem a atividade e escolha algumas duplas para ensinarem aos colegas passos que estejam executando. Varie as duplas escolhidas ao longo da aula. É provável que os estudantes tragam referências do forró, bastante disseminado no país. Aproveite esse e outros saberes prévios deles para enriquecer a aula. Nesta atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG301 e EM13LGG501 da BNCC.

Forme dupla com um colega. Um dos princípios da dança de salão é justamente o fato de dançar a dois. Escolha alguém com quem se sinta confortável, pois é hora de explorar alguns movimentos de forma mais livre, com base nos conhecimentos que cada um tem sobre dança de salão.

O professor vai colocar músicas variadas.

Em dupla, procure dançar considerando suas referências sobre cada modalidade de dança. Caso saiba alguns movimentos, ensine-os ao seu parceiro. Se não tiver nenhuma referência, tente solucionar o problema, pois não é o momento de ficar parado. Você pode, por exemplo, criar passos a dois ou analisar como alguns colegas estão dançando.

No decorrer da atividade, o professor escolherá algumas duplas para compartilhar com a turma os passos que sabem executar. Não se preocupe, pois neste momento não há certo ou errado: é uma oportunidade para experimentar de forma mais livre como é dançar a dois.

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

1. Resposta pessoal. Pode ocorrer de alguns estudantes sentirem dificuldade na realização da atividade, por ser uma prática corporal que exige um contato próximo (como segurar na mão e aproximar os rostos). Caso haja estudantes que relatem esse desconforto durante a roda de conversa, ressalte que é preciso entender a dança como um processo. Por isso, eles podem começar dançando com os colegas com quem têm mais proximidade para depois trocarem os pares, por exemplo. Além disso, é importante refletir sobre as dificuldades de sincronizar os passos, acompanhar o ritmo da música e do parceiro, deslizar pelo espaço de prática, definir o condutor e o conduzido, entre outras.

MULTICULTURALISMO

DIVERSIDADE CULTURAL

CIDADANIA E CIVISMO

VIDA FAMILIAR E SOCIAL

Roda de conversa

1. Como foi a experiência de dançar a dois? Cite os principais desafios em relação à execução dos movimentos.
2. Você tinha referências de dança de salão? Conseguiu compartilhá-las com o colega de dupla? E com os demais? **2.** Resposta pessoal.
3. Já participou de algum evento social (como festa de 15 anos, formatura, casamento) em que pôde apreciar ou praticar esse tipo de dança? Qual foi a impressão que teve dessa vivência? **3.** Resposta pessoal.
4. Já havia experimentado essa prática corporal na escola? O que achou da experiência? **4.** Resposta pessoal.

Investigue

Ao longo da atividade, você conheceu diferentes gêneros de música. Que tal pesquisar as modalidades de dança de salão relacionadas a eles e vivenciadas na aula?

Estratégia: Identifique todas as fontes em que encontrar as informações.

As danças de salão também são conhecidas como **danças sociais**, justamente por proporcionarem entretenimento e lazer por meio de encontros em que são praticadas. Elas promovem integração, socialização, identificação cultural e diversão, além de estar presentes em diversas festas, eventos e ritos de passagem amplamente conhecidos em nossa cultura. Talvez você nunca tenha refletido sobre isso, mas as danças de salão têm um papel muito importante na construção e no fortalecimento de nossa identidade cultural.

Investigue. O trabalho com os diferentes gêneros musicais utilizados na dança de salão – salsa, samba de gafieira, valsa, merengue, bolero, rumba, forró etc. – pode ser uma oportunidade para valorizar a diversidade cultural e respeitar a tradição dessas práticas.

Leitura 1

Leia, a seguir, um trecho do artigo da professora Catia Mary Volp para refletir um pouco sobre as características da prática corporal da dança de salão.

A Dança de Salão como um dos conteúdos de dança na escola

Uma das manifestações de dança que elejo como altamente aconselhável na escola é a Dança de Salão. [...] Embora pareça mais adequada para jovens do Ensino Médio, experiências nos mostram que ela é bastante efetiva no Ensino Fundamental também.

Mas o que vem a ser a Dança de Salão? É aquela dançada aos pares, em contato, que desenvolve estruturas de passos variados no salão, harmonizando-os em relação à parceria e à música e deslocando-se no sentido anti-horário. É normalmente praticada em reuniões sociais das mais diversas e pode ou não ter um aspecto técnico associado ao seu desempenho (Volp, 1994).

A movimentação característica na Dança de Salão é o andar, suas variações e giros. O ensino da Dança de Salão envolve técnica de postura (para que cada um possa carregar seu próprio corpo e organizar-se em função do outro); de execução de passos (cada ritmo tem suas próprias características expostas nos passos); de conduzir e ser conduzida (para que a sensibilidade e a percepção dos próprios movimentos e dos movimentos do outro possam ser compreendidas); percepção rítmica (para que os movimentos possam harmonizar-se à música) (Volp, 1994); história de cada ritmo e sua evolução (para análise da cultura de origem); apreciação de danças (para desenvolver apreciação e criticidade); etiqueta de salão (conjunto de comportamentos éticos com o objetivo de permitir que todos dancem num salão); criação em dança (oportunidades para criação de passos e deslocamentos).

A Dança de Salão agrega o convívio social à sua prática que pode servir de instrumento para ações cooperativas nas mãos do professor.

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

As relações interpessoais são muito trabalhadas na dança de salão e, através delas, as intrapessoais. A solução dos problemas motores na situação aos pares, seguindo um determinado ritmo musical e uma trajetória num salão que deve ser respeitosamente compartilhado com outros, coloca os executantes em situações ímpares de enfrentamento consigo mesmos e com seus parceiros(as).

Referência

VOLP, Catia Mary. **Vivenciando a dança de salão na escola**. 1994. Tese (Doutorado) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

VOLP, Catia Mary. A Dança de Salão como um dos conteúdos de dança na escola. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 1, p. 215-220, 2010.

Papo aberto sobre o texto

1. **Na roda de conversa proposta na seção Bora pra quadra?, você pôde apresentar as principais dificuldades e as impressões que teve da vivência com a dança de salão. Agora, utilizando as características abordadas no texto (técnica de postura, experiência de condução, adequação dos passos ao ritmo, entre outras), responda:**
   a. Você consegue identificar melhor as características da dança de salão em que teve mais dificuldade durante a vivência inicial? Quais são elas? **1. a.** Resposta pessoal.
   b. Você acredita que identificar suas dificuldades pode ajudar a tornar as próximas vivências da dança de salão ainda mais interessantes? **1. b.** Resposta pessoal.

2. **Conforme o artigo, a dança de salão pode ser uma oportunidade para trabalhar as relações interpessoais e intrapessoais.**
   a. Quais foram seus sentimentos e emoções durante as primeiras experiências com a dança de salão? Você conseguiu superar alguma dificuldade inicial durante a prática?
   b. Houve situações de conflito com o parceiro de dança e com os demais colegas? Se sim, como foram resolvidas? **2. b.** Resposta pessoal.

Por dentro do texto

3. **No texto, a autora define dança de salão.**
   a. Apresente a definição com suas palavras. **3. a.** Resposta pessoal. Os estudantes deverão parafrasear o trecho: "É aquela dançada aos pares, em contato, que desenvolve estruturas de passos variados no salão, harmonizando-os em relação à parceria e à música e deslocando-se no sentido anti-horário. É normalmente praticada em reuniões sociais das mais diversas e pode ou não ter um aspecto técnico associado ao seu desempenho".
   b. Com base na definição da autora, infira: qual seria a necessidade de se estabelecer um sentido de deslocamento pelo salão? **3. b.** Ao definir socialmente o direcionamento, evitamos que os pares se esbarrem enquanto evoluem pelo salão. Historicamente, foi estabelecido o sentido anti-horário, por ser o lado mais frequentemente utilizado pelos destros, que são a maioria das pessoas.

4. **Quais são os aspectos técnicos que podem estar associados ao desempenho da dança de salão?** **4.** As técnicas da postura, da execução de passos, da condução, da percepção rítmica, entre outras.

Biblioteca cultural

Biblioteca cultural. Esse filme pode enriquecer algumas reflexões sobre as questões culturais relacionadas com a dança e permitir a discussão do preconceito que pode existir em relação a ela. Caso considere oportuno, exiba o filme, que está disponível em plataformas de vídeo ou aplicativos de *streaming*, ou indique aos estudantes que assistam à obra em casa.

E se nós fôssemos proibidos de dançar? O filme *O dançarino do deserto*, dirigido por Richard Raymond (Reino Unido, 2014), baseia-se no caso real do bailarino iraniano Afshin Ghaffarian (1986-), que foi perseguido em razão de seu amor pela dança, proibida em seu país. Trata-se de um filme que pode proporcionar reflexões sobre questões culturais e sociais que se relacionam com as práticas corporais e artísticas e, em especial, com a dança.



RELATIVITY MEDIA/COURTESY EVERETT COLLECTION / FOTOARENA

Cena do filme *O dançarino do deserto* (Direção: Richard Raymond. Reino Unido, Paris Filmes, 2014).

Classificação indicativa: 14 anos.

Biblioteca do professor. Indicamos, como material de apoio, as obras *Fundamentos de dança de salão*, de Bettina Ried (Londrina: Midiograf, 2003), e *Samba de gafieira: a história da dança de salão brasileira*, de Marco Antonio Perna (2. ed. Rio de Janeiro: O Autor, 2005). Na primeira obra, a autora indica fundamentos técnicos, bem como a evolução histórica e algumas das possibilidades da dança de salão como alternativa para o lazer, a melhora da saúde e como forma de competição. A segunda obra faz um resgate do samba de gafieira, destacando a história e personalidades importantes para o desenvolvimento da modalidade no Brasil.

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS

Fala aí!

Por que, usualmente, os homens conduzem a dança de salão, enquanto as mulheres são conduzidas? Vocês acreditam que o contexto histórico da dança ajuda a explicar esse costume? E hoje em dia, a dança ainda precisa acontecer dessa forma?

Estratégia: Mantenham uma atitude respeitosa em relação à opinião dos colegas, ainda que discordem deles.

Papo aberto sobre o texto. Esta seção tem como objetivo refletir sobre as diversas características das danças de salão citadas no artigo, associando-as às primeiras vivências que os estudantes tiveram na proposta desenvolvida na seção **Bora pra quadra?**. As respostas às questões são pessoais. Entretanto, não se esqueça de relacionar os principais pilares do texto com os desafios que os estudantes enfrentaram nas vivências iniciais.

É lógico!

Para definir a dança de salão, você precisa reconhecer os padrões relativos a esse estilo de dança.

2. a. Resposta pessoal. Nesse momento, abra espaço para os estudantes falarem sobre vergonha, medo de errar ou mesmo alegria para aqueles que se identificaram com a prática. É o momento de falar um pouco mais sobre as emoções que as vivências proporcionaram.

EDUCAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS

Fala aí! A dança de salão surgiu como uma prática aristocrática, na qual homens e mulheres tinham papéis bastante definidos. Comente com os estudantes que, apesar disso, na escola não precisamos adotar esses padrões, assim como nos espaços de socialização e lazer. A ideia é que eles possam experimentar os papéis de condutor e conduzido e adotar aquele em que se sentem melhor. Trabalha-se aqui a habilidade EM13LGG502 da BNCC.

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

Leitura 2

Leia, a seguir, a letra do samba gravado pela cantora maranhense Alcione e atente para uma reflexão sobre o samba de gafieira. Se possível, escute a música com os colegas durante a aula.

A volta da gafieira

Dida e Dedé da Portela

Olha eu aí
Levantando a minha bandeira
Levantando poeira
eu sou a gafieira... bem à brasileira

Olha eu aí
Levantando a minha bandeira
E levantando poeira
eu sou a gafieira

Vejam só o meu gingado,
meu balanceado,
meu modo de dançar.

Eu sou arte,
eu sou povo,
estou aí de novo
voltei para mostrar
minha ginga, minha dança
para nossas crianças aprenderem
Pra que no futuro,
no sorriso puro me ajudem a viver

Com esse socorro
perigo eu não corro de morrer
mas se acontecer a juventude toma uma atitude
para me defender



MAURICIO SANTANA/GETTY IMAGES

Alcione cantando em um festival de música. Rio de Janeiro (RJ), 2019.

A VOLTA da gafieira. Intérprete: Alcione. Compositores: Dida e Dedé da Portela. *In*: ALCIONE. Intérprete: Alcione. [*S. l.*]: Philips, 1981. LP, vinil, faixa A6. 6328 339.

1. Sugestão: uma dança brasileira com bastante gingado e balanceado, uma verdadeira arte do povo que contagia e levanta poeira.

2. Há o receio de que o samba de gafieira desapareça ("morra"), daí o pedido de ajuda aos jovens para manter essa tradição viva. A composição vem justamente com o propósito de "levantar a bandeira", ou seja, valorizar o samba de gafieira e seu potencial cultural.

Por dentro do texto

1. **Ao ler a letra da canção, é possível identificar características do samba de gafieira. Cite algumas delas.**

2. **Na letra, parece haver uma preocupação em relação ao samba de gafieira. Você consegue identificar qual seria e como a canção pode auxiliar nessa questão?**

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

BORA PRA QUADRA? Experimentando passos da gafieira

Para a experimentação da dança de salão, indicamos o samba de gafieira, modalidade que surgiu nas zonas periféricas do Rio de Janeiro no século XX a partir da influência de vários ritmos. Por ser uma dança de salão, tem como base evoluções desenvolvidas em pares, diferentemente do imaginário usual sobre o "samba no pé".

Para dinamizar a leitura, indicamos a seguir algumas siglas, utilizadas na descrição dos passos. Utilize-as para ler o texto explicativo, bem como para entender melhor as imagens que o acompanham.

POSIÇÃO
CO: condutor, aquele que direciona os passos.
CZ: conduzido, aquele que é guiado pelo salão.

RITMO
PD: perna direita.
PE: perna esquerda.

PASSOS
Tic-tic: o passo básico do samba de gafieira é construído com base em uma marcação que vamos chamar, didaticamente, de tic-tic-TUM (ou pisa-pisa-passo). O tic-tic equivale ao mesmo tempo do TUM. No entanto, no tic-tic executam-se dois passos (mais rápidos) e no TUM executa-se apenas um passo (mais lento).
TUM: equivale ao mesmo tempo do tic-tic (ou o dobro de um tic). Ou seja, refere-se ao passo mais longo.

Pose inicial de dança

Para experimentar a pose inicial de dança, forme dupla com um colega. Nessa configuração, definam quem será o condutor (CO) e quem será o conduzido (CZ), uma vez que os passos se diferenciam durante as evoluções.

A pose inicial de dança acontece da seguinte forma:

CO

Recebe a mão direita do CZ em sua mão esquerda. Apoia a mão direita nas costas do CZ, dando suporte durante a realização dos movimentos.

CZ

Após entregar sua mão direita, apoia a mão esquerda no ombro do CO.



LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Pose inicial de dança.

Fonte: Elaborada com base em: O SAMBA de gafieira e o salão. **Em dança**. Brasília, DF: TV Brasil, 14 dez. 2018. Programa de TV.

Experimente assumir essa pose e executar alguns passos de forma livre, mas, agora, ciente do posicionamento de cada um no par.

Bora pra quadra? Esse é o momento de orientar algumas atividades. Utilizaremos como base o samba de gafieira clássico; entretanto, existem outras linhas que podem ser colocadas em prática. Inicialmente, prepare uma *playlist* com sambas mais lentos, pois isso pode ajudar, principalmente, os estudantes com mais dificuldade. Para complementar as descrições dos passos, há diversos vídeos na internet que podem auxiliar na compreensão da execução. Caso os estudantes tenham dificuldade com a dança, você pode exibir mais vídeos durante as aulas como orientadores dos passos e referências para a execução. Nesta seção, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

Procure organizar os estudantes em dois grupos: condutores (CO) e conduzidos (CZ), evitando utilizar o gênero como um demarcador. Apesar de tradicionalmente, na dança de salão, esses papéis serem predefinidos, entendemos que a escola não deve reforçar esses estereótipos. Os estudantes poderão escolher qual posto pretendem assumir e até mesmo experimentar as duas posições. Explique que o CO é aquele que direciona os passos e, geralmente, indica quando eles serão realizados, guiando o CZ pelo salão. Quando for ensinar as evoluções, uma boa estratégia é iniciar de forma individual, para que depois os estudantes tentem realizar os passos em duplas.

FAIXA DE ÁUDIO Dança de salão

O samba de gafieira é mais uma ramificação do samba, importante manifestação popular brasileira que se originou do batuque trazido pelos africanos. Além da gafieira, é possível identificar outras variações, como o samba-rock, o samba-enredo e o samba de roda.

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

Dica de professor

Durante a exploração dos passos desta atividade, para auxiliar o processo de aprendizagem, procure experimentar a evolução primeiro sozinho, em sua especificidade (CO ou CZ). Depois que estiver mais seguro do movimento, tente executá-lo com sua dupla.

Passo básico da gafieira

Perceba que, em muitos passos, o CZ faz exatamente a mesma movimentação do CO, mas com as pernas invertidas, para que, quando a dança for feita em conjunto com o parceiro, os pés de um e de outro não se esbarrem.



Ilustrações elaboradas com base em: O SAMBA de gafieira e o salão. **Em dança**. Brasília, DF: TV Brasil, 14 dez. 2018. Programa de TV.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

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

CO

Realize uma marcação no solo, tirando pouco os pés do chão.

1. Você pisará uma vez com a PE no solo (tic).
2. Depois, pisará com a PD (tic). Teremos, assim, o tic-tic (um tic corresponde à PE e o outro, à PD).
3. Finalize com a PE atrás, no ritmo do TUM, levando o CZ para trás (tome como referência seu sentido).
4. Retome a marcação no solo, mas agora com uma pisada com a PD (tic).
5. Depois, mais uma pisada no lugar, só que com a PE (tic).

Isso quer dizer que, mais uma vez, você realizou o tic-tic.

6. Finalize com a PD à frente (TUM).

Agora é só repetir.

CZ

Realize uma marcação no solo, tirando pouco os pés do chão.

1. Você pisará uma vez com a PD no solo (tic).
2. Depois, pisará com a PE (tic). Teremos assim o tic-tic (um tic corresponde à PD e o outro, à PE).
3. Finalize com a PD à frente, no ritmo do TUM, acompanhando o CO para a frente (tome como referência seu sentido).
4. Retome a marcação no solo, mas agora com uma pisada com a PE (tic).
5. Depois, mais uma pisada no lugar, só que com a PD (tic).

Isso quer dizer que, mais uma vez, você realizou o tic-tic.

6. Finalize com a PE atrás (TUM).

Agora é só repetir.

Depois de experimentar os passos sozinho, tente executá-los em dupla (CO + CZ).

Aos poucos, procure se deslocar com o parceiro pelo salão, fazendo o passo básico da gafieira.

É lógico!

Os quadros relativos aos movimentos do condutor e do conduzido correspondem a dois algoritmos. São sequências de instruções necessárias para a resolução do problema: no caso, executar a coreografia definida.

Balanço

Não se esqueça de que o tic-tic equivale ao mesmo tempo de um TUM. Assim, se ficar mais fácil para os estudantes compreenderem o balanço, utilize apenas o TUM, desde que os passos estejam em acordo com o ritmo da dança. Assim, ficaríamos com "um pra lá, um pra cá" ou TUM-TUM. Outra informação importante refere-se à descrição das direções (direita/esquerda), que deve ser considerada sempre em relação ao corpo de quem as executa, ou seja, do CO ou do CZ, e não ao nosso, como leitores.

Para iniciar o **balanço**, com seu parceiro, comece com o passo básico da gafieira, aprendido anteriormente.



CO

1. Realize as etapas de 1 a 3 do passo básico da gafieira. Na imagem, paramos no TUM (3).
2. Leve a PD para a lateral direita, ao ritmo do tic-tic.
3. Feche o movimento, juntando a PE com a PD.
4. Repita o movimento para o outro lado, deslocando a PE para a lateral esquerda.
5. Feche o movimento, juntando a PD com a PE, ao ritmo do TUM.

Agora é só repetir.

CZ

1. Realize as etapas de 1 a 3 do passo básico da gafieira. Na imagem, paramos no TUM (3).
2. Leve a PE para a lateral esquerda, ao ritmo do tic-tic.
3. Feche o movimento, juntando a PD com a PE.
4. Repita o movimento para o outro lado, deslocando a PD para a lateral direita.
5. Feche o movimento, juntando a PE com a PD, ao ritmo do TUM.

Agora é só repetir.

Balanço, resumidamente, é a reprodução de um passo conhecido em várias danças: o "um pra lá, um pra cá". Tente encaixar o "um pra lá" no ritmo do tic-tic e o "um pra cá" no ritmo do TUM. Lembre-se de que um tic-tic vale o mesmo tempo do TUM, de forma que, no balanço, cada pisada lateral terá a mesma duração.

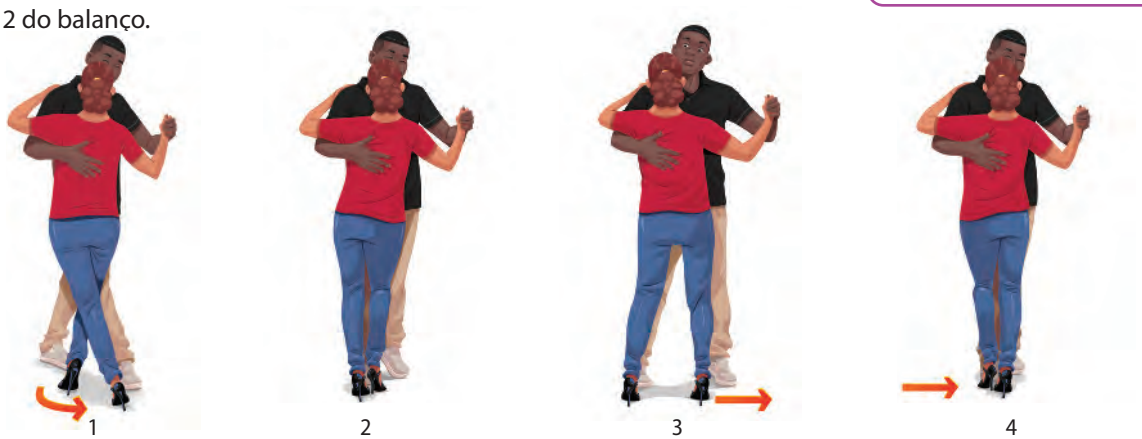
Para voltar ao passo básico da gafieira, quando o CO estiver com as pernas fechadas, prestes a iniciar um próximo balanço com a perna esquerda, ele recomeça o passo básico. Logo, ele deve começar pisando no lugar com a PE (tic) e o CZ, com a PD (tic), conforme a etapa 1 do passo básico da gafieira.

Dica de professor

Você pode tentar uma variação do balanço girando pelo salão, sem ficar restrito ao movimento em linha. Você perceberá que é um desafio não se perder durante a execução dos passos.

Ponto comum

Esse passo pode ser feito durante o balanço. Por isso, com seu parceiro, retome as etapas 1 e 2 do balanço.



ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: O SAMBA de gafieira e o salão. **Em dança**. Brasília, DF: TV Brasil, 14 dez. 2018. Programa de TV.

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

CO

1. Durante o balanço, após abrir lateralmente a PE (etapa 4), avance a PD para a frente e para a diagonal, pisando no solo.
2. Retorne para o balanço (posição neutra, com as pernas paralelas no centro).
3. Abra a PE para o lado esquerdo, iniciando o balanço.
4. Leve a PD para a esquerda, finalizando o balanço.

Repita o passo quantas vezes quiser.

CZ

1. Durante o balanço, após abrir lateralmente a PD (etapa 4), leve a PE para trás e para a diagonal, pisando no solo.
2. Retorne para o balanço (posição neutra, com as pernas paralelas no centro).
3. Abra a PD para o lado direito.
4. Leve a PE para a direita, finalizando o balanço.

Repita o passo quantas vezes quiser.

Cruzado

Esse passo é uma variação que pode ser feita durante o ponto comum. Por isso, com seu parceiro, retome a etapa 1 do ponto comum.



1 2 3 4 5

Ilustrações elaboradas com base em: O SAMBA de gafieira e o salão. **Em dança**. Brasília, DF: TV Brasil, 14 dez. 2018. Programa de TV.

ILUSTRAÇÕES: LEO TEIXEIRA/ARQUIVO DA EDITORA
Reprodução proibida. Art. 184 do Código Penal e Lei 9.610 de 19 de fevereiro de 1998.

CO

1. Realize a etapa 1 do ponto comum, ou seja, avance a PD para a frente e para a diagonal, pisando no solo.
2. Abra a PE para o lado esquerdo, assumindo uma posição neutra com as pernas paralelas.
3. Avance a PE para a frente e para a diagonal, pisando no solo.
4. Abra a PD para o lado direito, assumindo uma posição neutra com as pernas paralelas.
5. Reinicie o passo, avançando a PD para a frente e para a diagonal, pisando no solo.

Repita o passo quantas vezes quiser.

CZ

1. Realize a etapa 1 do ponto comum, ou seja, pise com a PE para trás e para a diagonal.
2. Abra a PD para o lado direito, assumindo uma posição neutra com as pernas paralelas.
3. Pise com a PD para trás e para a diagonal.
4. Abra a PE para o lado esquerdo, assumindo uma posição neutra com as pernas paralelas.
5. Reinicie o passo, pisando no solo com a PE para trás e para a diagonal.

Repita o passo quantas vezes quiser.

Investigue. Os bailes que originaram o samba de gafieira aconteciam em festas populares frequentadas pelas camadas mais pobres do Rio de Janeiro. Nesse contexto, a elite carioca utilizava o termo *gafieira* de forma pejorativa para designar esses eventos. Há algumas especulações quanto ao uso do termo, mas é provável que ele se refira a *gafe*, como forma de depreciar os movimentos de dança executados durante a prática. Com isso, o samba de gafieira enfrentou muitas dificuldades para ser reconhecido, pois era visto como uma dança associada à pobreza e às camadas sociais marginalizadas.

Investigue

O samba de gafieira inicialmente enfrentou resistência para ser aceito nos bailes da elite do Rio de Janeiro. Investigue por que isso aconteceu e quais as relações desse processo com o termo que batiza a modalidade.

Estratégia: Algumas informações sobre o samba de gafieira são especulações. Em sua pesquisa, desconfie das fontes que não levarem isso em conta.

Roda de conversa

- Relate como foram suas experiências com a dança de salão, destacando pelo menos um ponto positivo e um negativo. Resposta pessoal.
- Faça uma análise pessoal de sua evolução nas aulas. Destaque os elementos nos quais acredita ter tido maior avanço (ritmo, dançar junto, executar passos, condução, entre outros). Resposta pessoal.
- Você acredita que conseguiria repassar os conhecimentos aprendidos sobre a gafieira, ensinando alguém a dançar? Resposta pessoal.

Roda de conversa. Abra espaço para os estudantes compartilharem suas experiências pessoais com a dança de salão, tendo em vista que alguns podem se identificar com a prática e outros, não. Procure construir um processo reflexivo sobre as principais características das danças de salão (ritmo, dançar a dois, conduzir e ser conduzido, entre outras) e sobre como eles conseguiram observar isso na prática. Explore as dificuldades e as facilidades, além de pontuar o que eles consideraram a principal aprendizagem dessas aulas.

TRABALHO E JUVENTUDES

Carlinhos de Jesus (1953-), dançarino e coreógrafo brasileiro, ficou bastante conhecido no universo da dança de salão. Trabalhou na divulgação e no reconhecimento da dança de salão como um todo e, em especial, do samba de gafieira, que ele tentou incluir como patrimônio imaterial da humanidade no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan).

Já pensou nas possibilidades que a dança pode proporcionar, inclusive profissionalmente? A trajetória de Carlinhos de Jesus inspira você a ser dançarino?



VAN CAMPOS/FOTOARENA

Carlinhos de Jesus durante desfile de escola de samba. São Paulo (SP), 2022.

E SE A GENTE... FIZESSE UMA COREOGRAFIA?

Agora é o momento de construir uma pequena coreografia.

Em duplas, partam dos passos explorados nas aulas e pesquisem pelo menos mais um. Aprendam-no previamente e tragam o resultado da investigação para a aula.

Agora, compartilhem com a turma as novas evoluções. Pode ser que algumas duplas tenham pesquisado passos iguais. Se isso acontecer, juntem-se em um mesmo grupo.

Após isso, comecem a construir uma pequena coreografia, com a mediação do professor. Essa coreografia pode conter tanto os passos que indicamos neste livro quanto aqueles que foram encontrados nas pesquisas de vocês.

Depois que a coreografia estiver pronta, ensaiem e organizem uma apresentação na escola, que pode ser feita durante um dos intervalos ou em outro horário oportuno. Esse é o momento de compartilharem experiências com outros colegas da escola, possibilitando aprendizagens não só para aqueles que experimentam, mas também para aqueles que assistem às coreografias produzidas e as apreciam.

Auxilie os estudantes a construírem a coreografia da turma. Primeiro, cada dupla vai apresentar e ensinar os passos que pesquisou. Depois, coletivamente, vão selecionar e organizar os passos aprendidos em uma coreografia. Sugerimos uma apresentação curta, de 1 minuto a 1 minuto e 30 segundos. Nesta atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG201, EM13LGG301 e EM13LGG601 da BNCC.

Recado final

Esperamos que você tenha compreendido a dança de salão como mais uma oportunidade de conhecer a linguagem da dança. O desafio de dançar a dois traz também a possibilidade de aprender e socializar experiências com o outro, dando lugar a novas maneiras de pensar, sentir e explorar as possibilidades do corpo. Dançar em pares também nos traz a necessidade de ajudar o colega, de respeitar seus limites e de perceber novas possibilidades de socialização do conhecimento. Dançar é, acima de tudo, mais uma forma de se comunicar consigo mesmo, com o mundo e com o outro. O que achou dessa experiência de compartilhar saberes corporais?

Dica de professor

Apesar dos imensos desafios técnicos que a dança de salão pode significar, não se esqueçam da abordagem expressiva e estética, tão relevantes para o campo da dança. Especialmente na composição da coreografia, será muito importante que enriqueçam a produção de vocês com esses aspectos que dão identidade à dança. No começo será mais difícil, principalmente porque os passos ainda estarão um pouco travados, mas, aos poucos, evitem olhar para o chão e procurem assumir expressões faciais e corporais que manifestem os principais elementos da gafieira.

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

Capítulo 29

CLICK: DESCOBRINDO DANÇAR A DOIS

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Neste capítulo, o objetivo é ampliar o repertório dos estudantes acerca das danças de salão, com base na experiência de descobrir. Inicialmente, promoveremos algumas reflexões sobre como a espetacularização da dança na mídia influencia o imaginário social que temos dela. Não se esqueça de ponderar com eles que o universo da dança é amplo e que as danças de salão correspondem a um recorte, de forma que ainda temos as danças populares, as clássicas, as urbanas, entre outras. Em um segundo momento, eles serão estimulados a descobrir novas modalidades de danças de salão, fazer pesquisas, experimentar, avaliar produções dos colegas e, por fim, organizar oficinas para a comunidade. É essencial que você acompanhe o processo de descoberta e coloque a escola como um espaço de ampliação de conhecimentos e vivências sobre a cultura corporal de movimento. Como indicado na BNCC, pretendemos que os estudantes tenham acesso às práticas corporais e a algumas de suas representações sociais de modo que se apropriem delas de forma crítica e autônoma e as entendam como linguagem. Assim, também poderão usufruir as danças de salão como uma prática de lazer, socialização e saúde. Serão desenvolvidas principalmente as habilidades EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG601 da BNCC.

Você já parou para pensar no espaço que as danças de salão têm nos meios de comunicação na atualidade? É possível até que você já conheça concursos e competições de dança de salão com a participação de famosos, além de outros programas televisivos, séries e filmes que exploram essa temática.



DPA PICTURE ALLIANCE/ALAMY /FOTOARENA

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

O ator Thomas Drechsel e a dançarina Regina Murtasina em programa de televisão dedicado à dança, em Colônia, Alemanha, 2015.

Quando assistimos aos *shows* e espetáculos com coreografias elaboradas e glamorizadas, sentimo-nos mais próximos ou mais distantes da dança? Será que o apelo gerado pelos meios de comunicação valoriza também aspectos como lazer, saúde e socialização que aprender uma dança pode proporcionar? Ou o enfoque principal dos quadros é o espetáculo que ela pode gerar?

Neste capítulo, faremos algumas reflexões sobre esse assunto, considerando como as influências midiáticas interferem em nossos interesses e no imaginário social que construímos em torno das práticas corporais. Em um segundo momento, descobriremos algumas possibilidades das danças de salão como práticas de lazer e socialização.

Biblioteca do professor. Indicamos, como material de apoio do capítulo, o livro *Dança de salão brasileira: personagens e fatos*, de Marco Antonio Perna (Rio de Janeiro: O Autor, 2002). A obra traz, a partir de uma visão pessoal, relatos sobre o desenvolvimento da dança de salão no Brasil e sobre a atuação de diversos personagens que foram importantes para a disseminação das várias modalidades.
No decorrer do capítulo, há vários momentos de discussão sobre a influência da mídia na divulgação de diferentes práticas corporais artísticas. Considere a oportunidade de desenvolver um trabalho conjunto com o professor de Arte, para que os estudantes conheçam várias perspectivas.

Fala aí!

Você costuma consumir conteúdo relacionado à dança? Já teve acesso a alguma dança de salão, como em competições, por meio da internet ou da televisão? Relate suas experiências.

Estratégia: Disponha-se a ouvir o que os colegas estão dizendo.

Fala aí! Enriqueça o debate com as referências pessoais dos estudantes, contextualizando as experiências de assistir a competições de dança em diversos meios.

Leitura

O objetivo da seção **Leitura** é proporcionar algumas reflexões sobre a espetacularização da dança na mídia. Dessa forma, procure desenvolver com os estudantes análises que considerem argumentos dos dois textos, pensando na construção de uma perspectiva crítica. Com base nas reflexões geradas pelas leituras, nesta seção trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG201 e EM13LGG202.

A seguir, apresentamos duas leituras para embasar as discussões sobre como a dança tem sido apropriada pela mídia. Procure considerar em suas análises os pontos positivos e os negativos que podem surgir dessa ação.

Texto 1

Especialmente desde o ano de 2019, as danças e o modo de produzir dança que circulam [em plataforma digital] [...] habitam os referenciais da juventude. [...]

[...]

Em geral, as dancinhas aprendidas na plataforma apresentam um vocabulário próprio, são executadas em uma relação frontal com as câmeras e os movimentos corporais são realizados com a parte superior do tronco, com ênfase nos braços. Por se tratar de uma codificação de gestos, vários vídeos compartilhados ensinam as coreografias através de tutoriais. Muitos deles são organizados com uma sequência de *emojis* ou de palavras na lateral ou na parte superior da tela, indicando os movimentos que devem ser feitos a partir da relação com os símbolos. [...]

Percebe-se que o aplicativo, além de produzir novos tipos de dança e, por isso, novos discursos sobre dança, abre uma nova forma de aprender em dança. Segundo Airton Tomazzoni (Santos, 2009), as danças da mídia nos ensinam várias lições e as novas formas de se aprender dança são uma delas. Outra lição está relacionada com os novos jeitos de se acessar dança e experienciá-la. [...]



JACOB WACKERHAUSEN/ISTOCK/GETTY IMAGES

Jovens gravando vídeo de dança para redes sociais. África do Sul, 2023.

[...] não nos propomos a repetir, de forma alguma, os princípios de cópia das coreografias frontais e blocadas do tronco para cima. Pelo contrário, [...] nos propomos à compreensão dessas danças [...] para poder ir além, provocando microtransgressões no ***modus operandi*** das danças do aplicativo e ampliando as possibilidades de aprendizado em Dança [...].

***Modus operandi*:** expressão em latim que significa "modo de desenvolver determinada atividade".

Referência

SANTOS, Airton Ricardo Tomazzoni dos. **Lições de dança no baile da pós-modernidade**: corpos (des) governados na mídia. 2009. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

ALLEMAND, Débora Souto; BONFIM, Larissa. Diálogos entre dança na escola e dança no TikTok: propostas no ensino remoto. **Urdimento**: Revista de Estudos em Artes Cênicas, Florianópolis, v. 2, n. 41, 2021.

Texto 2

São muitas as danças que surgem nas telas da TV.

A televisão atualmente proporciona diversos momentos em que essas inúmeras danças, ou melhor, manifestações corporais e culturais aparecem. Dentro da programação dos canais da televisão aberta há muitos quadros, concursos e até mesmo novelas que trazem a dança. [...] Telenovelas, filmes, programas de auditório, concursos, noticiários, propagandas. É a dança num simples "*click*". A dança ao alcance de todos por meio da tela da televisão.

[...]

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

Por intermédio desses programas, é possível conhecer muitos trabalhos de dança de diversos estilos, com pessoas de todas as idades e de vários cantos do país. É uma forma de acessar conhecimento sobre dança. A televisão tem este poder de levar diversão, entretenimento, conhecimento e cultura até as pessoas, dentro de suas casas.

[...]

Assistir a um espetáculo de dança nem sempre é possível, pois requer certo investimento financeiro, muitas vezes os locais das apresentações são distantes, sendo necessário um deslocamento, e também nem sempre temos à disposição espetáculos de dança em nossas cidades. A televisão, nesse sentido, facilitou e facilita o acesso à dança e a diferentes danças, pois é possível ter este contato na sua própria casa.

Além disso, a dança presente na televisão, nos programas de auditório, telenovelas, filmes, *shows*, entre outros, faz com que muitas pessoas tenham interesse em aprender determinado tipo de dança, sendo estimuladas por aquele programa na televisão, buscando experiências e vivências práticas de dança. Nesse sentido, a televisão pode ser um instrumento positivo no estímulo da prática dessa arte corporal tão rica de cultura e movimento.

[...]

Essa parece ser uma questão significativa [a televisão como instrumento de divulgação das danças], pois apreciar uma dança pela TV é importante, tem seu valor, pois é conhecimento da arte, da cultura, muitas vezes serve inclusive como forma de aprendizado de uma dança quando as pessoas tentam imitar determinados movimentos por meio da visualização, mas vivenciar a dança na prática é uma atividade que deveria estar presente no cotidiano dessas crianças, em especial na escola.

LAUXEN, Patrícia; MUNHOZ, Angélica Vier. Essa dança eu vi na tv! **Caderno Pedagógico**, Lajeado, v. 8, n. 1, p. 67-69, 2011.

ERIC MCCANDLESS/GETTY IMAGES



Participantes de um programa de televisão juvenil dedicado à dança. Los Angeles, Estados Unidos, 2021.

Papo aberto sobre os textos

1. **Os dois textos fazem uma análise sobre a interferência da mídia (redes sociais e televisão) na divulgação e no acesso às danças. Com base nas leituras, reflita sobre o que você considera pontos positivos e negativos na interferência da mídia na divulgação da dança.**

2. **Com base nas reflexões geradas pelas leituras, qual deveria ser, na sua opinião, o papel da escola em relação a conhecimentos que são divulgados pela mídia?**

1. Resposta pessoal. É importante que os estudantes consigam identificar que as redes sociais e a televisão podem ser uma alternativa para acessar diversos conhecimentos, inclusive sobre as danças em geral. No entanto, é necessário fazer uma análise crítica sobre as informações que recebemos, além de entender que as mídias não devem ser as únicas fontes de informação. Em especial sobre as redes sociais, é importante que os estudantes sejam capazes de identificar que elas atuam principalmente por meio da imitação, e que na dança há outras possibilidades de aprendizagem além dessa.

2. Resposta pessoal. É relevante que os estudantes notem que, quando esses conhecimentos se referem aos conteúdos curriculares ou a temas relevantes à formação, a escola não deve ignorá-los, mas, sim, usá-los para promover debates e análises mais aprofundadas, baseadas principalmente no conhecimento científico e nas vivências dos estudantes. No final de ambos os textos, há algumas reflexões importantes que você pode examinar com a turma.

É lógico!

Para realizar a **atividade 1**, será preciso colocar em prática o processo de abstração: antes de qualquer julgamento, você deverá selecionar, nos dados apresentados nos textos, aqueles que efetivamente se referem à interferência da mídia na divulgação da dança.

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

Por dentro dos textos

3. **De acordo com o texto 1, como as redes sociais têm impactado o acesso e o contato com a dança?**

4. **Como o texto 2 aborda o papel da televisão na veiculação das danças? Aponte semelhanças e diferenças em relação à abordagem que é feita no texto 1.**

As danças de salão podem ser classificadas em:

• Clássicas ou *standard* (valsa lenta, valsa vienense, tango internacional, *slow fox* e *quickstep*);

• Latinas (samba internacional, chá-chá-chá, rumba, *paso doble* e *jive*).

Você sabia que existem competições oficiais dessas modalidades? Essa classificação, inclusive, surge do contexto competitivo, que é organizado pela Federação Internacional de Dança Esportiva (World DanceSport Federation). Se quiser saber mais, visite o *site* do Conselho Nacional de Dança Desportiva e de Salão.

HIL CLARKE HILL/IN PICTURES/GETTY IMAGES



Casais dançam tango em espaço aberto. Buenos Aires, Argentina, 2014.

KOBBY DAGAN/SHUTTERSTOCK



Casal dançando rumba. Havana, Cuba, 2016.

Biblioteca cultural

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Inspirado em livro homônimo de Matthew Quick, o filme *O lado bom da vida* mostra Pat Solitano (Bradley Cooper) tentando reconquistar sua ex-mulher com a ajuda de Tiffany (Jennifer Lawrence). Durante esse desafio, ela o aproxima da dança. O filme traz uma oportunidade de olhar para a dança como uma prática de lazer e socialização, explorando mais do que o viés de apresentação. Que tal ver o lado bom da vida?



REPRODUÇÃO/PARIS FILMES

Classificação indicativa: 12 anos.
Pôster do filme *O lado bom da vida* (Direção: David O. Russell, Estados Unidos, 2012).

Outra sugestão é o filme *Dança comigo?*, que retrata John Clark (Richard Gere), um tímido advogado que vê seu casamento assolado pela rotina. Todos os dias ele passa de trem em frente a uma escola de dança de salão e começa a se interessar pela prática. Um dia, ele toma coragem e começa a praticar a modalidade, enfrentando uma série de desafios em sua vida pessoal.



REPRODUÇÃO/WALT DISNEY PICTURES

Classificação indicativa: 12 anos.
Pôster do filme *Dança comigo?* (Direção: Peter Chelsom, Estados Unidos, 2004).

3. Sugestão: De acordo com o **texto 1**, as redes sociais permitem produzir e aprender novos tipos de dança. Essa prática corporal tem sido disseminada de maneira rápida por meio de vídeos curtos, o que tem criado outras formas de entrar em contato com ela.
É muito importante que você traga as experiências dos estudantes para essa reflexão, valorizando os conhecimentos que eles têm e ressignificando a aprendizagem. Como eles se relacionam com as danças nas redes sociais? Gostam? Sentem-se mais encorajados do que nas aulas? Por que isso acontece? Como os comentários e as interações nessas plataformas interferem nesse contexto?

Investigue

Ao apostar na dança como forma de entretenimento, a mídia usa elementos diversos, como competições, composições de palco, quadros variados em programas televisivos, entre outros. Nesses casos, embora contribua para o conhecimento dessa prática corporal, a mídia a usa principalmente como um "produto", ou seja, transforma a dança em espetáculo para atrair espectadores. Que tal investigar outros modos de se apropriar da dança em sua vida?

Estratégia: Para atender à proposta, você pode levar em consideração sua experiência pessoal com a dança e expô-la sem abrir mão de sua privacidade.

4. Sugestão: O **texto 2** traz uma visão mais positiva sobre tal veiculação, colocando a televisão como uma fonte importante de conhecimento e até mesmo de democratização de acesso a espetáculos de dança, que, muitas vezes, não fazem parte da vida das pessoas. Segundo as autoras, a televisão proporciona diversão, entretenimento e cultura gratuitamente a muitos lares. Ambos os textos concordam, contudo, sobre a importância de trabalhar a dança na escola de forma contextualizada e crítica.

Investigue. É importante que os estudantes entendam que um dos principais objetivos de colocar a dança em forma de espetáculo na televisão é atrair espectadores, uma vez que é instigante acompanhar os muitos desafios de quem a pratica, principalmente quando celebridades são colocadas nesse papel. No entanto, os estudantes precisam identificar outros usos e atribuir novos sentidos à prática da dança. Podem citar seu papel como forma de conhecimento cultural, seus significados históricos, sua relevância como atividade física, além de que é uma ótima prática para o lazer e para a socialização.

Boxe sobre classificação de danças. Indicamos essa classificação como curiosidade. Ela poderá ser retomada na seção **Bora pra quadra?**. No entanto, nas aulas, não haverá o rigor técnico de uma competição de dança de salão; nem mesmo essa prática será tratada como "esportivizada". É importante fazer essa diferenciação com os estudantes, retomando exemplos similares no tratamento que foi dado à ginástica e às lutas, por exemplo, nesta obra.

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

OBJETO DIGITAL Vídeo: Danças de salão – Ritmos nordestinos

Agora que já refletimos um pouco sobre os impactos que a mídia pode ter sobre a dança, que tal descobrir algumas possibilidades das danças de salão sob a perspectiva do lazer? Para tanto, você e os colegas desenvolverão pesquisas para depois compartilhar os aprendizados com sua comunidade por meio de oficinas. Bora pra quadra?

Etapa 1 – Descobrindo as danças de salão

Veja as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Os grupos podem ser definidos por afinidade. Caso a turma não entre em consenso, pode ser feito um sorteio.

Forme um grupo com os colegas, conforme indicado pelo professor. Todas as atividades da seção serão desenvolvidas em grupos. Pesquisem vídeos na internet e selecionem uma dança de salão de interesse de cada grupo. Entre vocês, garantam que não haja mais de um grupo na sala trabalhando a mesma dança. Algumas sugestões estão indicadas a seguir.


DOTTA2/ARQUIVO DA EDITORA

Forró.


MAX4E PHOTO/SHUTTERSTOCK

Valsa.


BILLION PHOTOS/SHUTTERSTOCK

Salsa.


ROLF VENNENBERND/PICTURE ALLIANCE/ GETTY IMAGES

Chá-chá-chá.


PAVEL L PHOTO AND VIDEO/ SHUTTERSTOCK

Tango.

Depois que a dança for escolhida, você e seu grupo deverão aprofundar seus conhecimentos sobre ela. Pesquisem aspectos relativos à sua história, às principais características, às roupas utilizadas e enriqueçam seu repertório assistindo a algumas coreografias. Façam o registro dessas informações, pois serão usadas nas etapas seguintes.

Etapa 2 – Descobrindo a dança por meio de vídeo

Agora, você e seu grupo farão uma oficina com a dança escolhida. Para pensar em modos de ensiná-la à comunidade, vocês deverão elaborar antes um vídeo sobre ela. Vocês poderão usar diferentes gêneros: metragem, videoaula, teatro filmado, reportagem, entre outros.

No vídeo, vocês terão de contextualizar a dança com um breve apanhado histórico da modalidade e suas principais características. Além disso, deverão ensinar três passos distintos da dança.

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

Com o apoio do professor, produzam um roteiro. Para ensinar os passos, mostrem como fazer a movimentação do condutor e do conduzido, além da evolução em pares. Depois, preparem o material audiovisual, com até 5 minutos, e o entreguem ao professor.

Etapa 3 – Descobrindo como avaliar a dança

Os vídeos produzidos deverão ser exibidos para a turma. Essa etapa servirá não só para que os grupos conheçam um pouco mais sobre as danças escolhidas pelos colegas, mas também para terem uma resposta do público sobre o material que produziram.

Os grupos deverão fazer uma avaliação crítica comentada, que poderá auxiliá-los na produção das oficinas de dança. É importante lembrar que essa é uma atividade para auxiliar os colegas, portanto deverá ser feita por meio de uma análise respeitosa. Poderá ser utilizado o modelo de ficha de avaliação a seguir como parâmetro, ou poderão ser seguidos os critérios avaliativos adaptados pelo professor.

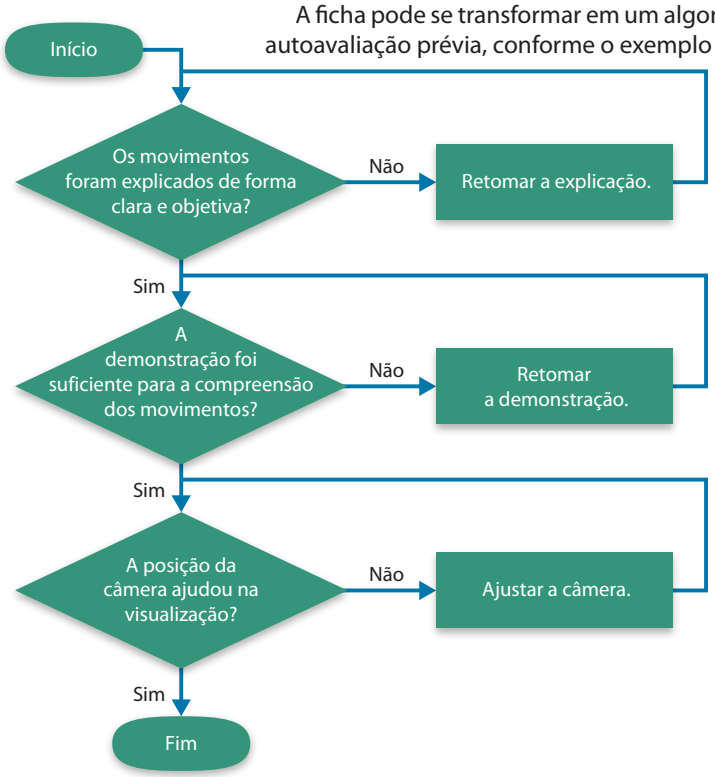
Ficha de avaliação – Modelo

Ficha de avaliação

1. As informações teóricas apresentadas foram claras e objetivas? Se não, vocês teriam alguma sugestão para melhorar esse momento do vídeo?
2. Sobre os movimentos e passos da dança de salão escolhida, avaliem:
   a. Eles foram explicados de forma clara e objetiva? Justifiquem.
   b. O modo como foram demonstrados foi suficiente para que vocês pudessem compreendê-los?
   c. O enquadramento e o ângulo escolhidos para a filmagem ajudaram na visualização dos movimentos?
   d. Vocês teriam alguma sugestão que pudesse melhorar o processo de aprendizagem?

É lógico!

A ficha pode se transformar em um algoritmo para uma autoavaliação prévia, conforme o exemplo a seguir.



Dica de professor

No decorrer de todas as atividades, sempre procurem o apoio do professor. Não deixem de tirar dúvidas, pedir sugestões e apresentar o planejamento e os resultados das pesquisas feitas. Isso é muito importante para que o trabalho não fique desarticulado ou careça do devido cuidado com as informações coletadas.

Etapa 2. Esta atividade tem como objetivo servir de ensaio inicial para as oficinas. Peça aos grupos que organizem os roteiros e depois executem as filmagens. Essa etapa pode ser iniciada na escola, para que você possa acompanhar o planejamento. Depois, pode ser filmada em casa, de forma que o tempo seja otimizado e os estudantes possam usar seus celulares. Faça algumas adequações na ficha que disponibilizamos na **etapa 3**, de modo que os estudantes possam avaliar o trabalho dos colegas com base em vivências e ensaios da própria aula. Os diferentes gêneros textuais possíveis para a elaboração do vídeo podem ser trabalhados em conjunto com o professor de Língua Portuguesa. Assim, os estudantes podem ter o respaldo necessário na construção dos elementos de linguagem que serão utilizados. Caso em seu contexto não seja viável executar essa etapa, faça adaptações que dispensem a produção de vídeo.

Etapa 3. É muito importante que você faça uma mediação rigorosa nesta etapa. Primeiro, desenvolva uma preparação com a turma, explicando cada questão presente na ficha e pontuando a importância de avaliar para contribuir com o trabalho de todos. Reforce a necessidade de ter respeito pelo trabalho dos colegas e que o objetivo principal é contribuir com sugestões que enriqueçam o que foi elaborado. Além disso, trata-se de uma oportunidade de avaliar e entender como essa é uma experiência desafiadora. Após recolher as fichas, leia-as previamente e só depois as entregue aos grupos avaliados, para que você possa acompanhar os comentários e evitar possíveis exposições que causem constrangimentos. Não desenvolva a atividade de forma anônima. Todos os grupos devem se identificar na ficha avaliativa.

Fala aí!

Como foi avaliar de maneira crítica o trabalho dos colegas? E como foi ser avaliado por eles? O processo de avaliação ajudou no aperfeiçoamento de sua proposta? Fala aí! Descobriu como é avaliar?

Estratégia: Fale com calma, olhando para os colegas.

Fala aí! Promova algumas reflexões sobre essa experiência. É importante que os estudantes procurem considerar as sugestões que receberam para melhorar o trabalho deles e, com isso, entender como funciona uma avaliação crítica.

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

ERICSON GUILHERME LUCIANO/ARQUIVO DA EDITORA

Dica de professor

Nas oficinas, não se preocupem em ensinar muitos passos ou investir na complexidade deles. Ao contrário, esse espaço foi pensado para que vocês pudessem descobrir novas possibilidades com as danças de salão e compartilhá-las com a comunidade. Então, procurem selecionar passos simples, começando pelos básicos e suas variações. Durante as vivências, estimulem os participantes a dançar pelo espaço, promovam trocas de pares, tragam músicas mais lentas e mais aceleradas, entre outras estratégias que podem enriquecer essa experiência. Ao final, vocês podem criar um momento livre para que os participantes experimentem, de modo descontraído, o que aprenderam. Enfim, a proposta é que seja divertido descobrir novas possibilidades de dançar, usufruindo esses saberes para o lazer e a socialização.

Etapa 4 – Descobrindo como ensinar a dançar

Depois de receberem o retorno das fichas avaliativas, é hora de você e os colegas finalizarem as oficinas. Para isso, façam os ajustes necessários e organizem, durante a aula, um ensaio do que produziram. Esse exercício funcionará como uma preparação prática para a etapa seguinte, de forma que vocês poderão calcular o tempo médio de cada grupo ou mesmo estabelecer previamente qual deve ser a duração de cada oficina.

Como nos vídeos vocês explicaram apenas três passos de cada dança escolhida, agora devem incorporar novas evoluções. Escolham quais movimentos vão incluir e sigam o mesmo formato que propuseram nos vídeos. Dependendo da complexidade de cada dança escolhida, esse número pode variar. Por isso, definam esses ajustes com o professor, considerando o próprio contexto.

Nesse momento, elaborem de maneira prévia uma *playlist* com as músicas que pretendem utilizar no dia do evento a ser organizado na etapa a seguir.

Etapa 5 – Descobrindo como organizar as oficinas

Após os testes, é hora de organizar as oficinas, envolvendo a comunidade de dentro e de fora da escola. Para promover esse evento, formem equipes de trabalho de acordo com as atribuições a seguir. Vocês podem aproveitar os mesmos grupos já formados nas etapas anteriores.

Equipe 1 – Divulgação e convite à comunidade: os responsáveis por essa frente devem fazer cartazes (inclusive digitais), fôlderes e convites para a comunidade. O material de divulgação precisa conter a data, o local, o título do evento (decidido coletivamente), o horário e o que mais for necessário. Essas informações devem ser combinadas previamente com a direção da escola.

Equipe 2 – Organização dos espaços: os responsáveis por essa frente devem avaliar os espaços da escola que poderão ser usados (quadra, pátio, salas etc.) e organizá-los previamente (efetuando reservas, retirando materiais que atrapalhem a movimentação, entre outras ações). Além disso, devem preparar os aparelhos de som, separar microfones e pilhas (caso sejam necessários e estejam disponíveis na escola) e organizar e testar as músicas que serão utilizadas.

Equipe 3 – Inscrições: os responsáveis por essa frente devem organizar os participantes de cada uma das oficinas. É importante que as inscrições sejam realizadas já em pares. No entanto, na hora do evento, também é possível formar duplas entre os inscritos remanescentes. Estabeleçam estratégias para receber as inscrições previamente, para que seja possível avaliar as condições de realização das oficinas considerando a quantidade de interessados. Essa informação será crucial para que vocês estabeleçam o formato do evento, isto é, se as oficinas acontecerão no mesmo horário ou em momentos específicos (conforme o item **Equipe 4**, a seguir).

Equipe 4 – Cronograma: os responsáveis por essa frente vão organizar os horários de cada oficina, além de monitorar a divisão dos inscritos, para que nenhuma oficina fique ociosa. Uma possibilidade é propor um rodízio dos participantes entre todas as oficinas, o que evita problemas relacionados ao número de inscritos. Procurem avaliar o melhor modelo para o contexto da turma e, ainda, se é viável sobrepor atividades, isto é, colocar duas oficinas no mesmo horário, por exemplo, ou deixar cada uma com um momento exclusivo. Para isso, é necessário checar se a escola tem mais de um espaço, além de materiais disponíveis para serem divididos. Essa equipe será fundamental no dia do evento, para auxiliar na coordenação dos horários. Seus integrantes devem estar atentos ao horário em que a oficina de seu grupo vai ser desenvolvida.

Etapa 5. Auxilie os estudantes a organizar o evento com as oficinas, considerando não só a participação da comunidade externa, mas também a da interna: estudantes de outras turmas, funcionários e professores. O evento é também uma oportunidade de integração e de compartilhamento de experiências. Esteja presente nas oficinas para dar todo o apoio necessário à turma, além de auxiliá-la no caso de possíveis imprevistos e dificuldades.

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

Equipe 5 – Registro e imprensa: os responsáveis por essa frente vão registrar as oficinas em fotos e/ou vídeos, e entrevistar alguns participantes, buscando saber sua opinião sobre as experiências que tiveram durante o evento. Essa equipe precisa ficar atenta e gerenciar bem as tarefas para estar disponível no momento de sua oficina.

Depois que estiver tudo organizado, desenvolvam as oficinas na escola e aproveitem o momento para trocar experiências e se divertir.

Roda de conversa

Considerando todo o processo de trabalho com as danças de salão nesta unidade, conversem sobre as questões propostas.

- Quais foram os pontos positivos e os negativos de toda essa experiência? Sobre os aspectos negativos, como seria possível minimizá-los?
- Sobre as oficinas, como foi a participação da comunidade (interna e externa)? Compartilhem alguns dados da equipe de imprensa. Em caso de baixa participação, o que poderia ser feito para mudar o cenário?
- Sobre a dança de salão pela qual seu grupo ficou responsável: o que foi mais marcante aprender sobre ela?
- Como foi a experiência de explorar a dança de salão com um viés de lazer e socialização?

Roda de conversa. Abra espaço para os estudantes compartilharem suas experiências pessoais com as danças de salão, envolvendo desde os momentos iniciais de descoberta com as pesquisas até as vivências e a organização e execução das oficinas. Não se esqueça de conversar sobre os elementos que dão base à dança de salão, como o ritmo e a condução, além de discutir como eles avaliaram o processo de aprendizagem dessas manifestações no decorrer das aulas.

Essa atividade promove a resolução de problemas corporais. Durante o processo, os estudantes precisam de apoio para conseguir identificar possibilidades criativas. Assim, selecione previamente alguns movimentos e demonstre como poderiam ser executados em duplas. Diante da previsão de pesquisas de vídeos em redes sociais, mantenha os estudantes sob supervisão para que acessem materiais adequados ao espaço escolar.

E SE A GENTE... CRIASSE UMA NOVA DANÇA?

Agora que você já teve algumas experiências com as danças de salão e compreende essa prática corporal como uma manifestação contextualizada e permeada por diversas possibilidades expressivas, e se a gente criasse, em grupos, composições de dança a partir das redes sociais?

Retome as reflexões apontadas pelo **texto 1** e suas experiências pessoais com as danças nessas plataformas. Atualmente, os *challenges* (desafios) de dança têm dominado as redes sociais, e milhares de pessoas procuram experimentar novos movimentos estimulados pelos vídeos virais. Será que é possível ir além da reprodução das chamadas "dancinhas"?

- Você e os colegas devem se organizar em grupos de seis integrantes. Formem duplas, separando-se entre condutor e conduzido. Lembrem-se de que essa organização não precisa ser feita de acordo com o gênero, mas, sim, a partir da afinidade de cada um.
- Pesquisem, nas redes sociais, vídeos de danças de diferentes estilos, não necessariamente de danças de salão. Procurem por *hashtags* que estejam relacionadas com a dança em um sentido mais amplo. Deem preferência a composições que explorem movimentos amplos e criativos, e evitem letras que sejam ofensivas. É possível buscar por coreografias que vocês já conheçam.
- Após a pesquisa, escolham uma das coreografias.
- Muitos desafios de dança nas redes sociais são realizados de forma individual. Assim, depois que a coreografia for escolhida, a proposta é justamente transformar seus movimentos em uma composição em pares, isto é, em uma nova dança de salão.
- Explorem os movimentos da coreografia selecionada e discutam como eles podem ser transformados para uma execução em pares. Esse momento é crucial para que façam explorações e selecionem os passos de que mais gostarem.
- Elaborem uma coreografia com os movimentos selecionados seguindo o mesmo formato de um desafio de dança. Ela pode ter até 1 minuto de duração.
- Ao final, filmem as composições da turma, exibam nas aulas e promovam novos desafios de dança com os colegas. Os vídeos poderão ser postados no *blog* da turma.

Recado final

As danças de salão têm ganhado amplo espaço em quadros televisivos nos últimos anos, transformando a prática, na maioria das vezes, em um espetáculo competitivo. Com isso, cria-se um imaginário social de que a dança se resume a grandes acrobacias e a movimentos complexos. Se, por um lado, essa ideia causa encantamento, por outro, pode nos distanciar da dança. Assim, entendemos que é importante refletir criticamente sobre os usos que a mídia faz da dança, mas sem deixar de apreciar essa prática e de aproveitar suas possibilidades no contexto do lazer, da socialização e da saúde. Esperamos que as aulas tenham levantado algumas dessas possibilidades e que você considere as danças de salão como mais uma oportunidade de se apropriar da cultura corporal de movimento e de seus saberes.

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

Capítulo 30

COOPERAÇÃO NO JOGO DA VIDA

Leia nossa proposta de percurso didático para este capítulo nas orientações específicas do **Suplemento para o professor**. Visando desenvolver com os estudantes práticas de estudo e pesquisa, neste capítulo eles serão instigados a atentar para a cooperação em diferentes contextos por meio de leitura e discussões de texto, investigação de conceitos, experimentações corporais e divulgação do conhecimento por meio de apresentação oral. Na seção **Bora pra quadra?,** serão apresentadas mais possibilidades de vivências de jogos cooperativos e mais reflexões. O *bullying* também será tema de debate e reflexão, tendo os jogos cooperativos como uma das formas de preveni-lo e combatê-lo.
No final, espera-se levar os estudantes a compartilhar os conhecimentos adquiridos por meio das tecnologias digitais.
Pensando na apropriação desses recursos, os estudantes serão estimulados a criar um *vlog* cujo conteúdo abordará as aprendizagens que tiveram durante o capítulo. Indica-se a interdisciplinaridade com o professor do componente Língua Inglesa devido ao uso de termos dessa língua durante o capítulo e pelas pesquisas a serem realizadas. Assim, desenvolveremos principalmente as habilidades EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG403, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG703 e EM13LGG704 da BNCC.



DANI INDRA/SHUTTERSTOCK

Estudantes em jogo cooperativo. Java, Indonésia, 2024.

Superar grandes desafios, concluir tarefas ou solucionar problemas é o mais importante nos jogos cooperativos; vencer sozinho ou no próprio grupo não é o que está em jogo. Essa modalidade de jogo está presente em escolas, em empresas, em comunidades e até mesmo nos esportes.

Uma vez que a competição está mais exacerbada em diversas esferas da sociedade moderna, nota-se a necessidade de desenvolver os valores cooperativos para que as pessoas possam conviver com base em interações positivas, de modo a confiar mais em si e nos outros, a superar desafios, a respeitar a singularidade e a ter prazer em estar com o outro. No ambiente escolar esses jogos são uma alternativa para prevenir e combater casos de *bullying*.

Vamos ampliar nossas experiências com os jogos cooperativos e discutir seus reflexos na sociedade e, no final, compartilhar os frutos dessas experiências.

Fala aí! Como a proposta é que os estudantes respondam à questão com base em suas experiências com jogos cooperativos, deixe-os falar livremente sobre qualquer benefício em diferentes âmbitos: em relação ao desenvolvimento social ou emocional, ao fortalecimento de vínculos, à inclusão, à diversidade, à aprendizagem, ou outro.

Fala aí!

Com base em seu conhecimento sobre jogos cooperativos, que benefícios podem-se obter com eles?

Estratégia: Reflita com base em experiências que você teve com jogos cooperativos, apontando dados e fatos. Caso não os conheça, preste atenção nos relatos dos colegas.

Leitura

CIDADANIA E CIVISMO

Leia o fragmento de uma dissertação de mestrado na qual o pesquisador conceitua os jogos cooperativos e aponta suas características.

Jogos cooperativos: conceitos e características

Os Jogos Cooperativos são jogos com uma estrutura alternativa, em que os participantes "jogam uns com os outros, ao invés de uns contra os outros" (Deacove, 1974, p. 1).

Joga-se para superar desafios, e não para derrotar os outros; joga-se para se gostar do jogo, pelo prazer de jogar. São jogos em que o esforço cooperativo é necessário para se atingir um objetivo comum, e não para fins mutuamente exclusivos.

Tendo os jogos como um processo, aprende-se a considerar o outro como um parceiro, um solidário, em vez de tê-lo como adversário, e a ter consciência dos próprios sentimentos, e a colocar-se uns no lugar dos outros, operando por interesses mútuos, priorizando a integridade de todos.

Estes Jogos são estruturados para diminuir a pressão para competir e a necessidade de comportamentos destrutivos, para promover a interação e a participação de todos, e deixar aflorar a espontaneidade e a alegria de jogar.

Os Jogos Cooperativos são jogos de compartilhar, unir pessoas, despertar a coragem para assumir riscos, com pouca preocupação com o fracasso e sucesso em si mesmos. Eles reforçam a confiança em si mesmo e nos outros e todos podem participar autenticamente, sendo ganhar e perder apenas referências para o contínuo aperfeiçoamento pessoal e coletivo.

Dessa forma, os Jogos Cooperativos resultam no envolvimento total, em sentimentos de aceitação e vontade de continuar jogando.

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

Zlmarian Jeane Walker [...] considera que "nesse tipo de jogos as crianças estão mais livres para divertir-se com a experiência do jogo propriamente dito, porque todos são vencedores" ([1987], p. 182).

Baseada na observação de crianças praticando jogos cooperativos e jogos competitivos na escola, Walker ([1987], p. 183) comparou esses dois tipos de atividade.

[...]

O esforço em caracterizar comparativamente Jogos Cooperativos e Jogos Competitivos não tem a intenção de opor um ao outro.

Ao contrário, essa dedicação visa, primeiramente, ampliar nossa percepção sobre as dimensões que o Jogo e o Esporte nos oferecem como campo de vivência humana. E, em segundo lugar, pretende indicar que nos Jogos e Esportes, bem como na Vida, existem alternativas para jogar além das formas de competição, usualmente sugeridas como única ou a melhor maneira de jogar e viver.

Meu ponto de vista é que, ao re-conhecermos o Jogo e o Esporte como um campo de descoberta e encontro pessoal, em que Cooperação e Competição são partes-todo necessárias, cada qual em sua justa medida – nos tornamos capazes de não mais separar para excluir – passando a aprender, por meio do Jogo e do Esporte, a nos diferenciarmos entre outros, sim; mas para descobrir e despertar nosso talento para nos re-ligarmos uns com os outros e vivermos em Comum-Unidade.

Referências

DEACOVE, Jim. **Co-op Games Manual**. Perth: Family Pastimes, 1974.

WALKER, Zlmarian Jeane. **Educando para a paz**. Brasília: Escola das Nações, [1987].

BROTTO, Fábio Otuzi. **Jogos cooperativos**: o jogo e o esporte como um exercício de convivência. 1999. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, 1999. p. 76, 80.

Papo aberto sobre o texto

1. **Como os jogos cooperativos são estruturados?**
2. **Qual é a importância dada a ganhar e perder nos jogos cooperativos?**
3. **Brotto fala sobre reconhecer "o Jogo e o Esporte como um campo de descoberta e encontro pessoal, em que Cooperação e Competição são partes-todo necessárias". Dê um exemplo de jogo ou esporte que envolve tanto cooperação quanto competição, explicando como essas duas dinâmicas se relacionam.**
4. **No seu cotidiano, o que é mais presente: a cooperação ou a competição?**

Investigue. Como os jogos competitivos estão mais presentes na maior parte da trajetória escolar dos estudantes, nesta atividade é importante que eles verifiquem as diferenças para compreender melhor a estrutura e o objetivo dos jogos cooperativos.

1. Os jogos cooperativos são estruturados com a finalidade de proporcionar mais interação e participação, de modo que todos desfrutem espontaneamente do jogo e se alegrem durante as partidas, diminuindo a pressão para se competir e o recurso a comportamentos destrutivos.

2. Não há ênfase em ganhar ou perder, que são apenas referências para o aprimoramento individual e coletivo.

3. Resposta pessoal. Os estudantes podem fornecer exemplos de algum jogo ou esporte coletivo, como voleibol ou rúgbi, em que duas equipes se enfrentam: os jogadores de cada equipe precisam cooperar entre si, ao mesmo tempo que competem com os jogadores adversários.

4. Resposta pessoal. Enfatize que ambas as dinâmicas fazem parte da vida. No entanto, vale atentar para a natureza das escolhas realizadas. Com base nas respostas dos estudantes, será possível verificar se a competição ou a cooperação está mais presente no cotidiano deles e que relevância tem essa escolha para cada um. Considere também ser difícil a escolha pela cooperação se ela não se materializa no cotidiano dos estudantes.

Biblioteca do professor. Para conhecer mais sobre os jogos cooperativos, suas categorias e a comparação com os jogos competitivos, indicamos a leitura completa da dissertação de Fábio Otuzi Brotto, também publicada em livro: *Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como um exercício de convivência* (4. ed. São Paulo: Palas Athena, 2013). O autor tem ainda outros títulos sobre a cultura da cooperação.

Investigue

Qual é a diferença entre jogos cooperativos e jogos competitivos?

Estratégia: Analise as características de cada tipo de jogo e depois compare-as.

E SE A GENTE... COOPERASSE E INVESTIGASSE?

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Para ampliar seu conhecimento referente aos jogos cooperativos, que tal realizarmos uma pesquisa e compartilhá-la? Em grupos, vocês vão fazer uma exposição oral sobre um jogo cooperativo seguida de uma vivência desse jogo.

Momento de pesquisar

Brotto baseou seus estudos nos escritos do pesquisador canadense Terry Orlick, principal referência da área, autor de *Vencendo a competição* (São Paulo: Círculo do Livro, 1978) e *Em busca da excelência* (Porto Alegre: Artmed, 2009), entre outros livros.

Pesquisem quais são as categorias de jogos cooperativos propostas por Fábio Otuzi Brotto. Depois de conhecer essa categorização, escolham uma para aprofundar a pesquisa. Conversem para que cada grupo pesquise uma categoria diferente.

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

Esse é um trabalho cooperativo e todos devem se envolver. Sigam os passos.

1. Investiguem e detalhem a categoria de jogo cooperativo escolhida, seu conceito e objetivo.
2. Escolham um jogo dessa categoria para a atividade. Vocês também poderão criar o jogo ou recriar um já conhecido, desde que se certifiquem de que está dentro do objetivo principal da categoria. Na seção **Bora pra quadra?**, há atividades baseadas em jogos cooperativos. Procurem escolher um jogo diferente dos que são apresentados nessa seção, para que as experiências de vocês sejam ampliadas.

Organize a turma em quatro grupos para que cada um escolha uma categoria diferente de jogo cooperativo. Se a turma for muito grande, dois grupos poderão escolher o de inversão e/ou o semicooperativo, que têm subdivisões, ou escolher por tipo, para que se formem grupos menores e haja mais participação entre eles. Se preferir, ao final de cada exposição, aplique as atividades propostas em **Bora pra quadra?** para complementar a aprendizagem. Caso os estudantes tenham dificuldade para encontrar informações sobre o tipo de jogo cooperativo escolhido, peça que façam a pesquisa com o tema dos jogos cooperativos sem especificações. Essa atividade pode ser feita de forma interdisciplinar com o professor de Informática.

Momento de organizar e apresentar

Escolham uma forma de apresentação (expositiva, dialogada ou interativa). Usem recursos digitais para a elaboração, com textos, imagens, vídeos e áudios, de modo que o conteúdo visual fique atrativo e tenha um roteiro bem esquematizado para ser agradável aos colegas e apoiar a apresentação.

Organizem os resultados da pesquisa de acordo com os tópicos da investigação. O tempo destinado à apresentação (1) e, depois, à vivência do jogo (2) será estipulado pelo professor. Preparem previamente os materiais a serem utilizados no dia da apresentação oral e da vivência.

Cuidado com a quantidade de texto no recurso de apresentação: se for muito grande, ela pode ficar monótona, desestimulando os colegas. Usem tópicos e itens para comunicar as principais ideias de forma sequencial e que faça sentido para vocês e para os colegas. Escolham fontes e tamanhos de letras que todos possam visualizar bem. Dimensionem as imagens para que fiquem adequadas ao tamanho da tela de exibição e utilizem os demais recursos de forma harmônica.

O professor de Informática poderá auxiliá-los a encontrar o melhor recurso digital para a apresentação oral e instruí-los sobre as ferramentas disponíveis nesse recurso.

Estabeleçam as partes do trabalho que cada um vai apresentar. Ensaiem o discurso visando a uma boa comunicação, à atenção e à aprendizagem dos colegas. Nesse momento, cooperar será fundamental.

No dia combinado, apresentem de forma clara e objetiva tudo o que prepararam.

Momento de avaliar

Ao final de sua apresentação e atividade, o grupo deve conversar com os demais sobre os aspectos a seguir.

- A apresentação foi clara e objetiva?
- O grupo utilizou bem os recursos escolhidos e conduziu adequadamente a apresentação oral e a vivência?
- O que vocês aprenderam sobre o tipo de jogo cooperativo desenvolvido? Ainda há dúvidas?
- Foi possível verificar a cooperação?
- O grupo conseguiu atingir o objetivo? Se não, o que atrapalhou?
- Que benefícios é possível obter após essa experiência?

Caso não tenha sido possível atingir o objetivo esperado, os integrantes do grupo devem conversar entre si e com o professor para fazer ajustes nas regras ou no próprio comportamento de seus jogadores.

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

BORA PRA QUADRA? Jogos cooperativos

Vamos experimentar os jogos cooperativos com base nas categorias apresentadas por Fábio Brotto. Caso não consigam cumprir o objetivo de algum jogo, façam uma pausa para ajustar algumas regras, buscando superar as dificuldades individuais e coletivas de modo que o jogo continue cooperativo. Alguns jogos terão como base o voleibol, mas podem ser feitas alterações de acordo com os esportes com os quais a turma esteja mais familiarizada.

Estas atividades podem ser realizadas após a apresentação oral dos estudantes na **seção anterior**, contribuindo para que conheçam mais e ampliem suas experiências práticas.

Siameses. Ao perceber que os estudantes estão conseguindo realizar a tarefa sem dificuldades, aumente o número de duplas (4, 6, 10) até que a turma toda esteja unida.

Atividade 1 – Ninguém perde

Vocês vão vivenciar alguns jogos sem perdedores, os quais são plenamente cooperativos, motivados pelo prazer de jogar e superar os desafios juntos.



Siameses – Formem duplas com integrantes que tenham aproximadamente a mesma altura e o mesmo peso. Sentem-se de costas um para o outro, entrelaçando os braços. Ao sinal do professor, tentem levantar juntos, ao mesmo tempo, sem apoiar as mãos no chão. Quando conseguirem, repitam algumas vezes. Depois, ao comando do professor, entrelacem os braços com outra dupla para realizar a mesma atividade. A junção das duplas será feita progressivamente até que todos da turma realizem juntos esse desafio.

A dica é ficar com as costas e os ombros bem encostados e fazer o movimento ao mesmo tempo!

Esteira humana – O objetivo da atividade é passar uma bola (de pilates ou outra bola grande) em uma esteira humana por toda a extensão da quadra sem que ela toque o chão. Um de vocês vai passar a bola rapidamente em cima dos demais, que devem estar deitados paralelamente no chão. Após a bola passar por cima de um estudante, ele deve se levantar e correr mais à frente, refazendo a esteira até a última linha desenhada na quadra. Não vale segurar, lançar nem bater na bola para ela ir mais rápido.

Esteira humana. Cronometre o tempo que os estudantes levam para cumprir a prova e, depois, estipule alguns segundos a menos para que sejam instigados a fazê-la de forma mais rápida.

Na repetição da tarefa, o professor vai determinar um tempo menor.

Uma variação do jogo é fazer ida e volta da bola pela quadra. Ou, em vez da bola, um de vocês pode deitar-se perpendicularmente à esteira (de barriga para cima e com os braços colados ao corpo). Os colegas que formam a esteira devem fazê-lo passar por cima de todos até o final da quadra. Se esta opção for a escolhida, tomem cuidado durante a travessia. É importante um colega ficar atento para que quem está em cima não saia da esteira e não machuque quem está embaixo. A dica é manter os braços colados ao corpo.



ILUSTRAÇÕES: MARCO AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 8. ed. Santos: Editora Projeto Cooperação, 1997.

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

Volençol. Monte a estrutura do voleibol e utilize as demarcações desse esporte na quadra. Se o grupo for grande, pode-se usar um espaço maior. Caso não tenha uma quadra ou rede específica, delimite um espaço retangular e divida-o em dois "campos" usando uma corda como rede. A bola pode ser a de pilates ou qualquer outra bola grande que você tenha na escola. Em lugar de lençol, pode-se usar um colchonete, um paraquedas, uma toalha ou pedaços de tecidos. Distribua os estudantes de acordo com a quantidade e o tamanho do material, podendo ser de dois até seis por lençol, de modo que seja o mesmo o número de grupos em cada lado da quadra.

Satélite no cesto. Os satélites devem ser feitos de quatro balões de festa amarrados juntos. Faça mais de um satélite por grupo para que cada um jogue pelo menos duas vezes. Se houver menos estudantes por grupo, o número de balões pode ser menor. O cesto pode ser de diferentes materiais e deve ter tamanho suficiente para que o satélite entre nele. Caso não haja um cesto, coloque um bambolê no chão e peça aos estudantes que aterrizem o satélite dentro dele. Os balões podem ser abanados por pedaços de papelão, *frisbees* ou qualquer outro tipo de material. Defina o percurso, que pode ser curto, da linha de fundo da quadra até a linha central. Caso perceba que os estudantes estão com muita dificuldade, diminua o percurso ou redistribua os grupos deixando mais integrantes em cada um.

Frescobol – A proposta é a de um esporte que vá contra a lógica competitiva. Cada jogador, utilizando uma raquete, tem como objetivo manter a bola no ar o maior tempo possível, passando-a de um lado para o outro, colaborando para que ela não toque o chão. Nesse jogo, não há pontuação nem competição entre os jogadores.

Para iniciar a experimentação, organizem-se em duplas e utilizem raquetes de frescobol e bolas de borracha. Caso a escola não disponha desses materiais, podem ser usados materiais alternativos. Desfrutem o jogo e troquem de parceiros para terem diferentes experiências e desafios!

Existem algumas outras regras para o frescobol, que vocês podem buscar em meio digital usando palavras-chave.

Atividade 2 – Metas comuns

Os próximos jogos são chamados de resultado coletivo: aqueles que apresentam no final a consequência do esforço de todos os jogadores.

Volençol – O objetivo é lançar e pegar a bola (de pilates) de um lado para o outro da quadra de voleibol com um lençol. Vocês devem segurar firme o lençol e se posicionarem na quadra de modo que todos consigam jogar. Organizem-se conforme indicado pelo professor. Uma equipe iniciará com a bola e deverá lançá-la para o outro lado. Caso esteja muito distante, pode-se passar a bola para um grupo da mesma equipe antes de mandá-la para a outra.



Procurem manter a bola o maior tempo possível sem deixá-la cair no chão. Vocês podem contar o número de passes que conseguem fazer, interrompendo quando a bola cair, e depois tentar aumentar esse número.

Fazer pausas no jogo é necessário para vocês elaborarem estratégias a fim de conseguir jogar sem conflitos e sem grandes dificuldades. Para torná-lo mais fácil, vocês podem deixar a bola bater no chão antes de pegá-la. Para aumentar a dificuldade, pode-se jogar com duas bolas.



Satélite no cesto – Formem grupos de seis integrantes. O objetivo é levar satélites (balões de festa, um amarrado no outro) até o cesto. Para isso, um integrante do grupo deve pegar o satélite, lançá-lo para cima e, com a ajuda dos demais, conduzi-lo pelo ar abanando-o com pedaços de papelão, até que o satélite aterrize no cesto. Os satélites não podem tocar o chão. Se isso acontecer, deve-se voltar ao ponto inicial. Os pedaços de papelão não podem tocar o satélite.

O jogo só termina quando todos os satélites forem colocados no cesto. A dica é manter o satélite bem alto até chegar à meta!

ILUSTRAÇÕES: MARCO AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustrações elaboradas com base em: BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 8. ed. Santos: Editora Projeto Cooperação, 1997. (Imagens sem escala.)

Atividade 3 – No lugar do outro

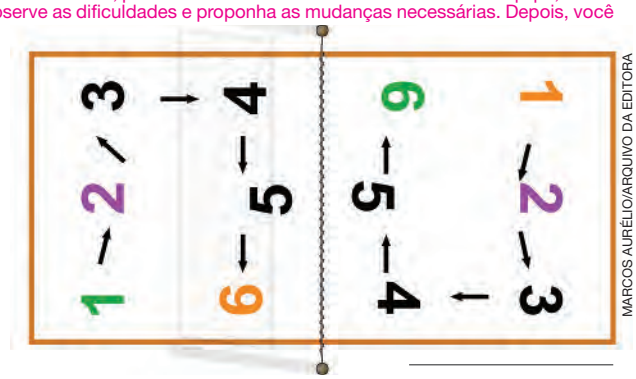
Nos jogos de inversão, há uma brincadeira referente ao ganhar e perder, pois não há equipe fixa e ora se pode estar perdendo, ora ganhando. A preocupação passa a ser com a dinâmica do jogo. Assim, podem-se fazer rodízio de jogadores, inversão de quem pontuou, inversão do placar ou inversão total (pontuador e placar).

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

Câmbio cooperativo. Os estudantes podem ter dificuldade em compreender o rodízio no câmbio, por isso treine com eles o rodízio e a troca de equipe, sem a bola. Algumas regras podem ser modificadas para se cumprir o objetivo do jogo. Observe as dificuldades e proponha as mudanças necessárias. Depois, você pode realizar um jogo com nove integrantes, que é o mais comum, se considerar que a turma precisa de mais desafios e já compreendeu a dinâmica do jogo.

Câmbio cooperativo – Formem equipes de seis integrantes. O objetivo é lançar a bola para a quadra adversária de modo que a outra equipe não consiga devolvê-la. Cada equipe deve dar três toques, podendo segurar a bola. Só o jogador 2 pode passar a bola para a outra equipe e, ao passá-la, deve gritar "câmbio". Se a bola cair no chão da quadra adversária, marca-se um ponto.

Após o jogador gritar "câmbio", é feito um rodízio na equipe que passou a bola. As trocas de jogador devem acontecer na ordem crescente referente ao número das posições, conforme indicado na figura. Se nenhum jogador gritar "câmbio", se o número de passes for maior que três ou se a bola cair ou bater na rede e voltar para o mesmo campo, o ponto é da outra equipe. A cada dois pontos da equipe (consecutivos ou não), o jogador 6 troca de lugar com o 1 da outra equipe. Depois da troca, o jogo recomeça com a equipe que pontuou.



MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustração elaborada com base em: BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 8. ed. Santos: Editora Projeto Cooperação, 1997.

Tênis de mesa cooperativo – O objetivo do jogo é o mesmo do tênis de mesa tradicional: enviar a bola ao outro jogador por cima da rede de forma que ele não consiga devolvê-la. O jogador inicia a partida com um saque no qual a bola deve quicar primeiro em sua parte da mesa, passar por cima da rede e quicar na mesa do oponente; depois a bola pode tocar apenas nos lados opostos da mesa. Pontua-se quando o adversário: erra o saque; não consegue devolver a bola; toca duas vezes seguidas na bola; ou quando a bola: toca seu campo duas vezes consecutivas; toca a mesa durante a jogada ou a rede e seus suportes. Para um jogo mais dinâmico, quem pontua recomeça a partida.

O objetivo é que esse se torne um jogo cooperativo de inversão de jogadores no qual inicialmente a turma toda será dividida em duas equipes, uma de cada lado da mesa. Os primeiros jogadores começam, e, cada vez que a equipe pontuar, o jogador que está na mesa deve ir para a fila da equipe que não pontuou. O jogador que sofreu o ponto continua na disputa até marcar ou o outro errar.

Algumas regras poderão ser flexibilizadas para que todos consigam pontuar. E não se preocupem pensando em que equipe estarão quando o jogo terminar!

Tênis de mesa cooperativo. O objetivo não é ensinar as regras oficiais do tênis de mesa. Assim, as regras podem ser flexíveis e adaptáveis de acordo com o nível de familiaridade e a habilidade dos estudantes com o esporte. Se considerar necessário e for de interesse dos estudantes, para saber mais, acesse as regras da Confederação Brasileira de Tênis de Mesa ou o vídeo *Regras do jogo: tênis de mesa*, disponível em plataformas de vídeo.

Atividade 4 – Todos envolvidos

Nos jogos semicooperativos, vencer não é o foco maior e, sim, garantir a participação de todos, favorecendo a cooperação na equipe. Há diferentes tipos: todos jogam; todos passam/tocam; todos marcam ponto; todas as posições; passe misto; resultado misto.

Voleibol de equipes – Organizem-se em duas equipes. Uma aguarda fora da quadra e a outra deve iniciar o jogo e se dividir na quadra de voleibol, como achar melhor, usando os dois lados. Um lado inicia a partida. Todos os jogadores devem tocar a bola antes de mandá-la para o outro lado e, quando ela passar a rede, a equipe inteira marca um ponto. Assim, o jogo segue do outro lado. Se a bola cair no chão ou não passar a rede, a equipe é substituída pela que ficou de fora.

Nesse jogo, mesmo divididos na quadra, os jogadores da equipe cooperam entre si, fazendo com que o colega receba bem a bola de modo a mantê-la no ar por mais tempo.

Voleibol semicooperativo – O jogo deve ser organizado como um voleibol tradicional, incluindo as dimensões da quadra e da rede, com seis integrantes de cada lado. Para pontuar, deve-se mandar a bola a um espaço vazio para que toque o chão ou de modo que a outra equipe não consiga devolvê-la. A diferença está no número de toques. A partida começa com o toque de um jogador, e todos os outros devem dar pelo menos um toque na bola antes de mandá-la para a outra equipe. Porém, depois de passar por todos, a equipe pode dar até dois toques a mais na bola e obrigatoriamente passá-la para o outro lado. Se mandar a bola antes de passá-la por todos ou ultrapassar oito toques no total, a jogada é invalidada, a equipe não pontua, e a bola recomeça com a outra equipe.

Voleibol semicooperativo. Depois de ter experimentado o formato descrito para os estudantes, você pode alterá-lo indicando que apenas as meninas pontuem ou que a equipe jogue passando a bola de forma alternada entre meninos e meninas, por exemplo.

Roda de conversa

Roda de conversa. No processo, é importante que os estudantes se envolvam, tendo como resultado a finalização das tarefas e a satisfação em participar delas. A preocupação central não deve ser ganhar e, sim, compartilhar, cooperar, aprender, ensinar e fazer parte do sucesso da turma. Espera-se que os valores desenvolvidos transcendam os jogos e apareçam nas relações estabelecidas no cotidiano.

Ao final, conversem sobre as questões a seguir.

- O que vocês acharam de os jogos não terem vencedores nem premiação?
- O que foi mais importante: o processo ou o resultado final?
- Todos cooperaram e foram incluídos nas atividades?
- Vocês perceberam reflexo da cooperação em outros momentos escolares?

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

Cooperando contra o *bullying*

Nesta seção, a proposta é desenvolver com os estudantes discussões acerca do *bullying* e das relações desse tema com os jogos cooperativos. Após as provocações, os estudantes serão convidados a vivenciar um jogo cooperativo e a criar um *vlog* relatando as experiências e os conhecimentos adquiridos ao longo do capítulo, em especial sobre o *bullying*.

OBJETO DIGITAL Infográfico clicável: *Cyberbullying*

Etapa 1 – Reflexão

No ambiente escolar, cada atitude é fundamental para barrar ou impedir atos de violência como o *bullying* e o *cyberbullying*.

As relações e as interações na escola são diversas, e o *bullying* pode surgir pela falta de conhecimento sobre como conviver e lidar com os marcadores sociais que se agregam a cada indivíduo. Por exemplo, nas aulas de Educação Física, as diferenças de desempenho motor, de habilidade, bem como a comparação de resultados e de biótipos corporais, podem ser motivos de *bullying*.

Os jogos cooperativos têm proposta inversa: conviver, construir parcerias, incluir, respeitar as diferenças, valorizar os potenciais de cada um, ajudar uns aos outros, promover a cultura da paz, entre outras, podendo ser um meio de prevenir e combater o *bullying* na escola.

Os jogos cooperativos nos mostram que é possível ser mais empático e íntegro tanto na vida como no campo esportivo, que muitas vezes envolve práticas que atacam o outro.

Mesmo não sofrendo nem praticando *bullying*, é importante que quem presencia essa prática tome uma atitude em favor de quem a está sofrendo. Muitas vezes, com medo de se tornar alvo, o espectador acaba se tornando autor também. Por isso, pense, em conjunto com os colegas, na postura que poderia ser definida para auxiliar quem sofre *bullying*. É importante que os autores tenham clareza das consequências de suas atitudes não só para a vítima, como também para sua própria vida, e que os encaminhamentos sejam feitos de modo respeitoso.

Caso seja alvo de *bullying*, relate a seus pais, familiares e professores o que está acontecendo. Denunciar é um bom começo!

Etapa 2 – Atividade

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

Nesse jogo cooperativo de resultado coletivo, é importante que todos os estudantes participem. Não são necessárias habilidades específicas e, sim, o auxílio dos colegas que farão força para segurar cada participante que for colocar a peça. Dessa forma, fica evidente a organização coletiva na qual cada um é peça importante para que o objetivo seja alcançado. Mesmo havendo dois grupos, a tarefa só é finalizada quando a última peça é colocada, sendo todos vencedores. É importante que os estudantes reflitam sobre o fato de que esse jogo não discrimina ninguém, cada um precisa da ajuda, do apoio e do esforço do outro para realizar a tarefa completa.

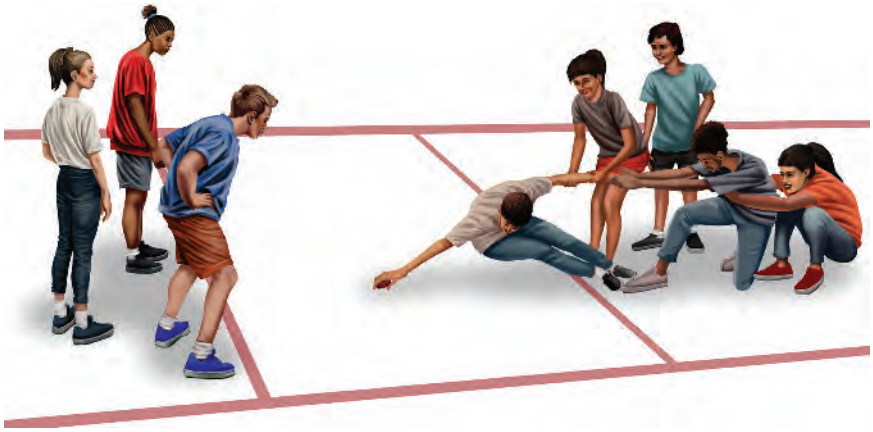
Após algumas reflexões, vamos vivenciar um jogo cooperativo que se apresenta como uma possibilidade de combater ou prevenir o *bullying* na escola. É provável que até aqui você já tenha praticado uma boa quantidade de jogos cooperativos e verificado algumas mudanças de atitudes entre você e seus colegas. Bora jogar mais!

A torre no abismo – O objetivo do jogo é montar uma torre em um local demarcado, sem encostar nenhuma parte do corpo no abismo.

Organizem-se em dois grupos. Cada grupo receberá a mesma quantidade de peças (partes da torre) de tamanhos aleatórios. Um grupo de cada vez, usando sua estratégia, deve colocar uma peça no centro do abismo, empilhando-as em ordem decrescente, da maior para a menor. Os grupos devem conversar entre si para definir a sequência de jogadas, que será feita de acordo com o tamanho das peças que tiverem, pois pode ocorrer de um grupo fazer duas inserções seguidas por ter duas peças de tamanhos sequenciais.

Marquem com um X o centro do abismo, que deve estar equidistante dos dois grupos. As linhas que separam os grupos do abismo não podem ser ultrapassadas com os pés. O participante que vai colocar a peça da torre deve manter os dois pés fixos no chão. Vocês notarão que será necessário segurar o participante pensando em estratégias para que ele não escorregue durante a ação. Se pisar na linha, tocar a mão ou qualquer parte do corpo no abismo, a jogada deve ser invalidada.

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



ILUSTRAÇÕES: MARCOS AURÉLIO/ARQUIVO DA EDITORA

Ilustração elaborada com base em: BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 8. ed. Santos: Editora Projeto Cooperação, 1997.

Começa o grupo que estiver com a peça maior. Conversem entre os grupos durante a realização da tarefa para pensar em formas de ela ser mais efetiva. Todos devem participar, seja segurando o participante, seja empilhando as peças. Troquem as funções a cada jogada. Esse mesmo jogo pode ser feito contra o relógio, em um tempo a ser estipulado pelo professor.

Ao final, discutam entre vocês as questões a seguir.

- Que tipo de jogo cooperativo foi realizado?
- Todos conseguiram participar?
- Vocês conseguiram verificar diferenças de habilidades para cumprir a tarefa? Como lidaram com isso?
- Como esse jogo cooperativo pode auxiliar na prevenção e no combate ao *bullying*?

Etapa 3 – Produto final

Que tal compartilhar esses conhecimentos e essas vivências?

A proposta é que, em grupos, vocês criem *vlogs* (*videoblogs*) referentes às vivências que tiveram durante o estudo deste capítulo, com ênfase na discussão sobre *bullying*. Cada grupo deverá criar até três vídeos para relatar as experiências, as discussões, as aprendizagens, os dilemas, dar dicas, ensinar a jogar, apresentar reflexões e indicações de medidas de prevenção e de combate ao *bullying*, entre outros assuntos referentes aos jogos cooperativos.

Com a autorização da escola, vocês devem postar as produções em uma plataforma de vídeos *on-line*. O professor vai indicar a conta em que todos os grupos poderão fazer a postagem.

Escrevam um roteiro definindo o conteúdo de cada vídeo e o que cada integrante do grupo vai fazer. Vocês podem utilizar o próprio celular para fazer as gravações ou uma câmera que for disponibilizada pela escola. Depois de gravar, é necessário editar os vídeos. Sejam criativos para produzir um conteúdo atrativo!

É possível que vocês recebam comentários nos vídeos; por isso, periodicamente, vejam o *vlog* com o professor para responder aos comentários postados. Divulguem na escola o conteúdo produzido a fim de disseminar conhecimentos referentes aos jogos cooperativos e ao *bullying*.

Para a etapa 3, organize os estudantes nos mesmos grupos que fizeram a pesquisa na seção **E se a gente...** Deixe-os livres para escolher a melhor maneira de divulgar o conhecimento. Se a escola não tiver uma conta em uma plataforma de vídeo, crie uma a fim de que os estudantes possam postar. As postagens podem ser restritas, de modo que apenas os que tiverem o *link* de acesso as assistam, ou podem ser abertas para que qualquer pessoa possa acessá-las. Convém ter autorização dos responsáveis se esta última opção for escolhida. Em relação à câmera a ser utilizada, pode ser uma da escola ou, se houver permissão, os estudantes podem usar os próprios celulares. É importante acompanhar o recebimento de comentários aos vídeos e as respostas dos estudantes.

Biblioteca do professor. Sugerimos, para ampliar a conversa e a reflexão com os estudantes sobre *bullying*, a leitura de "Jogos cooperativos são recurso para enfrentar o *bullying* nas aulas de Educação Física", de Leonardo Valle, disponível em meio digital, usando-se palavras-chave para a busca.

Recado final

Neste capítulo, você aprofundou seus conhecimentos referentes aos jogos cooperativos, reconhecendo de modo teórico e prático suas categorias, refletindo sobre a cooperação em diferentes esferas, comparando-os com os jogos competitivos e tendo-os como aliados na prevenção e no combate ao *bullying*. Compartilhar as produções realizadas neste capítulo com certeza vai contribuir para que a sociedade reflita sobre os valores presentes em seu cotidiano e conheça mais da importância da cooperação e de seus frutos.

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

1. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reconheçam a gravidade dessas práticas e, com isso, a necessidade da criminalização de tais ações. Sugere-se ler e discutir com a turma o texto da lei, disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/l14811.htm (Acesso em: 27 jul. 2024). Para se preparar para a discussão da lei, sugere-se a leitura do texto disponível em: https://www.oab-al.org.br/2024/01/advogadas-orientam-sobre-nova-lei-que-preve-punicao-para-os-crimes-de-bullying-e-cyberbullying/ (Acesso em: 27 jul. 2024).

EDUCAÇÃO MIDIÁTICA

Bullying e *cyberbullying*

2. Resposta pessoal. Ajude os estudantes a pensarem formas de prevenção ao *bullying* e ao *cyberbullying*, que podem evitar a necessidade de punições. Nesse sentido, é muito importante destacar o papel da escola, da família e de toda a comunidade ao tratar do assunto.

Você provavelmente sabe algo sobre *bullying*, prática de atos agressivos, intencionais e repetidos contra alguém, que pode se manifestar de diversas formas, incluindo violência física, verbal e psicológica. Também é possível que você conheça o termo *cyberbullying*, uma forma de *bullying* praticada no ambiente virtual, por exemplo, por meio de redes sociais, jogos *on-line*, *e-mails* e aplicativos de troca de mensagens.

No dia 12 de janeiro de 2024, foi assinada a Lei número 14.811, que visa à proteção da criança e do adolescente contra a violência em ambientes educacionais e similares. Entre outras medidas, a lei estabelece como crimes a prática de *bullying* e de *cyberbullying* e prevê punições.

MB IMAGES/SHUTTERSTOCK



Adolescente usando celular. Reino Unido, 2023.

4. a. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem o ato de *cyberbullying* no relato, caracterizado pelos comentários ofensivos e insultos feitos de modo intencional e repetido.

Vamos pensar nisso?

4. b. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem que Mônica começou a ter vergonha de si mesma por compartilhar uma atividade que lhe dava prazer.

1. Na sua opinião, por que o *bullying* e o *cyberbullying* passaram a ser considerados crimes?
2. A prática do *bullying* e do *cyberbullying* ocorre principalmente entre adolescentes e crianças. Você acha que, além de tornar o *bullying* e o *cyberbullying* crimes, há outras formas de combatê-los? Se sim, quais?
3. Quando crianças e adolescentes estão passando por alguma dificuldade e experimentando sentimentos como medo, raiva, frustração ou outros, podem expressar isso por meio de comportamentos violentos, como o *bullying* e o *cyberbullying*.
   a. O que você pensa sobre isso? **3. a.** Resposta pessoal.
   b. Considerando que essas podem ser algumas das causas da prática de *bullying* e *cyberbullying*, pense em uma ação que você, os colegas da turma e o professor poderiam realizar para contribuir com o combate ao *bullying* e ao *cyberbullying*. Pensem também uma ação que as instituições públicas poderiam tomar com essa mesma finalidade. **3. b.** Resposta pessoal.
4. Leia o relato fictício a seguir. Depois, converse com os colegas sobre as questões.

   Mônica tem 16 anos e adora dançar, principalmente forró. Ela costuma usar as redes sociais para compartilhar fotos e vídeos dançando. Porém, depois de publicar um vídeo de uma apresentação sua, Mônica começou a receber comentários ofensivos sobre a forma dela de dançar. Não era possível identificar o autor das mensagens, pois não havia foto no perfil dele. Parecia ser um perfil falso. O pior é que os insultos às publicações e às habilidades de Mônica se tornaram cada vez mais frequentes. Com o tempo, ela começou a se sentir envergonhada e parou de fazer postagens.

   a. Você acha que a situação vivida por Mônica pode ser considerada *cyberbullying*? Por quê?
   b. Como os comentários ofensivos impactaram a vida de Mônica?
   c. O autor dos comentários não colocou foto em seu perfil. Você acha que essa estratégia facilita a prática do *cyberbullying*?
   d. Como essa pessoa poderia ser orientada de maneira construtiva para que buscasse reverter os danos causados a Mônica e interrompesse a prática de *cyberbullying*?
   e. Como você reagiria se estivesse na situação de Mônica? E se Mônica fosse uma conhecida sua e você presenciasse o ataque sofrido por ela, como a ajudaria? **4. d.** Sugestões: dialogar com o agressor, buscando fazê-lo compreender que está praticando um crime, e levá-lo a buscar reverter os efeitos de seus atos. Sugerir que busque apoio de psicólogos ou outros profissionais.

Conectar e transformar

Esta atividade poderá ser realizada com o professor de Arte. **4. e.** Resposta pessoal. Incentive o debate de ideias e opiniões, orientando os estudantes a pensarem formas éticas de lidar com o problema, por exemplo, como a empatia e o diálogo podem ser caminhos para auxiliar nessa situação.

Você e os colegas trocaram ideias sobre *bullying*, *cyberbullying* e a Lei número 14.811/2024. Agora, com base em suas discussões, seus conhecimentos e suas experiências, vocês vão realizar, em grupos, e explorando a linguagem corporal, uma *performance*, que pode envolver dança, condenando o *cyberbullying*.

4. c. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reconheçam que a possibilidade de anonimato pode encorajar os agressores a praticarem *cyberbullying*, já que isso dificulta a identificação deles.

Leia as orientações específicas do **Suplemento para o professor**.

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

A *performance* poderá ser gravada e apresentada para outras turmas, e divulgada em meios digitais com a autorização de todos os participantes e da escola. Sigam as orientações.

Conectar e transformar

Com a orientação do professor, reúnam-se em grupos para sistematizar o que já sabem sobre *cyberbullying* e registrem dúvidas que possam surgir sobre o tema.

Busquem mais informações sobre *cyberbullying*. Vocês podem pesquisar os seguintes temas:

- *Bullying* e *cyberbullying* na Lei número 14.811/2024.
- Tipos de *cyberbullying*.
- Possíveis consequências do *cyberbullying* para a saúde física e mental das vítimas.
- Como agir ao tomar conhecimento ou ser alvo de *cyberbullying*?
- Por que os jovens estão entre os principais praticantes e as principais vítimas de *cyberbullying*?
- Ações de combate ao *cyberbullying*.

Pesquisem em fontes de informação confiáveis, como *sites* governamentais e de universidades. Anotem as descobertas que chamarem sua atenção e a fonte da qual foram retiradas.

Comecem a pensar em aspectos relativos ao *cyberbullying* que gostariam de abordar. Por exemplo, vocês podem tratar das consequências do *cyberbullying* para a saúde física e a saúde mental; propor formas de combater o *cyberbullying*; sugerir como ajudar alguém que é vítima de *cyberbullying*, entre outros aspectos.

Com a orientação do professor, pesquisem e apreciem algumas *performances* para buscar inspirações para o trabalho. Registrem elementos que chamaram sua atenção e que poderiam ser explorados na *performance* que vão elaborar, como movimentos corporais, espaços e materiais utilizados, músicas ou efeitos sonoros empregados, entre outros recursos.

Bora planejar

Reúnam-se com o professor para discutir os resultados das pesquisas. Selecionem os conteúdos que considerarem mais relevantes e interessantes, pensando na mensagem que desejam transmitir e no público-alvo.

Pensem em modos de explorar gestos, movimentos corporais e expressões faciais para transmitir a mensagem pretendida, bem como em objetos que podem ser usados para ajudar a construí-la.

Vejam algumas dicas:

- Movimentos de retração do corpo podem representar o afastamento social.
- Abraços podem representar a empatia no ambiente digital e o apoio às vítimas de *cyberbullying*.
- Uma máscara tampando o rosto pode sugerir o anonimato, que facilita a prática de *cyberbullying*.
- Algum tipo de interação com o público pode simbolizar o convite para que todos ajudem a combater o *cyberbullying*.

Combinem, com o professor, o tempo de apresentação de cada *performance*.

Bora construir

Definida a *performance*, façam um roteiro descrevendo as ações e os movimentos, o papel de cada integrante do grupo, os materiais necessários e outras informações que acharem importantes. Se decidirem gravá-la para divulgá-la em meios digitais, providenciem os equipamentos necessários e estabeleçam quem fará a gravação.

Ensaiem quantas vezes forem necessárias. Assim, se sentirão mais preparados no momento de se apresentarem às outras turmas. Estejam atentos ao tempo de apresentação.

Com o professor, escolham a data para as apresentações, o local em que vão acontecer e se serão exibidas para toda a escola ou apenas para algumas turmas. Considerem realizá-las em dias diferentes, ao longo de uma semana ou um mês, por exemplo.

Bora compartilhar

Realizem a *performance* com base no que foi planejado. Ao final, vocês podem propor uma troca de ideias com o público sobre o tema tratado.

Caso a apresentação tenha sido gravada, sob a orientação do professor façam a edição do material usando um editor de vídeo. Com a autorização da escola e de todos os participantes, vocês podem divulgá-lo para toda a comunidade escolar, contribuindo para a conscientização dos usuários da internet sobre o tema.

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

TRANSCRIÇÕES DAS FAIXAS DE ÁUDIO

UNIDADE 1 CORPO QUE ATUA E CRIA

Capítulo 2 – Danças populares: primeiros passos

Faixa de áudio: Frevo

[Locutora]: Frevo. Escute um trecho de "Frevo da lua", interpretado por Alceu Valença.

[Alceu Valença]

Lua, lua, lua de Olinda

O sol abraça Recife, tá chegando o carnaval

Lua, lua linda

Fonte: ALCEU VALENÇA. Frevo da lua. Compositores: Alceu Valença, Maurício Oliveira e Gabriel Moura. Rio de Janeiro: Deck, 2014.

UNIDADE 2 CORPO QUE SE EXPRESSA E RESISTE

Capítulo 6 – Profissão: atleta

Faixa de áudio: História de uma atleta

[Locutora]: História de uma atleta. Escute o depoimento da triatleta Luiza Tobar.

[Luiza Tobar]: Eu comecei bem cedinho. Quando eu tinha 13 anos, comecei a correr com meu pai por lazer. Eu comecei a ir na Lagoa do Taquaral, que é um parque supertradicional aqui em Campinas. Duas vezes na semana comecei a correr com ele. E, de fim de semana, [depois] mais um dia, três vezes na semana. E a corrida é uma modalidade um pouco viciante. Então, logo eu fiquei viciada, não parei mais. Eu comecei a aumentar a distância. As pessoas começaram a perguntar por que eu treinava tanto se eu não ia fazer prova. E, na minha cabeça, eu não queria fazer prova, eu gostava de treino.

Mas logo, com 16 anos, eu já comecei a fazer um monte de prova. Comecei a treinar com um treinador específico, que também era patrocínio. A partir daí, eu não parei mais de correr. Pagavam para fazer prova, eu viajava para correr em equipe. E eu não parei mais de correr. Com 19 anos, eu me mudei para Florianópolis para fazer faculdade na [Universidade] Federal. Eu continuei fazendo provas mais longas de corrida, ultramaratona, provas mais de *trail*, de montanha. Em uma dessas provas, eu fiquei em segundo geral feminino. E uma treinadora de Floripa, na época, falou: "Nossa, você é muito boa! Você tem 19 anos, você é muito boa! Por que você não começa a treinar triatlo comigo?". Eu era estudante, não estava muito a fim de gastar dinheiro com bicicleta, eu sabia que a modalidade era cara. Eu estava feliz com os meus treinos de corrida, que já demandavam bastante tempo, mas acabei aceitando.

E, no meio disso, eu ganhei um estágio. Então, eu trabalhava pra essa treinadora, treinava. Comecei a treinar muito e em poucos meses comecei a fazer um monte de provinhas, mais curtas, e um dia ela falou pra mim: "Você está treinando tanto, você treina tanto!". Porque eu sempre gostei de treinar! [A treinadora perguntou:] "Por que você não faz um *Ironman*? Eu pago a inscrição pra você!" Aí eu falei: "Tá bom, já tô acostumada a treinar um monte, fazer prova longa…". E foi o meu primeiro *Ironman*, que ela pagou pra eu fazer. E logo de cara eu consegui a vaga pra ir pro Mundial, no Havaí, o meu primeiro Mundial. E era o segundo *Ironman* ainda.

E, de lá pra cá, eu não parei mais. Fui competindo e treinando sem parar. Eu acho que a maior motivação minha foi realmente fazer prova, porque cada prova, cada temporada é algo novo, objetivos novos, e o esporte de *endurance* é muito viciante, é um estilo de vida completamente novo. E, morando em Floripa, você fica ao ar livre, na natureza. Eu ia nadar, no verão a gente nadava três meses no mar todo dia, então tinha aquele contato com a natureza. É uma espécie de estilo de vida de aventura, de estar ao ar livre mesmo, *outdoor*. É algo que traz muita satisfação e uma felicidade que quem não faz não consegue entender, mas é realmente viciante o esporte de *endurance*. Então, eu não parei mais!

Fonte: PAPO Saúde Podcast #10 – Desafios de ser mulher no esporte. Sesc Campinas, 15 abr. 2021. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=Dxrnw3uQoVY. Acesso em: 25 set. 2024.

Capítulo 10 – Danças urbanas: rabisca no passinho

Faixa de áudio: Batida de *funk*

[Locutora]: Batida de *funk*. Escute a seguir um exemplo de batida do *funk* carioca.

[Batida de funk]

Fonte: TAMBORZÃO RAIZ 130 RPM/BASE DE FUNK. Beats do Brasil, 2023.

UNIDADE 3 CORPO QUE PERFORMA E SE CUIDA

Capítulo 13 – Saúde é o que interessa?

Faixa de áudio: Atividade física e exercício físico

[Locutor]: Atividade física e exercício físico. Vamos ouvir o professor André Minuzzo de Barros, especialista em Educação Física escolar, explicando a diferença entre atividade física e exercício físico.

[Professor]: A atividade física é qualquer esforço que a gente faça e que resulte em um gasto da nossa energia

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

maior do que o gasto que temos quando estamos em situação de repouso. Por exemplo, andar, correr, saltar uma poça d'água, subir uma escada. As atividades físicas também ocorrem nas tarefas da vida diária. Por exemplo, subir no ônibus, passar roupa, limpar a casa ou, ainda, nos momentos de lazer, no trabalho, na prática de esportes e nos exercícios físicos. Reparem bem que esportes e exercícios físicos não são sinônimos de atividade física. Exercícios físicos e esportes são tipos de atividades físicas.

Crédito: todos os áudios inseridos neste conteúdo são da Desenredo e do Estúdio Spectrum.

Capítulo 15 – "Kiaaaai!": o grito das lutas

Faixa de áudio: *Kiai*

[Locutor]: *Kiai*. Escute a seguir um trecho de aula do mestre de caratê Sandro Barcellos demonstrando o *kiai*.

[Sandro Barcellos]: Então preste bem atenção: [Grito] Aqui, você está treinando devagar. [Grito] Agora, vamos fazer isso associado a um movimento. [Gritos] Com o tempo, e você treinando, você consegue fazer isso em uma fração de segundo, que seria isso: [Gritos]

Fonte: COMO treinar o KIAI? Vídeo de Sandro Barcellos. [*S.l.*], [*s.n.*], 16 maio 2023. 1 vídeo (9min52s). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Thy9Pva0ZKE. Acesso em: 19 set. 2024.

UNIDADE 4 CORPO QUE JOGA E SE POSICIONA

Capítulo 18 – Virtual *vs* real: a curadoria nos jogos

Faixa de áudio: Jogos eletrônicos

[Locutor]: Jogos eletrônicos

[Voz 1]: Os primeiros jogos eletrônicos foram idealizados na década de 1950, durante as revoluções tecnológicas que popularizaram os aparelhos eletrônicos para uso doméstico, como a TV. Em 1958, nos Estados Unidos, surge aquele que é considerado um dos primeiros jogos eletrônicos: um jogo de tênis bastante simples, jogado com um equipamento chamado osciloscópio.

[Voz 2]: Três anos depois, em 1961, surge o primeiro jogo de guerra espacial, mas ele ainda não podia ser usado pelo público em geral, pois somente em 1966 foi criado um jogo que podia ser ligado à TV. Mesmo assim, seu uso era restrito às universidades e empresas de tecnologia.

[Voz 1]: A década de 1970 começou com a popularização dos fliperamas, que eram máquinas de jogos, principalmente do tipo *pinball*, que ficavam disponíveis em salões e funcionavam com moedas. Aliás, o termo "flipper" vem das alavancas que impulsionam a bola no *pinball*. As máquinas do tipo *arcade*, também presentes nos fliperamas, deram origem ao termo *video game*. Foi ainda no final dessa década que começaram a surgir os jogos de tiro, com naves e monstros que deveriam ser abatidos pelos jogadores.

[Voz 2]: Em 1980, um inventor e empreendedor japonês, ao perceber que o público dos fliperamas era formado praticamente por homens, pensou em criar algo que atraísse o público feminino. Então, criou um jogo onde o personagem principal tinha o formato de uma pizza, e sua boca abria e fechava. O objetivo era fazer com que ela comesse todas as pastilhas de um labirinto, ao mesmo tempo que deveria fugir de fantasmas "fofos" que a perseguiam.

Crédito: todos os áudios inseridos neste conteúdo são da Incompetech e Freesound.

UNIDADE 5 CORPO QUE REPRESENTA E SE EXPRESSA

Capítulo 21 – *Fútbol callejero*: jogando pela garantia de direitos

Faixa de áudio: *Fútbol callejero*

[Locutor]: Pilares do *fútbol callejero*

[Vandrigo Lugarezi]: Quais são esses pilares? Respeito, cooperação e solidariedade. Por exemplo, se uma equipe combina lá no primeiro tempo que, [se] pediu a falta, todos têm que parar, e durante a partida, lá no segundo tempo, ocorre um momento em que uma menina sofre uma falta e pede a falta, e uma outra menina continua jogando e não respeita o pedido da companheira, consequentemente, ela não vai somar o ponto de respeito, pois não cumpriu com as regras, faltou com o respeito. Na cooperação, é necessário que as equipes joguem coletivamente. Por isso, há uma grande necessidade de a gente pensar nas equipes mistas, onde meninos e meninas possam jogar juntos e participar juntos também. A solidariedade é o momento do jogo onde a gente consegue encontrar o equilíbrio do jovem, da criança, do adolescente que está participando da partida. Pois é nesse tópico em que a gente consegue trazer um pouco da nossa vivência para dentro da quadra e saber que, para você vencer uma partida, você não precisa encarar o adversário como inimigo, pois, no final do jogo, ele pode ser um novo companheiro ou uma nova companheira.

Fonte: METODOLOGIA do futebol de rua (Semana Move). Vídeo de Sesc Ipiranga. [*S.l.*, *s.n.*, 25 set. 2020. 1 vídeo (5min18s). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=z3KYqVOQoRo. Acesso em: 20 set. 2024.

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

Capítulo 23 – Esporte espetáculo: mesmo jogo, diferentes experiências

Faixa de áudio: Narração de jogo de futebol

[Locutora]: Narração de jogo de futebol. Ouça o gol na partida de futebol feminino entre Brasil e Espanha, realizada nos Jogos Olímpicos de Paris em 2024. A narração de Luis Felipe Freitas foi transmitida em uma plataforma de *streaming* de vídeo.

[Luis Felipe Freitas]: Vem aqui o cruzamento na primeira trave. Tava lá a defesa do Brasil com a Thaís pra cortar. Portilho. Vamos tirar essa bola daí, Brasil! Vamos ficar com a bola um pouquinho mais no jogo. O Brasil parou de agredir, parou de criar. Bomba, tiro baixo, Yayá. Agora é a chance do contra-ataque. Vamos pra velocidade. Tem o campo inteiro pela frente, Priscila. Vambora, Pri! Vambora, Pri! Pelo outro lado, tem a Adriana. Priscila segurou. Tocou pra Adriana. Faz, Adriana! Na trave! Tá viva! Portilho. Pro meio, Adriana! Gol! É do Brasil! Adriana! O Brasil faz três a zero! O Brasil vai derrubando a campeã do mundo! Vinte e seis do segundo tempo. Três para o Brasil, zero para a Espanha. Um contra-ataque de manual. A primeira foi no travessão. A segunda voltou pra cabeça da Gabi Portilho! A condição dela era boa também, tá? A condição era boa também! Aqui, a Adriana, condição legal! Três para o Brasil, zero para a Espanha. O Brasil vai derrubando a campeã do mundo, Ju Cabral!

[Locutora]: Agora, ouça o mesmo lance narrado por Pedro Martelli pelo rádio.

[Pedro Martelli]: Chega Yayá e corta. Yayá é contragolpe. Capricha, Brasil. Vamos, Brasil! Capricha, Brasil. Portilho, pela meia-esquerda, pediu a Priscila, que recebe, lá do outro lado. Tá sozinha! Tem que soltar essa bola. Priscila soltou. Vai matar o jogo, vai matar o jogo! No travessão! Rebote volta. Toque de cabeça pro gol! Toque de cabeça pro gol. Adriana! Gol do Brasil! [Efeito sonoro: "Aqui é Brasil! Ohhh!"] [Som de batuque]

[Pedro Martelli]: Adriana, num contragolpe mortal da seleção brasileira! A Espanha descia pro contra-ataque. A descida. No ataque após cobrança de escanteio, Yayá tira. Ela lança à Priscila pela meia-esquerda. Cruza a fronteira Priscila, ergue a cabeça, eram três contra duas. Lá na direita, entrando na área, pedia a bola Adriana. Ela bateu no gol, pegou no travessão, voltou o rebote. Portilho toca de cabeça, põe Adriana na cara do gol. Primeira trave tava livre! Tava sozinha, tava tranquila! No peixinho, Adriana! No canto inferior esquerdo, marca o terceiro gol do Brasil no jogo. Brasil três, um pé e meio na grande final olímpica, e Espanha zero, Bruno Miliozi.

Fonte: JOGO Brasil X Espanha: Futebol Feminino | Semifinal | Olimpíadas Paris 2024. CazéTV, 6 ago. 2024. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=3fLWXYPMFDU. Acesso em: 24 set. 2024; BRASIL X Espanha - Futebol Feminino - Paris 2024 - 06/08/24 - Pedro Martelli e Luiza Oliveira. Rádio Bandeirantes, 6 ago. 2024. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=TXOT7lJyhh8. Acesso em: 24 set. 2024.

UNIDADE 6 CORPO QUE LUTA E DANÇA

Capítulo 26 – As lutas na minha vida

Faixa de áudio: Toque de capoeira

[Locutor]: Toque de capoeira. Escute a seguir um toque de capoeira executado pelo Grupo de Capoeira Angola Pelourinho, de Salvador, Bahia.

[Toque de capoeira]

Fonte: TOQUES Tradicionais: Angola. Intérprete: Grupo de Capoeira Angola Pelourinho. Produtores: Mestre Cobra Mansa e Heidi Rauch. Washington, D.C.: Smithsonian Folkways Recordings, 1996.

Capítulo 27 – Capoeira, corpo e ancestralidade

Faixa de áudio: Canto de capoeira

[Locutora]: Canto de capoeira. Escute a seguir um trecho de "Vou ver meu mestre", executado pelo Grupo Muzenza de Capoeira.

[Grupo Muzenza de Capoeira]:

Eu vou ver o meu mestre jogar outra vez

E dar o valor merecido de tudo que ele me fez

Pode ventar, trovoar ou até chover canivete

Vou ver meu mestre

Vou ver meu mestre

Fonte: VOU ver meu mestre. Intérprete: Grupo Muzenza de Capoeira. [*S.l.*]: Scudpromo Music, 2016.

Capítulo 28 – Me concede uma dança?

Faixa de áudio: Dança de salão

[Locutora]: Dança de salão. Escute a seguir um trecho de "Chorinho na gafieira", interpretado por Zé da Velha e Silvério Pontes.

[Trecho musical de "Chorinho na gafieira", interpretado por Zé da Velha e Silvério Pontes]

Fonte: SILVA, Astor. Chorinho na gafieira. Intérpretes: Zé da Velha e Silvério Pontes. **Clube de gafieira**. Rio de Janeiro: Biscoito Fino, 2013.

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

SUGESTÕES COMPLEMENTARES COMENTADAS

ATALLA, Márcio. **Sua vida em movimento**. São Paulo: Paralela, 2015.

O livro discorre sobre como o Brasil enfrenta altas taxas de obesidade e inatividade física, além de trazer dicas que podem estimular a prática regular de exercícios físicos.

BILLY Elliot. Direção: Stephen Daldry. Reino Unido e França: StudioCanal, Working Title Films, BBC Films, 2000.

Ambientado em uma pequena cidade da Inglaterra nos anos 1980, o filme conta a história de um garoto de 11 anos que frequentava aulas de boxe obrigado pelo pai, quando descobre, por meio de uma professora, sua paixão pelo balé.

DEU BOLA. Sesc TV. Produção: Santa Rita Filmes, 2023. Disponível em: https://sesctv.org.br/programas-e-series/deu-bola/. Acesso em: 9 set. 2024.

Trata-se de uma série documental produzida pelo Sesc TV, que aborda o Brasil contemporâneo visto por meio do futebol. São seis episódios em vídeo que tratam respectivamente de várzea, mulheres, pessoas trans, narradores, pessoas em situação de refúgio e indígenas.

INVICTUS. Direção: Clint Eastwood. Estados Unidos: Warner Bros. Pictures, 2009.

Ambientado na África do Sul de 1995, o filme retrata o desafio político enfrentado pelo então presidente Nelson Mandela para unir a população negra e branca de um país recém-saído do regime de segregação racial. O rúgbi foi escolhido por Mandela como elemento de agregação nacional.

MACHADO, Giancarlo Marques Carraro. **A cidade do *skate***: sobre os desafios da citadinidade. São Paulo: Hucitec, 2022.

Livro que retrata as resistências e capturas do *skate* nas ruas de São Paulo, uma prática do urbano analisada sob um viés antropológico.

MONTEIRO, Marianna. **Dança popular**: espetáculo e devoção. São Paulo: Terceiro Nome, 2011.

A obra constrói um panorama sobre as danças populares brasileiras, empregando referenciais históricos e fazendo um paralelo com o saber erudito.

RODRIGUES, Nara Heloisa; TEODORO, Ana Paula Evaristo Guizarde; TAVARES, Giselle Helena; SCHWARTZ, Gisele Maria. **Jogos de tabuleiro e mesa com o corpo**: vivências em diferentes contextos. São Paulo: Supimpa, 2021.

Livro que apresenta jogos de tabuleiro e de mesa modificados para serem vivenciados com o corpo em diferentes contextos sociais, tanto no ambiente formal da educação como no informal.

RUBIO, Katia. **Atletas olímpicos brasileiros**. São Paulo: Sesi-SP Editora, 2015.

O livro retrata a história dos Jogos Olímpicos da Era Moderna e apresenta relatos das histórias de vida de atletas brasileiros que marcaram os Jogos em suas inúmeras edições.

RUFINO, Luiz. **Ponta-cabeça**: Educação, jogo de corpo e outras mandingas. Rio de Janeiro: Mórula Editorial, 2023.

Nesse livro, o educador Luiz Rufino propõe que a capoeira seja pensada como uma experiência que carrega processos educativos decoloniais, transbordando a dimensão da luta para saberes ancestrais de amorosidade, espiritualidade e prática de liberdade.

SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira de; CARVALHO, Ricardo Souza de; PRADO, Denis (org.). **Do futebol moderno aos futebóis transmodernos**: a utopia da diversidade revolucionária. São Carlos: EdUFSCar, 2023.

O livro apresenta a pluralidade de futebóis e busca dar visibilidade e protagonismo para outras pessoas e expressões não hegemônicas.

VIDA sobre rodas. Direção: Daniel Baccaro. Produção: Daniel Baccaro, Guilherme Keller e Jean Paulo Lasmar. São Paulo: Goma Filmes, 2010.

O documentário apresenta depoimentos de lendas do *skate* brasileiro e mundial, incluindo Tony Hawk e Christian Hosoi, e retrata as últimas décadas do esporte no país, seu vertiginoso crescimento e desenvolvimento técnico pela ótica de quem participou de toda essa revolução.

WISNIK, José Miguel. **Veneno remédio**: o futebol e o Brasil. São Paulo: Companhia das Letras, 2008.

O livro traz uma abordagem sociocultural do futebol, conduzindo o leitor pelo percurso histórico que transformou os jogos populares espalhados pelo mundo em um dos maiores fenômenos de mobilização social da humanidade.

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

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS COMENTADAS

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e Educação Física escolar**. Campinas: Editora da Unicamp, 2003.

A obra propõe uma reflexão sobre o lugar da ginástica na escola, a fim de superar visões estereotipadas, valorizando experiências lúdicas, contextualizadas com a cultura corporal.

BARRETO, Débora. **Dança...**: ensino, sentidos e possibilidades na escola. 2. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2005.

Essa pesquisa aborda a dança como um fenômeno que envolve a corporeidade e a expressividade humana como um conhecimento legítimo para o espaço escolar.

BRASILEIRO, Lívia Tenório. O conteúdo "dança" em aula de Educação Física: temos o que ensinar?. **Revista Pensar a prática**, Goiânia, v. 6, p. 45-48, 2003.

O artigo propõe uma discussão sobre o lugar da dança nos currículos escolares, incluindo aspectos relacionados à formação e à legitimação do espaço que ela deveria ter nas aulas de Educação Física.

BROWN, Christina. **A bíblia do yoga**: o livro definitivo em posturas de yoga. Tradução: Carmen Fischer. São Paulo: Pensamento, 2009.

O livro traz diversas posturas ilustradas, auxiliando os praticantes na visualização, seleção e execução dos movimentos da ioga.

CARVALHO, Yara Maria. Saúde, sociedade e vida: um olhar da Educação Física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 27, n. 3, p. 153-168, maio 2006.

O ensaio debate a busca exagerada pela beleza, juventude e longevidade na sociedade moderna, propondo novos sentidos para a discussão sobre saúde na Educação Física.

CONTRERAS, Bret. **Anatomia do treinamento de força**: guia ilustrado de exercícios com o peso corporal para força, potência e definição. Tradução: Paulo Laino Cândido. Barueri: Manole, 2016.

Com ilustrações anatômicas detalhadas, o guia fornece um passo a passo para a compreensão e a prática dos exercícios calistênicos, ou seja, que utilizam o próprio peso do corpo como carga.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física escolar**: compartilhando experiências. São Paulo: Phorte, 2011.

A obra visa auxiliar o professor na organização do trabalho pedagógico na Educação Física escolar e apresenta possibilidades de desenvolvimento de diversos conteúdos da cultura corporal.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira de Souza. **Para ensinar Educação Física**: possibilidades de intervenção na escola. Campinas-SP: Papirus, 2007.

Teoricamente fundamentado na cultura corporal de movimento, apresenta diversas propostas para o tratamento didático das práticas corporais.

FREIRE, João Batista. **O jogo**: entre o riso e o choro. Campinas-SP: Autores Associados, 2002.

Neste livro, o autor apresenta reflexões e discussões acerca do jogo e do jogar, destacando como, no contexto escolar, o jogo pode ser desenvolvido para proporcionar alegria.

GONZÁLEZ, Fernando Jaime; BRACHT, Valter. **Metodologia do ensino dos esportes coletivos**. Vitória: UFES, Núcleo de Educação Aberta e a Distância, 2012.

O livro trata do ensino dos esportes coletivos, estruturando-se a partir das perguntas: "por que ensinar?"; "o que ensinar?"; "como ensinar?"; "quando ensinar?"; e "para quê?", "o quê?", "quando?" e "como avaliar?".

GONZÁLEZ, Fernando Jaime; FENSTERSEIFER, Paulo Evaldo. Entre o "não mais" e o "ainda não": pensando saídas do não lugar na EF escolar II. **Cadernos de formação RBCE**, p. 10-21, mar. 2010.

Problematiza o papel da Educação Física contemporânea em um projeto de educação de viés democrático e republicano, demarcando o campo e a abordagem do conhecimento pela área.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. **O ensino das lutas na escola**: possibilidades para a Educação Física. Porto Alegre: Penso, 2015.

Os autores indicam formas de desenvolver as lutas na escola, apresentando atividades que podem auxiliar o professor, além de fundamentos e modelos de classificação a partir da lógica interna das lutas.

TAHARA, Alexander Klein; DARIDO, Suraya Cristina. Práticas corporais de aventura em aulas de Educação Física na escola. **Conexões**, v. 14, n. 2, p. 113-136, abr./jun. 2016.

Esse artigo discute as práticas corporais de aventura no contexto escolar a partir de um levantamento bibliográfico e indica possibilidades de ensiná-las na escola.

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

SUPLEMENTO PARA O PROFESSOR

Caro professor,

A presente obra tem como objetivo proporcionar aos estudantes a ampliação das experiências com as práticas da cultura corporal de movimento nas aulas de Educação Física do Ensino Médio, considerando as diversas possibilidades pedagógicas dos jogos e brincadeiras, dos esportes, das práticas corporais de aventura, das lutas, das danças e das ginásticas.

Para tanto, é importante compreender que, segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), a Educação Física integra a área de Linguagens e suas Tecnologias, o que significa que a motricidade e a corporeidade que nos coloca no mundo são entendidas como uma forma de linguagem, expressão e cultura. Assim, é fundamental contextualizar os estudantes nessa perspectiva e considerar, no decorrer do processo formativo, os diversos signos culturais e sociais que se relacionam com os saberes corporais.

Nesse percurso, é necessário que os estudantes sejam os protagonistas de sua aprendizagem, destacando sua autonomia nos diferentes campos de atuação social. Os campos da vida pessoal, artístico-literário, das práticas de estudo e pesquisa, jornalístico-midiático e de atuação na vida pública contribuem para a organização do conhecimento no itinerário da obra, colocando as experiências emergentes da área de Educação Física em diálogo com princípios orientadores da área de Linguagens na BNCC.

As estruturas das seções e boxes distribuídos ao longo dos 30 capítulos que compõem o livro são apresentadas neste manual, proporcionando o acesso às dimensões do conhecimento previstas pela BNCC, quais sejam experimentação, uso e apropriação, fruição, reflexão sobre a ação, construção de valores, análise, compreensão e protagonismo comunitário. Assim, neste Suplemento, apresentaremos diversas orientações que visam auxiliar na fundamentação teórica, planejamento, organização e execução do seu trabalho com as práticas corporais no Ensino Médio.

Desejamos a você uma boa jornada!

SUMÁRIO

Suplemento para o professor MP001

Pressupostos teórico-metodológicos MP003

O componente Educação Física MP003

Os desafios da Educação Física no Ensino Médio MP004

A Educação Física na área de Linguagens e suas Tecnologias MP006

A Educação Física na BNCC MP008

A Educação Física nesta coleção MP009

Organização do conhecimento da Educação Física MP011

O trabalho com os Temas Contemporâneos Transversais e a interdisciplinaridade MP013

Estruturação do conhecimento da Educação Física na coleção MP015

Apresentação do volume MP017

Práticas de ensino e aprendizagem MP017

Práticas interdisciplinares MP017

Planejamento e cronograma MP018

Avaliação MP021

A Educação Física no Enem MP022

Referências bibliográficas comentadas MP024

Orientações específicas MP025

UNIDADE 1 CORPO QUE ATUA E CRIA MP025

Capítulo 1 O esporte pode ser uma experiência política? MP025

Capítulo 2 Danças populares: primeiros passos MP028

Capítulo 3 Cultura popular: decifrando as danças MP029

Capítulo 4 Basquete: o importante é competir! Será? MP030

Capítulo 5 Não é só uma bicicleta! MP032

UNIDADE 2 CORPO QUE SE EXPRESSA E RESISTE MP034

Capítulo 6 Profissão: atleta MP034

Capítulo 7 Não é briga! É MMA! MP034

Capítulo 8 Identidades plurais no esporte MP035

Capítulo 9 A informação que gera aventura MP036

Capítulo 10 Danças urbanas: rabisca no passinho MP038

UNIDADE 3 CORPO QUE PERFORMA E SE CUIDA MP039

Capítulo 11 Tem esporte na minha comunidade? MP039

Capítulo 12 Saúde na juventude: o corpo em movimento MP043

Capítulo 13 Saúde é o que interessa? MP046

Capítulo 14 É jogo ou esporte? Eis a questão! MP048

Capítulo 15 "Kiaaaai!": o grito das lutas MP049

UNIDADE 4 CORPO QUE JOGA E SE POSICIONA MP051

Capítulo 16 Por que não praticar o *skate*? MP051

Capítulo 17 Descobrindo novas aventuras MP052

Capítulo 18 Virtual *vs* real: a curadoria nos jogos MP055

Capítulo 19 Vamos recriar jogos? MP056

Capítulo 20 Esporte e diversidade: jogando com as diferenças MP058

UNIDADE 5 CORPO QUE REPRESENTA E SE EXPRESSA MP060

Capítulo 21 *Fútbol Callejero*: jogando pela garantia de direitos MP060

Capítulo 22 Ginástica para todos: a arte de explorar MP062

Capítulo 23 Esporte espetáculo: mesmo jogo, diferentes experiências MP063

Capítulo 24 Ioga: conhece-te a ti mesmo? MP064

Capítulo 25 Jogos africanos: o brincar para além das fronteiras MP065

UNIDADE 6 CORPO QUE LUTA E DANÇA MP066

Capítulo 26 As lutas na minha vida MP066

Capítulo 27 Capoeira, corpo e ancestralidade MP067

Capítulo 28 Me concede uma dança? MP068

Capítulo 29 *Click*: descobrindo dançar a dois MP069

Capítulo 30 Cooperação no jogo da vida MP071

Pressupostos teórico-metodológicos

A Educação Física é um componente curricular obrigatório da Educação Básica, isto é, tem as mesmas importância e relevância dos demais componentes ligados às diferentes áreas do conhecimento e deve ser desenvolvida ao longo de todo o processo de escolarização, incluindo o Ensino Médio, nosso foco. Apesar disso, ainda perduram, em muitos contextos, visões deturpadas e certas incompreensões sobre suas especificidades, características e importância.

Por isso, é importante compreender, de forma breve, alguns aspectos históricos sobre a inserção e a permanência da Educação Física no currículo escolar brasileiro. Essa compreensão é fundamental para entender suas especificidades e natureza durante a prática pedagógica na escola, pois possibilita ampliar e aprofundar os entendimentos que transformaram tal componente ao longo da história.

Além disso, é importante analisar a passagem de diferentes formas de compreensão da Educação Física na escola até os dias atuais, em que é entendida como um componente de importância fundamentada em todos os níveis de ensino, que é garantido constitucionalmente e está presente nos currículos, nos livros e em outros materiais didáticos, bem como em exames, provas e similares em todo o Brasil. Finalmente, é fundamental compreender as consequências dessas transformações históricas no atual momento da Educação Física na escola, vislumbrando as possibilidades para o presente e para o futuro.

O componente Educação Física

Ao longo de sua história dentro do campo escolar brasileiro, a Educação Física passou por inúmeras transformações até ser considerada componente curricular obrigatório. Sua inserção nas escolas se deu por meio da prática da ginástica, incluída de maneira obrigatória nessas instituições a partir da segunda metade do século XIX. Nesse momento, o intuito da prática da ginástica estava fortemente atrelado à promoção da disciplina, do vigor físico e moral dos estudantes, com base na estrutura militar e em alguns modelos ginásticos europeus, como o alemão e o francês. As aulas eram baseadas, segundo Soares (2012), em sistemas rígidos de prática de ginástica por meio da reprodução dos movimentos do professor, buscando o fortalecimento físico e a formação de um corpo saudável e preparado para a defesa da nação e, posteriormente, para a formação de mão de obra trabalhadora (Castellani Filho, 1989).

Essa estrutura permaneceu relativamente solidificada até a primeira metade do século XX, de modo que "ginástica" e "Educação Física" eram por vezes compreendidas como sinônimos, dado que as aulas de Educação Física seguiam exatamente a lógica da prática da ginástica. Assim, até o final da Segunda Guerra Mundial, essa foi a forma como as aulas de Educação Física costumavam ser desenvolvidas na maior parte dos contextos educativos no Brasil.

Com o advento de novos fenômenos culturais no transcorrer do século XX, a ginástica foi paulatinamente perdendo parte de sua presença nas aulas de Educação Física na escola. Assim, outra prática corporal passou a ser cada vez mais fortalecida como elemento básico a ser ensinado por esse componente: o esporte.

Levando-se em conta que o esporte é um fenômeno sociocultural de grandes projeções e importância mundial, sobretudo nos dias atuais, algumas práticas esportivas passaram a assumir cada vez maior protagonismo como elementos estruturantes dos currículos das aulas de Educação Física. O resultado foi que a Educação Física na escola passou por um processo de esportivização, no qual o ensino das técnicas esportivas, sobretudo ligado a certas modalidades coletivas, tomou a centralidade da prática pedagógica, período em que ficou conhecido como esportivista.

Darido e Rangel (2005) salientam que, durante esse período, a Educação Física na escola fomentou a estrutura competitiva presente em muitas modalidades esportivas. Contudo, tal perspectiva reduziu a diversidade de práticas presentes na escola, favoreceu o processo de exclusão de estudantes – aqueles com deficiência ou que não se adequavam ao conjunto de habilidades necessárias para a proficiência em determinada prática – e, ainda, perpetuou alguns preconceitos e estereótipos, a exemplo da separação entre meninas e meninos nas atividades.

Tanto em sua configuração mais ligada à ideia de ginástica quanto naquela vinculada ao ensino de jogos e técnicas esportivas, a Educação Física teve uma forte conotação de atividade promovida pela escola. Bracht (2010) aponta que a ideia de "atividade" foi tão salientada que esteve presente até mesmo nas leis e diretrizes nacionais vigentes à época. Foi apenas a partir da década de 1980, com a reabertura política e democrática brasileira, bem como com a consequente construção de novos aparatos legais somados à intensificação das reflexões sobre o papel social da Educação Física na escola, que novas formas de compreender esse componente vieram a ser desenvolvidas.

Essas mudanças históricas profundas pelas quais a Educação Física na escola passou a partir da década de 1980 foram denominadas "Movimento Renovador", justamente por buscarem promover a renovação de pensamentos e práticas, de modo que novas maneiras de estruturar e compreender a Educação Física pudessem compor os currículos escolares. As implicações desse movimento contribuíram para formas de entendimento que seguem presentes até os dias de hoje. Exemplo disso é a compreensão de que a "cultura corporal de movimento" e as ideias de "práticas corporais" devem ser tematizadas na escola para além da ginástica e do esporte, por meio de representações, gestualidades e manifestações corporais igualmente ricas e significativas para a formação dos estudantes.

Um importante marco dessa transformação foi a passagem da ideia de "atividade", como apresentado anteriormente, para a de "componente curricular obrigatório". As leis vigentes a partir de 1996, com a promulgação da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), bem como outras normas, diretrizes, currículos e orientações advindas a partir de então, promoveram a valorização da Educação Física na escola. Contudo, também apresentaram novos desafios para a área, como a importância de ela estar presente em todos os níveis de ensino ligados à Educação Básica, de modo que pudesse incluir todos os estudantes, possibilitando a eles irem paulatinamente se apropriando de forma crítica da ampla gama de manifestações ligadas à cultura corporal de movimento e vinculadas às práticas corporais de esportes, danças, lutas, ginásticas, brincadeiras e jogos, de aventura, entre outras. Essa ampliação também apresentou desafios consideráveis para os professores, que precisaram compreender e dominar, de certo modo, toda essa gama de práticas e, além disso, atender à demanda de adequações de ordem didática muito mais ampliadas e condizentes com as novas características dos estudantes e dos contextos de intervenção.

Assim, se outrora havia, claramente definido, um conjunto limitado de "atividades" a serem ensinadas pelos professores de Educação Física na escola, bem como formas didáticas mais ou menos delimitadas para seu ensino, ligado a estruturas mais rígidas de repetição de gestos técnicos, com pouco espaço para o protagonismo discente, as novas proposições de estrutura desse componente curricular obrigatório passaram a demandar novas configurações para a prática pedagógica, parte delas vinculada à compreensão das especificidades da Educação Física em cada nível de ensino. Assim, tendo em vista o foco no Ensino Médio, quais são os principais desafios e possibilidades para a Educação Física? É o que vamos analisar a partir de agora.

Os desafios da Educação Física no Ensino Médio

O Ensino Médio é um momento fundamental da formação humana em que os estudantes são convidados a desenvolver relações sociais mais amplas e aprofundadas consigo, com os outros e com o mundo em que vivem. Para isso, a escola deve ser o espaço social que contribui de modo significativo para a formação de jovens críticos, reflexivos e autônomos e que consigam desenvolver plenamente seus projetos de vida, a fim de ampliar o entendimento do mundo em que vivem. Além disso, é almejado que os jovens possam assumir responsabilidades de equacionar e resolver problemas sociais mais amplos, isto é, consigam atuar e intervir de modo a transformar o mundo. Para isso, é fundamental que a escola como instituição, e todos os atores sociais desse processo, como professores, gestores, desenvolvedores de políticas públicas, entre outros, possam compreender adequadamente a pluralidade e a complexidade das culturas juvenis, para que a prática pedagógica seja orientada de forma colaborativa e significativa com os estudantes.

Esses objetivos são bastante amplos e requerem o estabelecimento de novas formas de compreender tanto a escola como instituição quanto os jovens e sua relação com os saberes, consigo, com os outros e com o mundo em que vivem. Nesse sentido, os diferentes componentes curriculares, em suas especificidades e, na medida do possível, possibilitando relações interdisciplinares, devem corroborar os objetivos mais amplos do Ensino Médio como etapa final da Educação Básica. Não se trata de uma tarefa simples, haja vista os problemas históricos pelos quais esse nível de escolarização vem passando no Brasil, como sua dificuldade de universalização e o número de jovens que acabam abandonando a escola nesse momento ou não concluem adequadamente o Ensino Médio por diferentes razões.

Dessa forma, a Educação Física, inserida e integrada no Ensino Médio na grande área de Linguagens e suas Tecnologias, deve também contribuir para a formação dos jovens e a concretização de seus projetos de vida, por meio de suas características e especificidades. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2018) ressalta que um dos principais objetivos desse nível de ensino envolve a consolidação e a ampliação das aprendizagens vinculadas aos campos de Língua Portuguesa, Língua Inglesa, Língua Espanhola, Arte e Educação Física, trazendo abordagens pedagógicas muito mais próximas das culturas juvenis, do mundo do trabalho e das dinâmicas e questões sociais contemporâneas.

Contudo, historicamente, a relação da Educação Física com o Ensino Médio apresenta uma realidade eivada em desafios consideráveis, tendo em vista a busca por sua legitimidade. Por conta disso, é fundamental que possamos compreender, ainda que em linhas gerais, alguns desses desafios para que possamos enfrentá-los diante das novas dinâmicas e necessidades dos jovens na contemporaneidade.

O primeiro grande desafio subjaz à própria presença do componente curricular Educação Física como parte integrante e que realmente componha os currículos do Ensino Médio. Ainda perduram, em muitos contextos, algumas crenças de que a Educação Física não seria importante ou relevante nem para a formação para o exercício pleno no mundo do trabalho, nem para a preparação para outras etapas de formação (seja profissional, seja em nível superior).

Essas crenças, enraizadas em outros paradigmas formativos sobre educação, acabam por desconsiderar a importância da linguagem corporal, dos gestos e das práticas corporais na formação e na vida dos jovens como um todo. Aliado a isso, também escondem preconceitos com relação à própria ideia de educação propedêutica, isto é, um processo de formação que seja apenas preparatório para outros. A própria presença da Educação Física como componente exigido em exames vestibulares, bem como no Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), ilustra o quão ultrapassado está esse tipo de perspectiva.

Outro grande problema da Educação Física no Ensino Médio, aliado à primeira problemática, está debruçado em certa invisibilidade que esse componente curricular acaba por configurar. Assim, em muitos contextos, ainda que haja a apresentação da Educação Física no currículo, muitas vezes tal presença adquire contornos de certa invisibilidade ou desvalorização diante de outros componentes curriculares tidos como "mais importantes" para o mundo do trabalho ou para a preparação em exames e provas, por exemplo.

Em decorrência disso, em alguns casos, as aulas de Educação Física no Ensino Médio acabam por ser ministradas em horários diferentes daqueles dos demais componentes curriculares. Não são poucas as escolas de Ensino Médio noturno, por exemplo, que apresentam as aulas de Educação Física em períodos contrários, o que resulta na presença de um número reduzido de estudantes. Considerando esse fato, somado à possibilidade de haver uma série de dispensas justificadas das aulas de Educação Física, algumas das quais previstas em lei, como a dos estudantes que trabalham por mais de seis horas diárias, bem como à mudança das aulas de Educação Física para outros contextos, como é o caso de escolas particulares que transferem suas aulas para academias de ginástica, tem-se um conjunto de ações que contribuem de modo muito significativo para a desvalorização da Educação Física nesse nível de ensino ou para sua invisibilidade.

Outro conjunto de problemáticas muitas vezes encontrado quando se pensa nas aulas de Educação Física no Ensino Médio envolve certa reprodução do modelo e da estrutura de aulas oriundas do Ensino Fundamental. Falta, portanto, em certos momentos, clareza sobre as especificidades do que significa ministrar tal componente curricular de modo condizente e coerente com os pressupostos do Ensino Médio, de forma que sejam atendidos tanto os interesses e as necessidades dos estudantes quanto as orientações e especificidades legais advindas desse nível de ensino.

Assim, a reprodução de um modelo de aulas de outro nível de ensino pode fazer com que as especificidades concernentes aos jovens do Ensino Médio muitas vezes não sejam contempladas. Aspectos como maior protagonismo dos estudantes e práticas que os incentivem a refletir por meio de diferentes procedimentos metodológicos podem não ser desenvolvidos plenamente quando as aulas são estruturadas em perspectivas destinadas a outro nível de ensino. De acordo com a BNCC,

> Em princípio, todas as práticas corporais podem ser objeto do trabalho pedagógico em qualquer etapa e modalidade de ensino. Ainda assim, alguns critérios de **progressão do conhecimento** devem ser atendidos, tais como os elementos específicos das diferentes práticas corporais, as características dos sujeitos e os contextos de atuação (Brasil, 2018, p. 219).

A reprodução do modelo de aulas de Educação Física do Ensino Fundamental é deletéria para a própria caracterização desse componente curricular no Ensino Médio e pode contribuir para o

movimento de perda do interesse dos estudantes diante das questões vinculadas à cultura corporal de movimento. Embora não seja a única explicação para o desinteresse discente pela Educação Física, quanto mais distante esse componente está do mundo dos jovens, maior é sua tendência de não gerar interesse efetivo em boa parte deles. Os resultados costumam ser prejudiciais para a própria imagem social da Educação Física na escola e depõem contra seu processo de valorização e reconhecimento.

Sendo assim, a não presença ou certa invisibilidade da Educação Física no Ensino Médio, bem como sua presença baseada em modelos e reprodução de aulas não condizentes com os jovens desse nível de ensino, apresentam-se atualmente como grandes desafios para a formação de estudantes na Educação Básica. Como ocorre com todo conjunto de desafios complexos, a superação desses requer medidas que exigem um conjunto diversificado de estratégias, baseadas em políticas públicas adequadas, bem geridas e desenvolvidas, diálogos frequentes entre diferentes entes do processo (gestores, professores, organizadores de políticas públicas, estudantes, pais e responsáveis legais etc.), além de currículos adequados e bem organizados, de modo que os jovens possam tanto se enxergar como parte integrante da prática educativa quanto como coconstrutores de sua própria formação. Parte das possibilidades dessa superação envolve, entre outros elementos, a compreensão da Educação Física dentro da área de Linguagens e suas Tecnologias, aprofundada a seguir.

A Educação Física na área de Linguagens e suas Tecnologias

A linguagem não é apenas um tipo de atividade e produção humana, mas também uma forma de mediação de toda e qualquer atividade desenvolvida pelos seres humanos ao longo do tempo. Nesse sentido, de acordo com a BNCC,

> Na área de Linguagens e suas Tecnologias, a corporeidade e a motricidade são também compreendidas como atos de linguagem. Ao experimentarem práticas da **Educação Física** (como ginástica de condicionamento físico ou de consciência corporal, modalidades de esporte e de luta), os jovens se movimentam com diferentes intencionalidades, construídas em suas experiências pessoais e sociais com a cultura corporal de movimento (Brasil, 2018, p. 475).

Essa perspectiva vinculada à Educação Física é certamente muito diferente (e, por que não, divergente?) das visões históricas que atrelaram as representações ligadas a esse componente curricular a partir de modelos médicos e militares, fundamentados em visões restritas de saúde, desempenho físico e preparação profissional para o campo de trabalho ou para o exercício militar. Nesse sentido, podemos considerar que compreender a Educação Física como integrante da área de Linguagens é uma importante virada valorativa para seu desenvolvimento na escola, o que começou com documentos anteriores, a partir dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), e se consolidou em documentos e currículos atuais, como a BNCC. Por isso, vamos aprofundar nossas compreensões sobre os sentidos e significados de se compreender a Educação Física como parte integrante do campo das Linguagens e suas Tecnologias.

A linguagem, como vimos, é uma forma de atividade humana fundamental para a mediação das relações entre as pessoas. Assim, podemos entender que todas as representações que moldaram as produções culturais dos seres humanos ao longo da história foram influenciadas por processos de linguagem, seja ela produzida oralmente ou pela escrita, seja produzida por meio de outras formas de representação, como a linguagem corporal.

É fundamental termos como pressuposto que abordamos linguagem a partir de uma visão ampliada, a qual inclui não apenas as formas de expressão verbal, oral e sonora, mas também outras formas, como linguagem visual, motora, escrita, corporal e, mais recentemente, digital. Desse modo, podemos compreender que o ser humano é um ser de linguagem, pois é por meio dela que ele compreende o mundo, se comunica com os outros e, assim, constrói essa vasta rede de sentidos e significados que chamamos de cultura.

O desenvolvimento da linguagem foi crucial para a sobrevivência e o desenvolvimento dos seres humanos. Nossos antepassados, no início do desenvolvimento do *Homo sapiens*, foram capazes de sobreviver e povoar o planeta porque, aos poucos, construíram formas de se relacionar em pequenos grupos sociais. Para se relacionarem, precisaram desenvolver formas de comunicação, ou seja, criar uma linguagem que permitisse a todos reconhecer os mesmos códigos e entender uns aos outros minimamente. Isso aconteceu muito antes das primeiras línguas faladas e escritas ao redor do mundo e foi fundamental para que esses pequenos grupos se constituíssem como redes cooperativas e colaborativas, que gradualmente se tornaram protagonistas em várias regiões e aumentaram seu número de integrantes, formando as primeiras sociedades organizadas.

Tamanha é a relevância disso que documentos como a BNCC reconhecem a importância da linguagem, assumindo-a como eixo central do currículo escolar. De acordo com esse documento, as diferentes linguagens são classificadas em determinadas áreas, que têm competências específicas e compartilham processos semelhantes de estrutura e constituição. Assim, além da área de Linguagens, o documento também apresenta as áreas de Matemática, Ciências da Natureza, Ciências Humanas e Ensino Religioso. Essa divisão em diferentes áreas é um legado de documentos e propostas anteriores. Inicialmente, procurou-se fundamentar propostas de organização curricular para o Ensino Médio, mas, nos últimos anos, essa estrutura foi ampliada para toda a educação brasileira.

Segundo a BNCC, a linguagem medeia diferentes práticas sociais, permitindo que as pessoas interajam consigo mesmas e com as outras, constituindo-se como sujeitos sociais. Portanto, dentro da área de Linguagens, a proposta é entender que, nessas múltiplas interações, estão envolvidos tanto conhecimentos e saberes diversos quanto atitudes e valores culturais, morais e éticos. A grande área de Linguagens, conforme a BNCC, é composta dos seguintes componentes curriculares: Língua Portuguesa, Língua Inglesa, Língua Espanhola, Arte e Educação Física. A relação da área de Linguagens com os componentes Língua Portuguesa, Língua Inglesa e Língua Espanhola é clara, mas, em relação à Arte, pode haver dúvidas, embora sua conexão como forma de linguagem humana seja evidente. Já com relação à Educação Física, essa perspectiva pode incitar certos questionamentos de quem, por ventura, se baseia em visões anacrônicas ligadas a esse componente curricular. Por isso, esclarecer essa relação é importante para que a compreensão da Educação Física dentro do campo das Linguagens seja coerente com o trabalho desenvolvido ao longo das aulas no Ensino Médio.

Há pelo menos vinte anos que a Educação Física tem sido considerada parte integrante da área de Linguagens. E, durante a construção de vários documentos institucionais de caráter nacional, estadual e municipal, além de livros didáticos, essa relação tem sido cada vez mais evidenciada. Um exemplo pioneiro é o dos Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Médio (PCN EM), que incluíram a Educação Física na matriz "Linguagens, Códigos e suas Tecnologias". Posteriormente, outros documentos, como os PCN+ Ensino Médio (documento diferente do anteriormente citado, vale destacar), também intensificaram essa relação. Desde então, vários manuscritos, como as Orientações Curriculares Nacionais (OCN) e as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN), além de diversos currículos estaduais, seguiram essa tendência, muitas vezes sem uma compreensão clara de como essa relação deveria se desenvolver.

Podemos considerar que a inclusão da Educação Física na área de Linguagens é uma das maiores transformações recentes desse componente, pelo menos em termos de políticas públicas. Trata-se de uma mudança de compreensão que pode ser vista como uma transformação paradigmática. Historicamente, a Educação Física estava fortemente relacionada às áreas do conhecimento biológico. No entanto, documentos mais recentes têm promovido uma visão da Educação Física mais centrada em domínios socioculturais e pedagógicos, além dos biológicos. Reconhecer que a Educação Física é, acima de tudo, uma forma de linguagem é uma mudança significativa e extremamente importante, exigindo uma reflexão mais profunda sobre o assunto.

Na BNCC, enfatiza-se que a Educação Física contribui para a formação de pessoas capazes de usufruir, produzir e transformar a cultura corporal de movimento à medida que tomam e sustentam decisões éticas, conscientes e reflexivas sobre o papel das práticas corporais tanto em seu projeto de vida particular quanto na sociedade como um todo. Assim, "a cultura corporal de movimento é entendida como o conjunto de práticas culturais em que os movimentos são os mediadores do conteúdo simbólico e significante de diferentes grupos sociais" (Brasil, 2018, p. 475). Essa mediação está inserida no grande campo das Linguagens, justamente por possibilitar formas diversificadas de percepção, comunicação e interação social. Portanto, essa abordagem relacionada à Educação Física na escola exige que as experiências corporais estejam integradas ao processo de reflexão sobre a cultura corporal de movimento, por meio de diversas interfaces entre vivenciar, experienciar e refletir sobre as práticas corporais.

Os desdobramentos pedagógicos dessa perspectiva são bastante potencializadores de reflexão e valorização da Educação Física na escola. Todavia, também exigem novas formas de desenvolvimento da prática pedagógica que não fiquem alicerçadas a concepções distintas de realização de movimentos, como exercícios ou jogos destituídos de reflexão, ou, ao contrário, à realização de atividades de pesquisa e reflexão sobre práticas corporais destituídas da vivência corporal concreta. O grande desafio dessa perspectiva está justamente no processo de atrelar experiências autênticas com as práticas corporais a diferentes processos de reflexão e leitura de mundo. Para isso, é fundamental entendermos de forma mais aprofundada como a Educação Física está apresentada e constituída de acordo com a BNCC.

A Educação Física na BNCC

Como referido anteriormente, na BNCC a Educação Física é compreendida como parte integrante da grande área de Linguagens, o que significa que ela é também uma forma de mediação e comunicação. Nesse sentido, de acordo com esse documento, a Educação Física apresenta uma importância fundamental no currículo escolar, uma vez que é responsável pelo processo de reflexão acerca das práticas corporais, entendendo-as como uma forma de linguagem. Não basta apenas refletir sobre a história, a importância e os demais desdobramentos das práticas corporais; é preciso também vivenciá-las, tornando-as experiências significativas capazes de promover um conjunto de aprendizagens essenciais por meio do desenvolvimento de diferentes competências e habilidades preconizadas por esse documento.

> Na BNCC para o Ensino Médio, a abordagem integrada da cultura corporal de movimento na área de Linguagens e suas Tecnologias aprofunda e amplia o trabalho realizado no Ensino Fundamental, criando oportunidades para que os estudantes compreendam as inter-relações entre as representações e os saberes vinculados às práticas corporais, em diálogo constante com o patrimônio cultural e as diferentes esferas/campos de atividade humana (Brasil, 2018, p. 475).

Como uma das características fundamentais do Ensino Médio é justamente o aprofundamento e a ampliação do trabalho do Ensino Fundamental, a BNCC nesse nível de ensino, no que tange à Educação Física, preconiza a retomada das práticas corporais desenvolvidas anteriormente para que elas possam ser aprofundadas e ressignificadas. Dessa forma, é fundamental que haja a plena garantia de oportunidades, apreciação e produção das práticas corporais, mais especificamente ligadas a brincadeiras e jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura (PCA).

A ampliação e o aprofundamento do trabalho pedagógico com as práticas corporais requerem que sejam desenvolvidas questões ligadas a suas origens e processos de desenvolvimento. Existem muitos aspectos relacionados a essa perspectiva teórica, conceitual e atitudinal, como buscar compreender os modos de aprender e ensinar as práticas corporais, sua possível vinculação com atitudes e valores, normas, condutas, emoções e modos de viver e perceber o mundo, bem como desenvolver reflexões críticas sobre padrões de beleza, exercício, desempenho físico e saúde, relações com as mídias e o consumo, presença de preconceitos, estereótipos e marcas identitárias etc. Todos esses aspectos, bem como outros que podem ser arrolados de acordo com o contexto específico, também são conteúdos fundamentais para a formação integral dos estudantes e, por isso, precisam ser desenvolvidos ao longo das aulas de Educação Física nesse nível de ensino.

Essa perspectiva claramente demonstra que o grande desafio para as aulas de Educação Física no Ensino Médio está justamente em desenvolver questões cruciais ligadas à cultura dos estudantes e do meio em que vivem, de modo que, pelas vivências das práticas corporais e pela reflexão sobre elas, seja possível repensar novas formas de compreendê-las. As aulas, nessa perspectiva, devem propiciar variadas formas de trabalho que possibilitem esse processo de leitura crítica e experimentação corporal ampla e diversificada, alicerçadas às intencionalidades pedagógicas concernentes às especificidades de cada uma das práticas corporais a ser tematizada, sem desconsiderar os elementos contextuais ligados à cultura e à vida dos estudantes desse nível de ensino, bem como seus interesses, curiosidades e pontos de vista.

Essa forma de abordagem é exemplificada pela própria BNCC:

> Tratar de temas como o direito ao acesso às práticas corporais pela comunidade, a problematização da relação dessas manifestações com a saúde e o lazer ou a organização autônoma e autoral no envolvimento com a variedade de manifestações da cultura corporal de movimento permitirá aos estudantes a aquisição e/ou o aprimoramento de certas habilidades. Assim, eles poderão consolidar não somente a autonomia para a prática, mas também a tomada de posicionamentos críticos diante dos discursos sobre o corpo e a cultura corporal que circulam em diferentes campos da atividade humana (Brasil, 2018, p. 476).

No transcorrer da perspectiva vinculada ao trabalho da Educação Física no Ensino Médio, existe, com frequência, essa busca pelo desenvolvimento de certas habilidades ligadas à autonomia para a prática, ao mesmo tempo que se requer leitura crítica e posicionamento sobre diferentes formas de problematização que reverberam sobre o campo das práticas corporais. Assim, é fundamental um processo de mediação constante que possibilite tornar significativo aquilo que já faz parte do universo de representações dos estudantes, de modo que eles possam desenvolver outros olhares sobre tais fenômenos e ser apresentados para outros conjuntos de experiências, as quais, ainda que não façam parte especificamente de um determinado contexto, podem também ser objeto de conhecimento, análise e reflexão.

Consideremos um exemplo desse processo: é possível que, em determinado contexto, o *skate* seja uma prática extremamente presente no universo das práticas corporais de aventura, enquanto o *surf*,

quer por distâncias de localização geográfica, quer por questões culturais diversificadas, não seja tão presente. Abordar o *skate* pode ser fundamental para trazer novos enfoques e considerações sobre tal prática. Todavia, ampliar as visões de mundo sobre o *surf*, ainda que não seja possível a vivência corporal em determinados sentidos, pode também ser uma estratégia válida de ampliação das perspectivas que levam ao desenvolvimento de competências importantes para esse nível de ensino.

Não se defende, evidentemente, a tematização de práticas corporais distantes da realidade dos estudantes sem as quais eles não sejam capazes de desenvolver relações e/ou produzir sentidos e significados. No entanto, ficar restrito a determinado contexto, ainda que importante e válido como estratégia pedagógica em determinados momentos, pode ser que não contribua com o processo de ampliação do universo relacionado às práticas corporais. Da mesma forma, abordar temáticas distantes do contexto sem os devidos cuidados de vinculação com o universo dos estudantes também pode ser deletério para a prática pedagógica. Assim, a proposta envolve justamente trafegar pelo desafio de explorar aquilo que os estudantes conhecem por meio de novos olhares e perspectivas, ao mesmo tempo que se possa apresentar parte da riqueza de práticas e representações que envolvem o amplo universo da cultura corporal de movimento.

Compreender esse duplo movimento de aprofundar o que consta no contexto e ampliar para outras perspectivas, ao mesmo tempo que se busca não apenas o aprofundamento teórico e conceitual sobre a cultura corporal de movimento, mas a transformação de vivências corporais em experiências significativas, é um dos elementos-chave para se entender a Educação Física no Ensino Médio. Tendo em vista tal importância e tais desafios concernentes a essa proposta, a Educação Física em nossa coleção apresenta uma série de proposições potencializadoras de promover tal relação, as quais serão descritas com maior detalhamento a seguir.

A Educação Física nesta coleção

A Educação Física em nossa coleção tem como principais objetivos, proporcionar de modo efetivo a relação entre promover reflexões críticas acerca das práticas corporais e suas vinculações com diversos temas por meio de perspectivas interdisciplinares e buscar desenvolver experiências corporais concretas ligadas às diferentes manifestações da cultura corporal de movimento. Assim, o foco central da coleção está em promover experiências significativas que atrelem reflexão crítica à vivência corporal. Esse é o mote da coleção, e todos os capítulos, cada qual em sua especificidade, estão estruturados de modo a promover tal inter-relação.

Para que essa intersecção entre vivência corporal e reflexão crítica seja possível, temos como embasamento dois conceitos-chave que organizam e orientam os capítulos da coleção: os campos de atuação social e o desenvolvimento de experiências significativas. Vamos abordar cada um desses conceitos separadamente a seguir.

De acordo com a BNCC para o Ensino Médio, os campos de atuação social podem ser definidos como grandes categorias que organizam e orientam as práticas pedagógicas e as experiências de aprendizagem. Eles têm o objetivo de contextualizar o ensino e tornar a aprendizagem mais significativa para os estudantes, relacionando os elementos que compõem os currículos dos componentes curriculares com as situações reais da vida cotidiana e profissional. São definidos cinco campos, cujas vinculações com a Educação Física podem ser desenvolvidas por diferentes modos, abordados separadamente a seguir.

- **Campo da vida pessoal**: organiza-se para possibilitar uma reflexão sobre as condições que envolvem a vida contemporânea e a condição juvenil no Brasil e no mundo, abordando temas e questões que afetam os jovens. As vivências, experiências, análises críticas e aprendizagens propostas nesse campo podem servir de suporte para os processos de construção de identidade e de projetos de vida, por meio do mapeamento e do resgate de trajetórias, interesses, afinidades, antipatias, angústias, temores etc., permitindo uma ampliação das referências e experiências culturais diversas e do conhecimento sobre si mesmo.

  A construção de projetos de vida envolve reflexões e definições não apenas em termos de vida afetiva, família, estudo e trabalho, mas também de saúde, bem-estar, relação com meio ambiente, espaços e tempos para lazer, práticas das culturas corporais, práticas culturais, experiências estéticas, participação social, atuação em âmbito local e global, entre outros aspectos, fundamentalmente ligados ao campo da Educação Física. Considerar esse amplo conjunto de aspectos possibilita fomentar nos estudantes escolhas de estilos de vida saudáveis e sustentáveis, que contemplem um engajamento consciente, crítico e ético em relação às questões coletivas, além de propiciar uma abertura para experiências estéticas significativas. Nesse sentido, esse campo articula e integra as aprendizagens promovidas em todos os demais campos de atuação.
- **Campo de atuação na vida pública**: envolve o uso da linguagem para a participação ativa e cidadã na sociedade. Isso inclui a capacidade de argumentar, debater, defender pontos de vista e participar

de processos democráticos e de tomada de decisão. Exemplos de atividades nesse campo vinculadas à Educação Física incluem discussões sobre direitos humanos nas práticas corporais, debates sobre políticas públicas de acesso a esporte, lazer e inclusão, participação em projetos comunitários, entre muitas outras questões.

- **Campo das práticas de estudo e pesquisa**: relaciona-se ao desenvolvimento de habilidades e competências para a investigação científica e a produção de conhecimento nas diferentes áreas. Inclui diversas atividades ligadas ao campo da Educação Física, como realização de pesquisas sobre a história das práticas corporais, elaboração de projetos vinculados às manifestações corporais diversas, leitura crítica de textos acadêmicos e científicos, produção de relatórios, artigos e outros tipos de gêneros literários ligados às temáticas da Educação Física e do esporte, entre outras.
- **Campo artístico**: abrange as expressões e criações artísticas nas diversas linguagens, como artes visuais, música, teatro, dança e literatura. Visa desenvolver a sensibilidade estética, a criatividade e a capacidade crítica dos estudantes, incentivando a produção e a apreciação de obras artísticas, como as ligadas a questões relativas a corpo e corporeidade, história e gênese das práticas corporais, entre outras. Também propicia vinculação com práticas de dança e outras manifestações corporais ligadas ao campo da produção estética, como os esportes técnico-combinatórios (ginásticas, entre outros).
- **Campo jornalístico-midiático**: envolve a compreensão das formas de produção e circulação de diferentes discursos e produções textuais nas diversas mídias (impressa, televisão, rádio, ambiente digital etc.), bem como reflexões sobre a publicidade e as propagandas. Busca promover processos de conscientização crítica e seletiva ligados à produção de informações, conteúdos digitais, consumo etc. Na Educação Física, a forma como determinadas práticas aparecem e, muitas vezes, não aparecem nas diferentes mídias demonstra sua propagação, interesses mercadológicos ou mesmo falta de incentivo. O modo como diferentes modalidades são veiculadas no campo jornalístico, por exemplo, pode e deve ser objeto de reflexão crítica. Da mesma forma, a maneira como as mídias exploram questões ligadas aos corpos de homens e mulheres também deve ser objeto de reflexão.

Cabe salientar que os campos de atuação social orientam a organização dos currículos e das práticas pedagógicas, buscando garantir que os estudantes desenvolvam competências e habilidades relevantes para sua formação integral, tanto no aspecto acadêmico quanto no pessoal e social. Assim, a organização dos currículos, nessa perspectiva, deve ser desenvolvida de modo muito mais dinâmico e articulado com questões atuais, fortemente vinculadas à vida dos estudantes, podendo gerar impactos muito mais efetivos em seus processos de aprendizagem. A Educação Física, neste volume, está estruturada em unidades que são diversificadas entre si e que podem compor diferentes itinerários e processos didáticos. Assim, não é necessário seguir determinadas sequências *a priori* (como partir do primeiro capítulo para o segundo, depois para o terceiro, e assim sucessivamente). É possível pensar em outros modos de uso e apropriação que possibilitem tornar cada capítulo "vivo", de acordo com as intencionalidades educativas e os diferentes campos de atuação que compõem o currículo, com forte vinculação a cada contexto de intervenção.

Desse modo, cada capítulo propõe a reflexão sobre as práticas corporais na vida dos estudantes e na sociedade pela vivência, pela criação e recriação dessas práticas dentro e fora da escola, bem como pela leitura de imagens e textos de diferentes gêneros, com ênfase em estudos de especialistas na área, que dão ensejo à discussão de valores, preconceitos e estereótipos relacionados às diversas práticas corporais. Com isso, ganha relevo o conceito de experiência, central em nossa abordagem.

Os campos de atuação se tornam efetivos e significativos para os estudantes à medida que contribuem, cada qual dentro de suas delimitações, para o desenvolvimento de experiências significativas. Desenvolver experiências é, portanto, fundamental neste volume, pois é isso que possibilitará que cada estudante, em sua própria história de vida, possa tornar significativas as aprendizagens desenvolvidas ao longo de cada capítulo, à medida que as incorpore por meio de sentidos e significados próprios. Proporcionar o desenvolvimento de experiências significativas aos estudantes por meio de diversas estratégias é então um dos elementos de maior ênfase em nosso material.

Cabe aqui diferenciar vivência de experiência. Vivência é aquilo que acontece a todo instante com cada um de nós, sem necessariamente nos darmos conta ou considerarmos significativo. Acordamos, vamos dormir, vamos para a escola ou para o trabalho, almoçamos, jantamos, e assim por diante. Ao longo de todos os dias, realizamos diversas ações que podem ser classificadas como vivências. No entanto, tais vivências não necessariamente se tornam experiências. Para que se tornem experiências, precisamos introjetar tais vivências, fazendo-as parte de nós, dotando-as de sentidos e significados próprios e específicos. Assim, não se trata apenas de um almoço ou jantar, por exemplo, mas daquele almoço ou jantar que nos marcou, pela comida, pela companhia ou pela memória gerada. O acontecimento pode ter se dado uma única vez e nos ter marcado ou ser algo que nos marcou a partir de sua reincidência. Da mesma forma, podemos nos lembrar de determinado professor que nos

marcou pela forma como era, enquanto sequer nos lembremos do nome de outros tantos. Ou podemos nos lembrar de uma única aula ou acontecimento marcante na escola (bom ou ruim), enquanto sequer nos recordamos de diversas outras aulas. O fato de não nos lembrarmos de determinados acontecimentos quer dizer que eles não se tornaram experiências significativas.

Bondía (2002, p. 21) salienta que "experiência é o que nos passa, o que nos acontece, o que nos toca. Não o que se passa, não o que acontece, ou o que toca. A cada dia se passam muitas coisas, porém, ao mesmo tempo, quase nada nos acontece". É nesse sentido que a ideia de experiência ganha uma importância crucial para os estudantes no Ensino Médio: no modo como o conjunto de vivências proporcionadas pelas aulas paulatinamente se transforma em experiências significativas. Para isso, é fundamental que eles consigam perceber os sentidos e os significados do que estão aprendendo, ou seja, é preciso que a aprendizagem faça sentido para eles para que de fato isso se torne uma experiência significativa.

Além disso, Bondía (2002) destaca que o saber da experiência não pode ser separado do indivíduo, pois depende de suas particularidades e subjetividades. Assim, a experiência é uma relação profunda que acontece entre o conhecimento do indivíduo e sua vida. É por meio da experiência que as pessoas atribuem significado à sua existência, integrando o conhecimento à sua própria vida de maneira singular.

A transformação das vivências em experiências significativas passa, necessariamente, por um processo de corporeidade, isto é, o indivíduo precisa incorporar algo, trazer para dentro, para transformá-lo em experiência. Para Bondía (2002), a experiência é uma vivência concreta, impregnada de corporeidade. O conhecimento derivado da experiência está intrinsecamente ligado às sensações, aos sentimentos e às relações do indivíduo. Esse saber é uma incorporação do viver, do sentir e do relacionar-se no mundo. Essa é, inclusive, uma das razões para que a vivência corporal proporcionada pelas atividades práticas em nosso material seja um dos elementos fundamentais no desenvolvimento de experiências significativas.

A experiência pode ser entendida como um acontecimento que tem o potencial de transformar o sujeito. É um processo que pode modificar a maneira como a pessoa vê a si mesma e o mundo a seu redor. A experiência, assim, não é apenas um acúmulo de eventos, mas uma transformação contínua.

Nesse sentido, na escola, sobretudo em se tratando de estudantes do Ensino Médio, é fundamental que as aulas, atividades, práticas e reflexões possam promover processos que desenvolvam a transformação das vivências cotidianas em experiências de fato significativas. Evidentemente, isso exige posturas ativas dos estudantes, com envolvimento, interesse e relação com a prática pedagógica. Por sua vez, a escola, bem como os professores e os materiais didáticos, deve proporcionar oportunidades claras que estimulem os estudantes a desenvolver forte relação com saberes tematizados, fomentando, assim, a criação de experiências significativas.

A disposição do sujeito é crucial para que a experiência ocorra. A abertura e a receptividade do indivíduo são fundamentais para que ele possa realmente vivenciar e aprender com a experiência. Sem essa disposição, a experiência pode passar despercebida ou não produzir o saber significativo. O saber da experiência não pode ser reduzido a uma transmissão de informações, pois envolve uma internalização que é única para cada indivíduo. Portanto, a escola deve promover processos contínuos de vinculação dos saberes com a vida dos estudantes – um dos objetivos fundamentais deste material. O resultado disso é a possibilidade de desenvolver uma visão da experiência como um processo profundo e transformador, essencialmente pessoal e subjetivo, que vai além da simples aquisição de conhecimentos, envolvendo a incorporação e o significado pessoal das vivências.

Fomentar e desenvolver experiências significativas nos estudantes é um grande desafio da prática pedagógica, uma vez que a diversidade de crenças, culturas e representações pode abarcar diferentes modos de tornar as vivências cotidianas de fato significativas. Muitas vezes, o que pode de fato marcar e tornar-se significativo para um conjunto de estudantes pode não ser passível de se tornar uma experiência para outros. Por isso, propomos um conjunto diversificado de práticas organizadas em diferentes capítulos, estruturados dentro dos campos de atuação social de modo a estimular debates fortemente ligados aos principais temas contemporâneos vinculados às juventudes e ao mundo atual. Por meio de uma variabilidade considerável de estratégias e elementos didáticos, adotamos uma concepção pedagógica capaz de fomentar diferentes modos de desenvolvimento de experiências significativas.

Organização do conhecimento da Educação Física

Como frisado anteriormente, a concepção pedagógica adotada pela coleção está relacionada a um conjunto importante de referenciais galgados na perspectiva de valorização dos elementos socioculturais como fundamentais para o currículo escolar. Por exemplo, reconhecer as práticas corporais como patrimônio da humanidade por meio de conceitos como cultura corporal de movimento nos possibilita

uma orientação do conhecimento que valoriza a diversidade cultural e a representatividade de práticas, eixos fundamentais da prática pedagógica.

Além disso, como já frisamos, nosso material está organizado dentro dos campos de atuação social, possibilitando o desenvolvimento de experiências corporais concretas, bem como de reflexões críticas que valorizem o protagonismo dos estudantes. Em cada texto lido e atividade desenvolvida, os estudantes são convidados a repensar suas próprias ações e articular suas reflexões com as dos colegas e professores, bem como reconhecer como tais práticas são desenvolvidas dentro de seus próprios contextos. Como resultado desse processo, eles são sempre convidados a transformar suas perspectivas de mundo, reconhecendo e valorizando o contexto, bem como questionando outras possibilidades. A reflexão crítica e o protagonismo nas perguntas e problematizações orientam, de modo muito explícito, o transcorrer de cada capítulo do material.

O material, dessa forma, articula-se com as reflexões contemporâneas mais atuais ligadas ao contexto dos estudantes de Ensino Médio, vinculando-se com elementos associados a cultura digital, práticas corporais contemporâneas e campos de atuação social. Há, dessa forma, uma clara articulação com os pressupostos advindos de documentos como a BNCC. De acordo com esse documento,

> Nesse sentido, cabe às escolas de Ensino Médio contribuir para a formação de jovens críticos e autônomos, entendendo a crítica como a compreensão informada dos fenômenos naturais e culturais, e a autonomia como a capacidade de tomar decisões fundamentadas e responsáveis. Para acolher as juventudes, as escolas devem proporcionar experiências e processos intencionais que lhes garantam as aprendizagens necessárias e promover situações nas quais o respeito à pessoa humana e aos seus direitos sejam permanentes (Brasil, 2018, p. 463).

No caso da Educação Física, contribuir com a formação de estudantes críticos e autônomos significa, entre outros aspectos, reconhecer que eles se movimentam a partir de diferentes intencionalidades, as quais são constituídas por meio de suas experiências pessoais e sociais ligadas à cultura corporal de movimento. O modo como cada jovem se relaciona com as diferentes práticas corporais é particular dentro do universo de cada um, apesar de também apresentar estruturas vinculadas aos contextos sociais mais amplos, como as práticas mais presentes em determinado contexto (por razões culturais, geográficas, entre outras).

Assim, a BNCC sugere que a abordagem relacionada ao ensino da Educação Física na escola deve demandar que as experiências corporais dos estudantes sejam integradas à reflexão sobre a cultura corporal de movimento. Com base nessas perspectivas, as proposições em cada capítulo envolvem a vivência e a reflexão sobre diferentes práticas corporais ligadas ao universo contemporâneo dos estudantes do Ensino Médio.

Os conhecimentos abordados pela Educação Física são complexos, plurais, diversos e multifacetados, uma vez que as práticas corporais abrangem diferentes elementos e manifestações. Assim, é desafiante estruturar formas de organização didática, uma vez que é preciso fazer escolhas entre o que é possível abordar na escola e o que não é. Por um lado, buscamos contemplar, ao longo de cada capítulo, diferentes práticas corporais. Por outro lado, sabemos que outras tantas manifestações e formas de abordagem seriam possíveis.

Para orientar esse processo de escolha e tematização, optamos por uma abordagem integrada a partir dos diferentes campos de atuação social, o que nos possibilitou estruturar eixos organizadores gerais. Por meio deles, as diferentes práticas corporais desenvolvidas em cada capítulo possibilitam reflexões e vivências que levem a experiências significativas. Tais experiências estão ligadas a diferentes formas de linguagem desenvolvidas nos capítulos (impressa, digital, analógica), situadas em campos de atuação social diversos, vinculados a enriquecimento cultural próprio, práticas cidadãs, trabalho e continuação dos estudos.

Para viabilizar o desenvolvimento de experiências significativas, é essencial proporcionar aos estudantes oportunidades de vivenciar atividades cada vez mais alinhadas com as práticas acadêmicas, profissionais, públicas, culturais e pessoais. Essas situações devem exigir a articulação de conhecimentos, o planejamento de ações, a auto-organização e a negociação de metas. Além disso, essas oportunidades devem ser direcionadas à criação e ao encontro com o inesperado (por meio de ações imprevisíveis e de estímulo explícito à criatividade), visando à ampliação dos horizontes éticos e estéticos dos estudantes.

A BNCC elenca diferentes competências e habilidades que podem ser desenvolvidas dentro do campo da Educação Física. Todavia, a Competência Específica 5 ganha destaque, uma vez que busca "Compreender os múltiplos aspectos que envolvem a produção de sentidos nas práticas sociais da cultura corporal de movimento, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade". Nesse sentido,

essa competência explicita claramente o duplo processo de reconhecer e vivenciar as práticas corporais, centrais em nosso material. Sugere-se, assim, que os estudantes devem ser capazes de entender e valorizar as práticas corporais vinculadas à cultura corporal de movimento em seus variados contextos e significados. Eles devem reconhecer essas práticas como formas importantes de expressão cultural, social e pessoal e devem se engajar nelas de maneira inclusiva e respeitosa, promovendo a diversidade e a democracia.

Para tornar explícito o desenvolvimento das competências específicas da BNCC que se vinculam às práticas corporais e à Educação Física na escola, é muito importante que a prática pedagógica desenvolvida nesse componente curricular reconheça o caráter fundamental de propiciar que os jovens tenham experiências corporais acompanhadas de momentos de reflexão, leitura e produção de discursos nas diferentes linguagens que são objetos de conhecimento da área. Trata-se também de fomentar experiências significativas e contextualizadas de exercício do protagonismo juvenil por meio da articulação com os outros campos, as demais áreas do currículo e os interesses e escolhas pessoais dos jovens.

O objetivo dessa abordagem, que ancora todos os capítulos que integram a presente obra, é garantir que os estudantes tenham acesso a diversas práticas corporais, fomentando uma formação crítica, criativa e participativa. Pretende-se que os estudantes utilizem, reflitam e debatam sobre as práticas corporais, transferindo esses conhecimentos para além do ambiente escolar e exercendo sua cidadania e protagonismo comunitário.

Além disso, busca-se oferecer um conhecimento diversificado sobre as práticas corporais, interpretando e recriando valores e discutindo questões éticas para combater preconceitos e promover a diversidade e os direitos humanos. As atividades propostas incentivam os estudantes a explorar as potencialidades e limites do próprio corpo, desenvolvendo o autoconhecimento e o interesse pela prática de atividades físicas de forma responsável e crítica, elementos destacados pelas competências e habilidades da BNCC.

Dentro dessa conjuntura, cabe ressaltar ainda que a coleção se preocupa também em alinhar-se com a BNCC no sentido de oferecer alternativas adaptáveis para diferentes contextos escolares, reconhecendo as limitações de infraestrutura de muitas escolas. Dadas as dimensões continentais do Brasil e as múltiplas realidades que perpassam diferentes contextos de intervenção, é fundamental que estejam previstas no material formas de adaptação e organização das atividades dentro de diferentes realidades. Com isso, sugere-se o uso de recursos que promovam a excelência na educação, destacando a responsabilidade do poder público em assegurar boas condições para a prática da Educação Física.

Do ponto de vista pedagógico, a coleção alinha-se com as abordagens socioculturais ressaltadas anteriormente como forma de oferecer itinerários pedagógicos que relacionem as práticas corporais com diversas áreas de atuação social, proporcionando experiências significativas aos estudantes. A estrutura da coleção inclui seções como **Leitura**, que aborda textos verbais e não verbais, e **Bora pra quadra?**, focada nas práticas corporais. Assim, há a explícita vinculação entre vivências corporais e reflexão sobre elas, como ressaltado. As atividades são projetadas para explorar tanto o conhecimento teórico quanto a vivência prática, promovendo uma educação integral e contextualizada. O material busca superar a dicotomia entre teoria e prática, integrando saberes conceituais e vivências concretas, conforme descrito em cada um dos capítulos que compõem a presente obra.

Por fim, cabe ressaltar que a coleção visa contribuir para que o processo de implementação da BNCC seja viável e possível em todo o território brasileiro, valorizando a diversidade cultural e garantindo os direitos dos estudantes de vivenciarem e se apropriarem das práticas corporais. Assim, a Educação Física é apresentada como uma ferramenta essencial para a formação integral dos estudantes, integrada à área de Linguagens e suas Tecnologias.

O trabalho com os Temas Contemporâneos Transversais e a interdisciplinaridade

Os Temas Contemporâneos Transversais (TCTs) delineados pela BNCC representam uma resposta estratégica para atender às demandas de uma sociedade em constante transformação. Eles englobam áreas cruciais, como meio ambiente, economia, saúde, cidadania e civismo, multiculturalismo e ciência e tecnologia. Dentro desse contexto, a Educação Física escolar desempenha um papel fundamental ao incorporar esses temas, promovendo processos de ensino e aprendizagem que possam ir além do desenvolvimento físico e esportivo, contribuindo para a formação integral dos estudantes.

A ideia de incorporar à prática pedagógica temas de importância e relevância social tem sido pensada e desenvolvida há algumas décadas. Documentos anteriores à BNCC, como os PCNs, já abordavam a ideia de integrar e contextualizar a prática pedagógica com o ensino de temáticas de extrema relevância social. Tais temas não deveriam constituir-se como componentes curriculares específicos, mas ser abordados de forma transversal por diferentes componentes, preferencialmente de modo interdisciplinar – razão de serem denominados temas transversais.

Nesse sentido, a BNCC promoveu tanto uma perspectiva de continuidade quanto de expansão, haja vista a realidade atual e a emergência de novas temáticas, como questões ligadas à cultura digital e às tecnologias. De fato, trata-se de desafios contemporâneos muito evidentes. A escola, como instituição social, não deve ficar à parte da discussão de tais temáticas, mas promover reflexões críticas e interdisciplinares sobre elas. O foco pretendido por tal perspectiva é oferecer uma abordagem mais integrada e contextualizada, refletindo sobre as demandas atuais da sociedade.

São evidentes a relevância e a pertinência social de temas como meio ambiente, economia, saúde, cidadania e civismo, multiculturalismo e ciência e tecnologia para a vida atual. A Educação Física na escola não deve se furtar a fomentar e promover debates e reflexões que abarquem essas temáticas; ao contrário, pode estar integrada em trabalhos interdisciplinares com outros componentes curriculares para que esse processo possa ser desenvolvido de forma apropriada.

Dessa forma, na presente obra, buscou-se arrolar a tematização de diferentes momentos de abordagem dos TCTs no campo da Educação Física, sugerindo-se, ainda, inter-relações com outros componentes curriculares, quando possível. Em caráter de síntese, apontamos elementos encontrados em cada um dos capítulos que exemplificam as possibilidades de abordagem de cada um dos TCTs.

- **Meio Ambiente e Educação Física** (Capítulos 5, 9, 17): a Educação Física apresenta forte relação com o meio ambiente, tanto em Educação Ambiental, como as práticas corporais de aventura na natureza e em ambiente urbano e as demais atividades ao ar livre, quanto em Educação para o Consumo, uma vez que o esporte e outras práticas envolvem elementos como produção e consumo de diferentes maneiras. O material busca problematizar a relação atual da sociedade com o meio ambiente e com hábitos de consumo, focalizando conceitos como preservação do ambiente e sustentabilidade. Também busca apresentar reflexões críticas sobre as vivências corporais ao ar livre, considerando questões como acesso, possibilidades, custos, classe social, entre outras. Assim, é possível pensar em diversas abordagens de relação com componentes como Biologia, Química, História, Geografia, entre outros.
- **Economia e Educação Física** (Capítulos 6, 7, 18): conceitos como o de trabalho são apresentados em diferentes momentos no material. Pensar na relação entre profissionalização no esporte, práticas amadoras e profissionais, bem como nas diferenciações de salário entre homens e mulheres, por exemplo, incita reflexões críticas que fazem da economia um elemento de importância central. Pensar em aspectos ligados a processo de espetacularização do esporte, consumo nas práticas corporais, gestão e organização do esporte, eventos e megaeventos esportivos, entre outros, também proporciona reflexões que envolvem conceitos como os de trabalho, educação financeira e educação fiscal, permitindo relacionar a Educação Física com diferentes campos do conhecimento, como a Matemática, a História e a Geografia, entre outros componentes.
- **Saúde e Educação Física** (Capítulos 5, 9, 11, 13, 17, 18, 22, 24, 25, 26): possivelmente, a saúde é a temática que historicamente mais se relacionou com a natureza da Educação Física na escola. Contudo, a proposta de pensar na saúde como um TCT envolve refletir de forma mais ampliada e crítica sobre o conceito de saúde, entendendo-o para além da "ausência de doenças". Assim, os capítulos buscam tanto pensar na promoção da saúde como um pilar da Educação Física, ao propor, por exemplo, reflexões e vivências de diferentes capacidades físicas, quanto estimular reflexões sobre seus condicionantes sociais, como as diferenças de gênero, cor da pele ou etnia e classe social, e suas questões interseccionais, que interferem diretamente nas discussões sobre essa temática. Além disso, debates sobre hábitos saudáveis estruturam-se em reflexões que podem impactar também a educação alimentar e nutricional, crucial tanto para a prática de atividades físicas quanto para compreender outros campos, como a própria questão da saúde, de modo mais amplo, apresentando a oportunidade de diálogos interdisciplinares da Educação Física com a Biologia e a Química, entre outros componentes.
- **Cidadania e Civismo e Educação Física** (Capítulos 1, 3, 4, 8, 9, 10, 11, 19, 21, 28): a Educação Física é um campo privilegiado para promover essa temática. Práticas corporais como os esportes, por exemplo, podem contribuir para a formação de valores como cooperação, respeito às regras e à diversidade, *fair play* e empatia. Tais valores são problematizados com as reflexões propostas em muitos capítulos. Especial atenção é dada aos TCTs Educação em Direitos Humanos, Direitos da

Criança e do Adolescente e Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso, à medida que refletimos sobre diferentes grupos sociais envolvidos com as práticas corporais, por meio de jogos e outras atividades capazes de simular situações cotidianas, promovendo a conscientização e o respeito aos direitos humanos.

- **Multiculturalismo e Educação Física** (Capítulos 3, 5, 14, 19, 20, 26, 27, 28): a valorização do multiculturalismo pode ser promovida por meio de atividades que celebram a diversidade cultural, social, étnica, de gênero, de corpos, entre outras, e sua inter-relação com as práticas corporais e a cultura corporal de movimento de modo geral. Esse é um eixo central nos capítulos, os quais foram desenvolvidos buscando articular compreensões sobre os TCTs Diversidade cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras. A valorização de práticas corporais brasileiras permite desenvolver variadas reflexões sobre multiculturalismo, diversidade, identidade e diferença, conceitos abordados em muitos capítulos desta obra. Essa abordagem busca tanto enriquecer o repertório cultural dos estudantes quanto promover o respeito e a valorização das diferentes matrizes históricas e culturais brasileiras, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva, com reflexões que podem ser tematizadas por diferentes componentes curriculares, como História e Geografia.
- **Ciência e Tecnologia e Educação Física** (Capítulos 5, 9): em um mundo cada vez mais digital e conectado, no qual elementos como tecnologias da informação e comunicação, inteligência artificial e redes sociais compõem grande parte da cultura, é fundamental refletir e problematizar seus impactos e possibilidades no campo da Educação Física. Essa é a razão pela qual buscamos apresentar informações e fomentar o debate crítico nos capítulos sobre o uso de ferramentas tecnológicas. Com base nas reflexões apresentadas em cada um dos capítulos da presente obra, é possível concluir que os TCTs são essenciais para formar cidadãos críticos e preparados para enfrentar os desafios do mundo atual. A Educação Física, ao integrar esses temas em suas práticas pedagógicas, bem como o presente material, ao indicar oportunidades de sua abordagem, buscam incitar reflexões e debates críticos fortemente ancorados na realidade e nas culturas juvenis atuais, objetivando contribuir de maneira significativa para a formação integral dos estudantes. Desse modo, torna-se um campo interdisciplinar que prepara os estudantes para uma vida saudável, crítica, consciente e cidadã.

Estruturação do conhecimento da Educação Física na coleção

Para dar conta de todo o processo de tematização das práticas corporais, bem como das reflexões sobre elas e das vivências desenvolvidas, estruturamos nossa coleção em diferentes categorias e subcategorias de itens, sob a forma de seções e seus respectivos conteúdos. Essa estruturação, em seu conjunto, buscou tanto possibilitar o desenvolvimento de cada capítulo dentro de sua especificidade (de temas e problematizações concernentes) quanto facilitar a prática pedagógica e o trabalho docente ao longo dos processos de ensino e aprendizagem no Ensino Médio.

Desse modo, os capítulos não têm, em sua estrutura, uma sequência fixa de seções e boxes. As seções se organizam de diferentes modos, seguindo as especificidades de cada capítulo. Contudo, alguns elementos podem ser considerados invariantes: duas seções ocorrem em todos eles, não necessariamente nesta ordem: **Leitura** e **Bora pra quadra?**. Além dessas duas seções, há três outras. A primeira está presente em boa parte dos capítulos e é denominada **E se a gente...**, e as outras, menos frequentes, intitulam-se **Meu corpo, minha identidade** e **Educação midiática**. Além das seções, há os boxes, que ampliam o conhecimento e a exploração das atividades. Para facilitar a compreensão da estrutura básica de cada capítulo, apresentamos as características e especificidades de cada uma das seções a seguir.

- **Leitura**: nessa seção, são trazidos um ou mais textos para leitura com os objetivos de:
  - promover a reflexão sobre as práticas corporais apresentadas, bem como sobre significados, valores, estereótipos e preconceitos ligados a elas;
  - apresentar informações sobre as práticas corporais estudadas, contextualizando-as;
  - aguçar o interesse dos estudantes pelas práticas corporais apresentadas, como linguagem, como expressão e como parte de sua vida.

  Na sequência do texto para leitura, há, em geral, as duas subseções a seguir.
  - **Por dentro do texto**: propõe atividades, que podem ser escritas, de exploração da compreensão do texto;
  - **Papo aberto sobre o texto**: propõe aos estudantes a discussão oral sobre questões trazidas pelo texto.

- **Bora pra quadra?**: nessa seção, são propostas vivências da prática corporal tematizada, bem como atividades para os estudantes vivenciarem situações sociais de desigualdade e pensarem nos ajustes das regras para torná-las mais equânimes e democráticas. Há sempre uma roda de conversa ao final dessa seção.
- **E se a gente...?**: as atividades dessa seção põem em prática o que foi aprendido ou são ponto de partida para a ampliação do conhecimento. Os estudantes devem apresentar um produto (um evento, uma coreografia, um guia para uma prática corporal, o portfólio de um atleta, um *vlog*, entre outros) que dê uma finalidade real à atividade.
- **Meu corpo, minha identidade**: a proposta dessa seção é estabelecer um diálogo entre o campo de atuação na vida social e a experiência abordados no capítulo e marcadores sociais da diferença, tais como etnia, gênero, sexualidade, classe, nacionalidade, deficiência, idade, biotipo, entre outros.
- **Educação midiática**: nas três ocorrências dessa seção ao longo da coleção, articulam-se temas do universo midiático às práticas corporais por meio da proposição de atividades e reflexões, com o objetivo de desenvolver o uso crítico e responsável das mídias e ferramentas, sobretudo as digitais. Trata-se de uma seção que dialoga com a obra como um todo, e não necessariamente com o capítulo em que se encontra, podendo ser trabalhada no momento em que o professor julgar mais oportuno, embora uma sequência seja proposta pela coleção.

Além das seções, o material conta com os boxes apresentados a seguir, arrolados em diferentes formas e arranjos.

- **Bate-papo de respeito**: ocorre em alguns capítulos. Propõe aos estudantes que apresentem e ponham em discussão sua opinião sobre uma questão importante trazida pela fala de alguém reconhecido na prática corporal em foco ou a ela relacionado.
- **Biblioteca cultural**: apresenta sugestões de livros, filmes, *podcasts*, *sites* e outros materiais, para ampliar as informações, reflexões ou pontos de vista em discussão no capítulo. O boxe não fornece *links*; em vez deles, traz orientações e dicas para a pesquisa autônoma dos estudantes.
- **Dica de professor**: apresenta uma dica importante para a realização de uma atividade, uma jogada, um passo de dança, representando a instrução de alguém especialista na prática sobre seu desenvolvimento.
- **É lógico!**: explicita a ocorrência do uso do pensamento computacional mesmo quando ele geralmente não é esperado ou percebido pelos estudantes.
- **Fala aí!**: apresentado em todos os capítulos, sempre acompanhado de "Estratégia", é uma provocação para os estudantes posicionarem-se sobre questões que lhes dizem respeito, que são de seu cotidiano. A "Estratégia" orienta os procedimentos para a participação em uma situação de fala.
- **Investigue**: propõe uma pequena pesquisa de aprofundamento do tema/assunto tratado no capítulo. Também é acompanhado de "Estratégia" para orientação dos procedimentos de pesquisa. Ocorre em todos os capítulos.
- **Lembra?**: retoma conceitos ou informações com que os estudantes já tiveram contato em capítulos/anos anteriores e que são importantes para o que está se desenvolvendo no momento.
- **Tá ligado?**: mostra possibilidades de estudo interdisciplinar do tema tratado.
- **Trabalho e juventudes**: propõe uma atividade (pesquisa, debate, entrevista, entre outras) para os estudantes conhecerem uma profissão pensando em seu projeto de vida.
- **Boxe informativo**: traz um conceito ou uma informação adicional.
- **Recado final**: ocorre ao final de cada capítulo e serve de balanço da proposta desenvolvida em relação à expectativa inicial.

Vale ponderar que não pretendemos determinar ou limitar a atuação docente na escola, uma vez que, como mediador do processo de ensino e aprendizagem, o professor deve orientar a formação dos estudantes e utilizar os materiais disponíveis para fazer as adaptações necessárias a seu contexto. Sabemos que as condições de muitas escolas não são ideais, havendo carência de recursos importantes, como equipamentos e materiais adequados para realização das práticas corporais, equipamentos de informática, acesso à internet e, até mesmo, espaços físicos apropriados, como as quadras poliesportivas, que tradicionalmente são reconhecidas como as salas de aula do ensino da Educação Física.

Aliás, sobre esse assunto, aproveitamos para justificar que o título da seção **Bora pra quadra?** vem ao encontro dessa decisão político-afirmativa de demarcar a responsabilidade do poder público de garantir espaços e materiais de qualidade para que as aulas possam ser desenvolvidas com excelência.

Embora tenhamos consciência desse quadro e da precarização que ele pode gerar em diversas escolas do país, optamos por indicar, nas atividades ao longo do material, o uso de recursos que julgamos

adequados a um ensino de qualidade. No entanto, sugerimos, sempre que possíveis, alternativas e adaptações para não inviabilizar seu trabalho diante das adversidades. Mantivemos em primeiro plano recursos que privilegiam a excelência na educação, justamente para evidenciar a responsabilidade dos órgãos públicos de assegurar boas condições para a atuação docente.

Apresentação do volume

O volume está organizado em trinta capítulos, que se distribuem em seis unidades. Procurou-se organizá-los, em cada unidade, pelos campos de atuação preconizados na BNCC: campo da vida pessoal, campo artístico, campo das práticas de estudo e pesquisa, campo jornalístico-midiático e campo de atuação na vida pública. Como esses campos apresentam intersecções, é possível que os capítulos se enquadrem em mais de um deles.

A cada duas unidades, estão intercaladas as seções de Educação Midiática, cuja temática privilegia questões éticas no uso das mídias, sobretudo as digitais. São três ocorrências ao todo, ao fim dos capítulos 10, 20 e 30, respectivamente: **Superexposição na internet**; **Tendência *fitness* no ambiente digital**; e ***Bullying* e *cyberbullying***.

Nos capítulos, são apontados os TCTs que poderão ser desenvolvidos com base no conteúdo oferecido; e indicados também, com selo próprio, os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), assumidos por governantes de todo o mundo com a Organização das Nações Unidas (ONU), para o alcance dos quais o assunto tratado pode dar sua pequena, mas importante, contribuição. Nas páginas prefaciais deste volume, são apresentados os 17 objetivos desse compromisso.

Práticas de ensino e aprendizagem

Práticas interdisciplinares

As práticas interdisciplinares podem ser consideradas elementos potencializadores do processo de ensino e aprendizagem dos estudantes no Ensino Médio. Por isso, elas devem ser estimuladas e fomentadas ao longo dos capítulos, uma vez que a Educação Física pode dialogar, de diversos modos, com o desenvolvimento de olhares interdisciplinares sobre os diferentes fenômenos que envolvem as práticas corporais e a cultura corporal de movimento.

Dada sua natureza, a Educação Física apresenta interface com vários componentes curriculares. Inicialmente, por estar na área das Linguagens e suas Tecnologias, há diversas possibilidades de articulação efetiva com outros componentes do campo das Linguagens, como Língua Portuguesa, Língua Inglesa (ou Estrangeira) e Arte. Tais articulações podem se dar tanto por meio da construção da linguagem de modo mais epistemológico quanto por questões mais práticas, como compreender vários termos estrangeiros usados nos esportes ou de que modo as artes se articulam com as danças.

Existem, também, possibilidades concretas de articulação com componentes ligados ao campo das Ciências Biológicas, como os debates sobre saúde, composição corporal, relações das células com a prática de atividade física, bem como da Química, no campo da Bioquímica, fundamental no esporte e no exercício físico.

Além disso, há possibilidades concretas de vinculação da Educação Física com campos das Ciências Exatas, como a Matemática e a Física. Desde formas geométricas até equações de segundo grau, a Matemática está presente, de diferentes modos, na compreensão do esporte e da atividade física. A Física também pode ajudar nesse processo, tanto por meio das compreensões biomecânicas fundamentais na Educação Física quanto por meio das relações que compreendem ângulos e cálculos presentes nos mais diversos esportes.

Finalmente, componentes de campos mais ligados às Ciências Humanas e Sociais, como a História, a Geografia, a Filosofia, entre outros, também apresentam muita vinculação com a Educação Física. Exemplos como história das práticas corporais e seu processo de desenvolvimento em diferentes sociedades, esportivização, localização de práticas corporais em diferentes regiões do mundo, questões geopolíticas que envolvem e/ou envolveram os esportes ao longo da história, bem como aspectos mais filosóficos, como a cosmovisão de povos quilombolas, podem compor diferentes processos e abordagens interdisciplinares.

Assim, é possível considerar que a Educação Física apresenta grande inter-relação com propostas de trabalhos pedagógicos sedimentadas em pressupostos interdisciplinares, dadas sua natureza e especificidade ampla e complexa. Além disso, a compreensão da Educação Física envolvendo tanto os processos de reflexão e leitura de mundo quanto os de vivências corporais em busca do desenvolvimento de experiências significativas possibilita amplos trabalhos interdisciplinares.

Contudo, para que a interdisciplinaridade seja possível, é fundamental que haja diálogos efetivos do professor de Educação Física com outros docentes da escola dispostos a desenvolver projetos coletivos e compartilhados. O trabalho com projetos é de grande relevância, pois permite engajamento e articulação efetiva, além de poder ser desenvolvido em intrínseca relação com o contexto escolar, levando-se em conta

as especificidades e características da escola. Possibilita, ainda, a organização e o engajamento discente, uma vez que estabelece metas e processos a serem desenvolvidos, desde suas fases iniciais, passando pelo constructo de seu desenvolvimento e também de finalização.

Um elemento central para as práticas interdisciplinares no Ensino Médio é buscar, na medida do possível, envolver os estudantes na construção dos projetos e abordagens a serem desenvolvidos. É importante que se sintam coconstrutores de tais projetos para que se engajem de modo coletivo. Para isso, precisam ser ouvidos e colaborar com as ideias, fomentando as formas de trabalho interdisciplinares junto com os professores.

Nos capítulos, são apresentadas possibilidades de abordagens interdisciplinares, como explorar as origens do *skate*, com Língua Inglesa (capítulo 16); analisar a língua como fenômeno político, social e cultural, com Língua Portuguesa (Capítulo 27), entre outras. Todavia, cada realidade e cada contexto também podem desenvolver projetos e se tomar iniciativas específicos que estejam articulados com os projetos pedagógicos e com as características de cada unidade de ensino e de cada professor.

Além de projetos e iniciativas mais ampliadas, é muito importante que propostas mais pontuais e específicas também possam compor os currículos nas abordagens interdisciplinares. Assim, atividades interdisciplinares em momentos específicos, aulas temáticas, projetos em momentos de intervalo, entre outros exemplos, também podem contribuir para reflexões interdisciplinares diversas. A presença de um *skate* na escola ou a apreciação de um vídeo sobre beisebol ou sobre judô, por exemplo, já oferecem inúmeros elementos de reflexões interdisciplinares que podem ser desenvolvidas com os estudantes, sendo desejável essa articulação em prol de formas de compreensão dos conhecimentos que não fiquem restritas às especificidades de cada componente curricular.

Planejamento e cronograma

O planejamento é uma parte fundamental do trabalho docente, uma vez que possibilita a organização e a sistematização do currículo de forma alinhada aos objetivos educacionais, aos currículos oficiais e ao projeto pedagógico da escola, bem como facilita a gestão do tempo destinado a cada atividade. Além disso, um planejamento bem estruturado deve adequar-se às necessidades dos estudantes e, por isso, compreender o contexto de cada escola e a realidade de cada professor, permitindo, ainda, a reflexão contínua sobre a prática pedagógica e a avaliação adequada ao longo do processo.

Dessa forma, esta coleção está estruturada em trinta capítulos, cujos temas envolvem diferentes práticas corporais, distribuídos em seis unidades, identificadas por possibilidades do corpo: Unidade 1 – Corpo que atua e cria; Unidade 2 – Corpo que se expressa e resiste; Unidade 3 – Corpo que performa e se cuida; Unidade 4 – Corpo que joga e se posiciona; Unidade 5 – Corpo que representa e se expressa; e Unidade 6 – Corpo que luta e dança. A estruturação da coleção permite inúmeras formas de reorganização das unidades e dos capítulos de acordo com cada contexto pedagógico.

Uma é a distribuição bimestral, com o uso sequencial dos capítulos, dois respectivamente no primeiro e no terceiro bimestre, e três no segundo e no quarto, completando duas unidades por ano escolar. Outra possibilidade é a organização trimestral/semestral. Seguem as sugestões:

Cronograma bimestral, trimestral e semestral (por unidade)

Unidade	Capítulos	Bimestre	Trimestre	Semestre
1	1, 2 e 3	1º ano / 1º e 2º bimestre	1º ano / 1º trimestre	1º ano / 1º semestre
1	4 e 5	1º ano / 2º bimestre	1º ano / 2º trimestre	1º ano / 1º semestre
2	6	1º ano / 3º bimestre	1º ano / 2º trimestre	1º ano / 2º semestre
2	7, 8, 9 e 10	1º ano / 3º e 4º bimestre	1º ano / 3º trimestre	1º ano / 2º semestre
3	11, 12 e 13	2º ano / 1º e 2º bimestre	2º ano / 1º trimestre	2º ano / 1º semestre
3	14 e 15	2º ano / 2º bimestre	2º ano / 2º trimestre	2º ano / 1º semestre
4	16	2º ano / 3º bimestre	2º ano / 2º trimestre	2º ano / 2º semestre
4	17, 18, 19 e 20	2º ano / 3º e 4º bimestre	2º ano / 3º trimestre	2º ano / 2º semestre
5	21, 22 e 23	3º ano / 1º e 2º bimestre	3º ano / 1º trimestre	3º ano / 1º semestre
5	24 e 25	3º ano / 2º bimestre	3º ano / 2º trimestre	3º ano / 1º semestre
6	26	3º ano / 3º bimestre	3º ano / 2º trimestre	3º ano / 2º semestre
6	27, 28, 29 e 30	3º ano / 3º e 4º bimestre	3º ano / 3º trimestre	3º ano / 2º semestre

Outra possibilidade é a organização do trabalho pela distribuição das práticas corporais de forma equilibrada em cada um dos três anos do Ensino Médio. Essa divisão pode seguir a lógica da distribuição sequencial, com alternativas para organização bimestral e trimestral. Como exemplo, segue o quadro com a distribuição bimestral, considerando o seguinte total de práticas corporais distribuídas por ano: três capítulos voltados a esportes, dois capítulos voltados a danças, dois capítulos voltados a práticas corporais de aventura, um capítulo voltado a lutas, um capítulo voltado a ginásticas e um capítulo voltado a jogos.

Cronograma bimestral (por prática corporal)

Prática corporal	Unidade	Capítulo	Período
Esporte	1	1	1º ano / 1º bimestre
Dança	1	2	1º ano / 1º bimestre
PCA	1	5	1º ano / 1º bimestre
Esporte	1	4	1º ano / 2º bimestre
Dança	1	3	1º ano / 2º bimestre
Luta	2	7	1º ano / 3º bimestre
Esporte	2	6	1º ano / 3º bimestre
PCA	2	9	1º ano / 3º bimestre
Ginástica	3	12	1º ano / 4º bimestre
Jogo	4	18	1º ano / 4º bimestre
Esporte	2	8	2º ano / 1º bimestre
Dança	2	10	2º ano / 1º bimestre
Ginástica	3	13	2º ano / 1º bimestre
Esporte	3	11	2º ano / 2º bimestre
Luta	3	15	2º ano / 2º bimestre
PCA	4	16	2º ano / 3º bimestre
Jogo	4	19	2º ano / 3º bimestre
Ginástica	5	22	2º ano / 3º bimestre
Esporte	3	14	2º ano / 4º bimestre
Jogo	5	25	2º ano / 4º bimestre
PCA	4	17	3º ano / 1º bimestre
Esporte	4	20	3º ano / 1º bimestre
Ginástica	5	24	3º ano / 1º bimestre
Esporte	5	21	3º ano / 2º bimestre
Luta	6	26	3º ano / 2º bimestre
Luta	6	27	3º ano / 3º bimestre
Esporte	5	23	3º ano / 3º bimestre
Dança	6	28	3º ano / 3º bimestre
Dança	6	29	3º ano / 4º bimestre
Jogo	6	30	3º ano / 4º bimestre

Por fim, apresentamos, a seguir, uma quarta possibilidade de distribuição dos capítulos, orientada pelos campos de atuação social.

Cronograma bimestral (por campo de atuação social)

Campo de atuação social	Prática corporal	Unidade	Capítulo	Período
Vida pessoal	PCA	1	5	1º ano / 1º bimestre
Vida pessoal	Ginástica	3	12	1º ano / 1º bimestre
Estudo e pesquisa	Esporte	3	14	1º ano / 2º bimestre
Estudo e pesquisa	Jogo	4	19	1º ano / 2º bimestre
Estudo e pesquisa	Jogo	6	30	1º ano / 2º bimestre
Vida pública	PCA	4	16	1º ano / 3º bimestre
Artístico	Dança	1	2	1º ano / 3º bimestre
Artístico	Luta	3	15	1º ano / 3º bimestre
Jornalístico-midiático	Esporte	1	1	1º ano / 4º bimestre
Jornalístico-midiático	Esporte	5	23	1º ano / 4º bimestre
Estudo e pesquisa	PCA	2	9	2º ano / 1º bimestre
Estudo e pesquisa	Jogo	5	25	2º ano / 1º bimestre
Jornalístico-midiático	Dança	6	29	2º ano / 2º bimestre
Jornalístico-midiático	Esporte	4	20	2º ano / 2º bimestre
Vida pessoal	Esporte	2	8	2º ano / 2º bimestre
Vida pessoal	Luta	6	26	2º ano / 3º bimestre
Artístico	Luta	6	27	2º ano / 3º bimestre
Artístico	Ginástica	5	22	2º ano / 3º bimestre
Vida pública	Dança	2	10	2º ano / 4º bimestre
Vida pública	Esporte	1	4	2º ano / 4º bimestre
Artístico	PCA	4	17	3º ano / 1º bimestre
Artístico	Dança	6	28	3º ano / 1º bimestre
Estudo e pesquisa	Dança	1	3	3º ano / 2º bimestre
Estudo e pesquisa	Ginástica	3	13	3º ano / 2º bimestre
Estudo e pesquisa	Esporte	3	11	3º ano / 2º bimestre
Jornalístico-midiático	Luta	2	7	3º ano / 3º bimestre
Vida pública	Esporte	5	21	3º ano / 3º bimestre
Vida pública	Ginástica	5	24	3º ano / 3º bimestre
Vida pessoal	Esporte	2	6	3º ano / 4º bimestre
Vida pessoal	Jogo	4	18	3º ano / 4º bimestre

Essas são apenas sugestões de organização e divisão do trabalho com os capítulos. A escolha de uma ou outra estratégia depende da forma de organização do currículo em cada contexto escolar.

De acordo com a realidade de cada contexto, é possível, inclusive, pensar em outras formas de organização, como de modo semestral. Reforçamos que os capítulos podem ser trabalhados em diferentes ordens, sem prejuízo do desenvolvimento do processo de ensino e aprendizagem. Com efeito, os professores têm a liberdade de organizar e adequar cada capítulo, visando ao melhor aproveitamento do conteúdo, de acordo com sua realidade.

Avaliação

São modelos de avaliação:

- diagnóstica – avalia os conhecimentos prévios dos estudantes sobre o assunto que será desenvolvido, ajudando o professor a planejar as aulas;
- formativa – feita durante todo o processo de ensino-aprendizagem, tem o objetivo de monitorar a evolução dos estudantes, que devem receber o *feedback* depois de cada uma;
- comparativa – compara o desempenho de um grupo de estudantes tendo outro grupo como referência;
- ipsativa – é uma avaliação para comparar o desempenho de um estudante com o que ele apresentou em um momento anterior, sempre em vista de suas metas;
- somativa – feita no fim de um ciclo, serve para avaliar a aprendizagem nesse período.

Esses modelos não se excluem e contribuem para o professor ajustar suas intervenções ou objetivos.

As práticas de avaliação, comumente, são consideradas grandes desafios para a escola, de forma geral, e para as aulas de Educação Física no Ensino Médio, de modo específico. Nesse processo, além da complexidade sobre o que significa avaliar adequadamente os estudantes, a comprovação de elementos ligados ao campo das aprendizagens é bastante desafiante em muitos contextos. No caso da Educação Física, além do domínio teórico-conceitual sobre os saberes acerca das práticas corporais, é preciso considerar como avaliar as vivências corporais (por meio do desempenho? Comparar os estudantes com o que eles já faziam ou aprenderam durante as aulas? Mensurar os estudantes com os demais?). Além disso, questões que abordam os TCT exigem formas de avaliação interdisciplinares e mais diversificadas em comparação a provas e/ou exames conceituais, por exemplo. Portanto, a avaliação é um elemento central do processo de ensino e aprendizagem que não pode ser desconsiderado na prática pedagógica.

Betti e Zuliani (2002) salientam que é fundamental que o professor compreenda a amplitude e a diversidade do processo de avaliação, para que possa considerar os aspectos avaliativos em uma perspectiva de totalidade ao longo da prática pedagógica. Segundo os autores, o rendimento intelectual é apenas um dos aspectos que devem ser avaliados; além dele, há questões afetivas, sociais e corporais, entre outras.

Darido (2012) considera que a avaliação é um dos pontos nevrálgicos da prática pedagógica da Educação Física na escola. A autora sugere que sejam desenvolvidos e utilizados diversos instrumentos avaliativos, como observação e registros dos estudantes, bem como provas, autoavaliações, entre outros. Nessa perspectiva, busca-se avaliar não apenas os aspectos conceituais oriundos dos conteúdos conceituais ensinados, mas também todos os outros elementos que compõem a prática pedagógica, como as vivências corporais e os valores e atitudes tematizados ao longo dos processos de ensino e aprendizagem.

Em nosso material, optamos por construir uma visão ampliada de avaliação que não ficasse restrita apenas à mensuração de um ou outro aspecto, mas que, por meio de uma diversidade de instrumentos, registros e dispositivos pedagógicos, pudesse, em seu conjunto, oferecer elementos pedagógicos para que os professores sejam capazes de continuamente reestruturar os processos de ensino e aprendizagem e adequá-los às características, necessidades e especificidades dos estudantes, tornando tal processo mais significativo.

Nessa conjuntura, é preciso considerar que existem muitas questões que podem ser avaliadas no campo da Educação Física no Ensino Médio. Questões como presença e participação na aula, aquisição de conhecimentos conceituais (por meio de provas e avaliações escritas), propostas de construção de projetos (individuais e em grupo), realização de produções diversas (vídeos, filmagens, *podcasts* etc.), desenvolvimento de observações e listas de checagem, bem como realização de portfólios e atividades de autoavaliação, podem compor a magnitude de instrumentos e propostas de avaliação em uma visão ampliada. Nos capítulos, os estudantes são convidados a refletir criticamente sobre diferentes aspectos ligados ao campo das práticas corporais por meio de questões que incitam diversos elementos que podem compor os processos avaliativos. Nesse sentido, considera-se que registros diversos (como as questões apresentadas em cada capítulo) devem ser integrados para que de fato as produções estudantis possam ser avaliadas com critério, possibilitando sua devolução aos estudantes. O retorno desse processo aos estudantes (*feedback* avaliativo) é fundamental e deve ser incentivado como forma de retroalimentar a prática pedagógica e os processos de ensino e aprendizagem.

Além disso, é preciso considerar a importância de valorizar o protagonismo dos estudantes também no que corresponde às práticas avaliativas. No Ensino Médio, considera-se possível e desejável que os estudantes sejam reconhecidos como coconstrutores de seus próprios processos de avaliação. Assim, ao definir um planejamento que envolva a realização de determinado projeto, por exemplo, é possível decidir com os estudantes de que forma tal projeto deverá ser apresentado (uma apresentação oral formal, um vídeo, uma entrevista, um *podcast* ou uma simulação de telejornal, por exemplo). Os estudantes apresentam diferentes formas de se expressar. Alguns podem ter mais facilidade com elementos de escrita, enquanto outros preferem se apresentar. Alguns são mais tímidos, outros têm facilidade com recursos digitais. Um processo avaliativo robusto deve possibilitar uma diversidade de elementos para que os jovens se sintam incluídos nas avaliações, isto é, adquiram sentimentos de pertencimento em relação a seu processo de ensino e aprendizagem.

Outro procedimento que deve ser incentivado, sobretudo no Ensino Médio, envolve propostas de avaliação com elementos interdisciplinares. Assim, o desenvolvimento de projetos que integrem a Educação Física com outros componentes curriculares, como projetos de avaliação da capacidade física com elementos da Biologia e da Matemática (cálculo de índice de massa corporal), pode ser importante no processo formativo. Há uma diversidade considerável de possibilidades de interlocução da Educação Física com outros componentes, de modo que muitos projetos interdisciplinares podem ser desenvolvidos como forma de avaliação.

Para que seja possível construir formas diversificadas e ampliadas de avaliação para as aulas de Educação Física no Ensino Médio, é preciso que sejam criados e explicitados aos estudantes critérios claros para que eles compreendam o que será avaliado e como esse processo será desenvolvido. Tais critérios podem variar de acordo com o que se pretende avaliar, estando condizentes com os instrumentos empregados em determinado momento, mas devem explicitar questões fundamentais que alicercem os conhecimentos sobre as práticas corporais à vida em sociedade, valorizando-se a justiça social e evitando-se formas de discriminação.

A diversidade de instrumentos e formas avaliativas pode fomentar a motivação e a participação mais ativa dos estudantes. Ao compreenderem o que será avaliado e como será o processo, eles podem desenvolver um sentimento de pertencimento que culmine em maiores engajamento e motivação. Existem atualmente formas lúdicas e inclusivas de avaliação, como a gamificação de propostas avaliativas envolvendo recursos digitais, que podem ser incentivadas dada a importância da cultura digital na vida de muitos jovens.

Essa abordagem ampliada e diversificada está fundamentada em processos de avaliação formativa, os quais buscam desenvolver *feedback* contínuo a fim de promover o desenvolvimento dos estudantes, destacando a pertinência da autoavaliação como meio de desenvolver o protagonismo e a criticidade dos jovens. É claro que também é possível incorporar nessa abordagem formas de avaliação somativas e diagnósticas, também relevantes em muitos contextos, como os exames vestibulares e o Enem. Quanto maior a diversidade de propostas de processos avaliativos, maior domínio de tais ferramentas os estudantes vão desenvolver ao longo do tempo.

Assim, as compreensões ampliadas de avaliação vão muito além de elementos como classificar os estudantes (ou dar notas e conceitos), ainda que isso seja importante e também deva ser preconizado. Entretanto, o elemento crucial das práticas avaliativas na Educação Física no Ensino Médio deve ser demonstrar formas justas de compreensão sobre os processos de ensino e aprendizagem que forem desenvolvidos ao longo da prática pedagógica. Assim como destacado em outros momentos, nosso material busca a integração entre teoria e prática, tanto por meio de reflexões e análises críticas quanto por meio de vivências corporais que levem ao desenvolvimento de experiências significativas com as práticas corporais. É esse o foco de nossa abordagem e está presente em todos os capítulos desta obra.

A Educação Física no Enem

Como já foi afirmado, a presença da Educação Física em processos de avaliação do Ensino Médio e, particularmente, no Enem evidencia sua importância na mesma linha dos demais componentes curriculares que compõem esses exames.

O Enem é uma avaliação em larga escala de extrema relevância social no Brasil. Em termos de políticas públicas, tal exame tem implicações para uma série de processos, tanto de ingresso ao Ensino Superior (público ou privado) quanto para outros campos que acabam utilizando-o como forma de avaliar ou fundamentar procedimentos diversos (ingressos em cursos e capacitações, continuidade de estudos, repercussão no mundo do trabalho etc.). Dessa forma, a inclusão da Educação Física no Enem é um elemento que não pode ser desconsiderado e contribui, sobremaneira, para a valorização social desse componente curricular obrigatório no Ensino Médio.

Criado em 1998 com o intuito de avaliar o desempenho dos estudantes ao final do Ensino Médio e servir de ferramenta para a autoavaliação das escolas e dos sistemas educacionais, o Enem aos poucos foi sendo modificado, adquirindo cada vez mais relevância social. Em 2009, houve uma grande reformulação, com a qual se incorporou a Educação Física como uma área de conhecimento a ser desenvolvida pelo

Enem no campo das Linguagens. Marques *et al.* (2021), ao analisar as questões sobre Educação Física no Enem, consideram que há uma busca de promover interação entre os saberes, permitindo compreender a Educação Física em um contexto mais amplo de formação. Os autores destacam, ainda, que existem questões de Educação Física que apresentam interface com outros componentes curriculares da área de Linguagens, bem como das Ciências Humanas e das Ciências da Natureza.

Dessa forma, alinhada aos pressupostos orientadores da BNCC e de outros documentos institucionais, a presença da Educação Física no Enem sublinha sua importância na avaliação das competências e habilidades dos estudantes brasileiros. Portanto, a inclusão de questões de Educação Física no Enem reflete a compreensão de que a educação não se restringe apenas ao domínio cognitivo, mas abrange também aspectos físicos, sociais e emocionais do desenvolvimento humano, considerado como educação integral na BNCC. A Educação Física, com seu foco nas práticas corporais e na cultura corporal de movimento, bem como com suas múltiplas interfaces interdisciplinares, contribui para a formação de cidadãos mais completos e conscientes de sua saúde física e mental.

Inúmeras questões apresentadas no Enem têm relação direta ou indireta com temas e conteúdos oriundos da Educação Física. Marques *et al.* (2021), ao analisar um conjunto expressivo de questões, salientam os seguintes aspectos mais abordados.

1. **Benefícios da atividade física**: questões que discutem os benefícios da prática regular de atividades físicas para a saúde física e mental dos indivíduos, como na prevenção de doenças cardiovasculares. A interface com aspectos biológicos é um dos elementos mais frequentes nas questões do Enem envolvendo a Educação Física. Veja-se um exemplo: *A prática regular de atividades físicas contribui significativamente para a prevenção de várias doenças. Qual das alternativas abaixo apresenta uma doença cuja incidência pode ser reduzida pela prática regular de exercícios físicos?*.
2. **Aspectos históricos e culturais do esporte**: questões que exploram a relação entre esporte e sociedade, incluindo temas como inclusão social, cultura esportiva e eventos esportivos de grande escala, como os Jogos Olímpicos. Esse conjunto também apresenta questões buscando avaliar a história de algumas práticas corporais ou a relevância midiática de certos esportes na contemporaneidade. Exemplo de pergunta desse tipo: *Os esportes podem desempenhar um papel importante na inclusão social de grupos marginalizados. Qual dos seguintes exemplos ilustra essa função social do esporte?*.
3. **Conceitos de saúde e bem-estar**: questões que abordam os conceitos de saúde, qualidade de vida e bem-estar, enfatizando a importância de hábitos saudáveis.
4. **Aspectos específicos sobre determinadas práticas corporais**: embora menos evidenciados, são questões que abordam aspectos específicos de determinadas práticas corporais, como movimentos técnicos de alguns esportes coletivos.

Além de questões específicas, claramente identificadas como pertencentes ao campo da Educação Física, existe um conjunto expressivo de perguntas nas provas do Enem que envolvem conhecimentos interdisciplinares no qual a Educação Física também é abordada. Trata-se de uma série de questões que se articulam com elementos das Ciências da Natureza, da Matemática, das Ciências Humanas e também dos outros componentes que envolvem a área de Linguagens, e que buscam a interlocução de conhecimentos de maneira interdisciplinar.

A inclusão de questões de Educação Física no Enem busca valorizar a formação integral, bem como promove a consciência crítica dos estudantes em questões que exigem articulação de diferentes conhecimentos em modos interdisciplinares. Além disso, a Educação Física no Enem contribui para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e valores como o trabalho em equipe, a disciplina, a liderança e o respeito ao próximo. Ao abordar esses temas, o exame incentiva os estudantes a refletir sobre suas práticas e comportamentos no contexto escolar e na vida pessoal, promovendo a formação crítica e criativa.

As questões e reflexões apresentadas em cada um dos capítulos da obra buscam articular-se com os pressupostos reflexivos e orientadores que também estão presentes no Enem. Assim, em cada capítulo, é possível refletir sobre diferentes temáticas que contribuem para o processo de desenvolvimento da criticidade, à medida que possibilitam fomentar olhares sobre as práticas corporais articulados com aspectos que costumam estar presentes nesse tipo de avaliação institucional.

A inserção da Educação Física no Enem é um avanço significativo, que reflete uma compreensão mais profunda da educação como um processo integral, que vai além do simples acúmulo de conhecimentos teóricos. Ela valoriza a formação física, emocional e social dos estudantes, alinhando-se aos princípios da BNCC e contribuindo para a formação de cidadãos mais conscientes, críticos e saudáveis. Assim, o presente material, ao buscar essa inclusão, não apenas reafirma a importância da Educação Física no currículo escolar, mas também promove uma abordagem de educação integral, essencial para o desenvolvimento pleno dos estudantes.

Referências bibliográficas comentadas

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, Bauru, v. 1, n. 1, p. 73-81, 2002.

Objetiva apresentar propostas de entendimento sobre a Educação Física no contexto escolar por meio do conceito de cultura corporal de movimento, bem como destaca a avaliação como elemento fundamental da prática pedagógica nesse componente curricular.

BONDÍA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber da experiência. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, n. 19, p. 20-28, jan./abr. 2002.

Discorre filosófica e epistemologicamente sobre o conceito de experiência e sua importância no campo educacional. O texto oferece exemplos e indicativos sobre a importância da compreensão do conceito de experiência como elemento fundamental para a prática pedagógica.

BRACHT, Valter. A Educação Física brasileira e a crise da década de 1980: entre a solidez e a liquidez. *In*: MEDINA, João Paulo S. **A Educação Física cuida do corpo... e "mente"**. Campinas: Papirus, 2010. p. 99-116.

Analisa os diferentes processos de constituição da legitimidade social da Educação Física na escola, sobretudo a partir do Movimento Renovador oriundo da década de 1980, examinando diferentes modos com que as mudanças foram propagadas no campo acadêmico e como o campo educativo (prática pedagógica na escola) se desenvolveu ao longo desse processo.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2018.

Orienta e legitima as aprendizagens essenciais a serem desenvolvidas em toda a Educação Básica no Brasil.

CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil**: a história que não se conta. Campinas: Papirus, 1989.

Analisa alguns dos principais constructos históricos que levaram a Educação Física a ser compreendida como componente curricular na escola. Examina inúmeras leis, diretrizes e orientações à luz de problematizar tais perspectivas em seus contextos históricos e suas implicações sociais.

DARIDO, Suraya Cristina. A avaliação da Educação Física na escola. *In*: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Prograd. **Caderno de formação**: formação de professores: didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2012. v. 16, p. 127-140.

Discorre sobre a importância da avaliação na prática pedagógica da **Educação Física na escola**. Analisa as mudanças históricas com que a avaliação foi desenvolvida para esse componente curricular e apresenta alguns dos principais desafios para se pensar em perspectivas ampliadas de avaliar no campo da Educação Física escolar.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição de Andrade. **Educação Física na escola**: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

Apresenta uma ampla perspectiva acerca do processo de desenvolvimento da Educação Física na escola, desde sua gênese como ginástica até o processo de constituição da cultura corporal de movimento. Analisa diretrizes, currículos e parâmetros, oferecendo propostas teóricas e práticas para esse componente.

MARQUES, Rodrigo *et al.* A Educação Física no Ensino Médio e os exames estandardizados: uma análise das questões do Enem. **Movimento**, Porto Alegre, v. 27, p. 1-20, 2021.

Busca investigar a inserção de questões de Educação Física no Enem por meio de uma análise de como têm sido as características e os conteúdos apresentados anualmente envolvendo esse componente curricular nesse exame.

SOARES, Carmen Lúcia. **Educação Física**: raízes europeias e Brasil. Campinas: Autores Associados, 2012.

Analisa historicamente o processo de constituição da Educação Física a partir das influências da ginástica europeia, bem como sua chegada e consolidação no Brasil (dentro e fora do currículo escolar) e seu desenvolvimento no país.

ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS

Seguem orientações aplicadas a cada um dos capítulos, acompanhadas de sugestões bibliográficas complementares e de indicações para o encaminhamento pedagógico das atividades propostas.

UNIDADE 1

CORPO QUE ATUA E CRIA

Confira as orientações para os capítulos 1 a 5, da Unidade 1.

Capítulo 1 O esporte pode ser uma experiência política?

Este capítulo dedica-se a analisar o esporte como uma possibilidade de experiência política e, para isso, desenvolve um percurso didático que, problematizando o dilema dessa relação, leva os estudantes a concluírem que a política faz parte das manifestações sociais, incluindo as do campo esportivo.

Para motivar a discussão do tema, apresenta-se um texto jornalístico (texto 1). Trata-se de um artigo de opinião no qual o articulista, para criticar a relação entre esporte e política, aborda um episódio ocorrido durante uma partida de futebol americano em que um jogador faz um gesto para protestar contra a abordagem violenta de policiais dirigida à população negra nos Estados Unidos.

A fim de destacar as marcas de subjetividade que caracterizam o texto, é feito o encaminhamento da leitura com perguntas que chamam a atenção para o uso da primeira pessoa e para o fato de o articulista analisar o episódio mencionado de maneira simplista, limitando-se a tratar o gesto do jogador como uma manifestação política, que não caberia no universo esportivo.

Após essa análise, como contraponto ao texto de opinião da primeira leitura, o texto 2 traz uma reportagem que aborda o engajamento político na luta contra o racismo no esporte encampada pelo jogador de futebol Vinícius Júnior. Esse tema articula-se aos boxes **Investigue**, que provoca os estudantes a pesquisar informações sobre outros atletas que se engajam em lutas políticas, **Bate-papo de respeito**, que aborda a fala do idealizador e diretor-executivo do Observatório da Discriminação Racial no Futebol, problematizando a ausência de pessoas negras em cargos de gestão no futebol, e **Biblioteca cultural**, que apresenta o mesmo Observatório da Discriminação Racial no Futebol e o *Manual anti-racismo no esporte*.

Aproveitando para ampliar a pesquisa sobre a vida de outros atletas com postura atuante no campo da política, propõe-se, na sequência, o boxe **Trabalho e juventudes**, que faz referência ao ex-jogador de futebol Sócrates, destacando o fato de ele ter tido notoriedade em outros campos além do futebol. Sugere-se, então, aos estudantes que reflitam sobre a possibilidade de virem a atuar profissionalmente em áreas distintas, como Sócrates, e sobre a necessidade de jogadores e jogadoras de futebol terem essa perspectiva em mente.

Por fim, com o propósito de aumentar a "biblioteca cultural" dos estudantes e dar-lhes ainda mais suporte para discutir o tema proposto no capítulo, há indicação de dois livros (*A Democracia Corinthiana: práticas de liberdade no futebol brasileiro*, de José Paulo Forenzano, e *A Democracia Corinthiana: futebol e política*, de Mariana Zuaneti Martins e Heloisa Helena Baldy dos Reis). Ambas as obras tratam do movimento da Democracia Corinthiana, que colocou o futebol na cena política do clube e do país durante os anos 1980.

Após o percurso de estudo conduzido pelas seções e boxes anteriores, uma atividade de vivência, dividida em duas etapas, é proposta, a fim de que os estudantes coloquem em prática os conhecimentos aprendidos.

Em um primeiro momento, o professor escolhe alguns estudantes como representantes da turma; esses representantes devem formular regras para um jogo que será realizado coletivamente. Nesse contexto, em que os representantes são levados a tomar decisões de maneira individualizada, é provável que as regras formuladas os privilegiem, e é desejável que isso aconteça, pois, na sequência, um momento de conversa deverá acontecer, com o propósito de os estudantes discutirem como as regras

formuladas pela minoria repercutiram no desempenho coletivo durante o jogo. Após essa discussão, desta vez o papel dos representantes será limitado a mediar as discussões, assumindo uma organização democrática participativa, no sentido de ajudar o grupo, coletivamente, a elaborar as regras do jogo de modo a minimizar os impactos das diferenças entre eles.

Depois de o jogo ser realizado, os estudantes, novamente, se reunirão para conversar sobre como se sentiram em relação à segunda experiência. Com isso, espera-se levar o grupo ao entendimento de que a política é inerente a qualquer manifestação social, e isso não é diferente no campo esportivo.

Leitura

Texto 1

O texto 1 põe em relevo a opinião do comunicador Tiago Leifert, que se diz contrário à manifestação política no universo esportivo. Sua opinião causou muita polêmica à época e foi importante para colocar o tema em pauta, assim como pode despertar o interesse dos estudantes para a discussão.

Fala aí!

Estimule os estudantes a analisarem cada um dos temas sugeridos pela revista, problematizando, sobretudo, a inclusão de "mulheres" como temática de interesse do "homem moderno". A provocação a ser feita é em relação ao ideal de "homem moderno" como categoria universal, na qual não cabem identidades alternativas. Além dessa, outra provocação interessante seria para que os estudantes pensassem qual representação de mulheres estaria em pauta na revista, considerando que, em tese, também poderíamos pensar em identidades alternativas para as mulheres além da representação estereotipada de "beleza feminina".

Papo aberto sobre o texto

No caso da atividade **2a**, sugira aos estudantes que busquem se aprofundar sobre a motivação dos protestos de Kaepernick, tratada de forma superficial pelo jornalista. Uma primeira manifestação do jogador Colin Kaepernick ocorreu na pré-temporada de 2016, quando ele se manteve sentado durante a execução do hino nacional dos Estados Unidos. "'Eu não vou me levantar para demonstrar orgulho pela bandeira de um país que oprime pessoas negras e pessoas de cor', afirmou na ocasião. 'Para mim, isso é maior do que o futebol e seria egoísta da minha parte ver de outra forma.'" Para saber mais sobre o caso, sugerimos a leitura da matéria "Como protesto de jogador contra o racismo se espalhou e virou ato anti-Trump", disponível em: https://www.bbc.com/portuguese/internacional-41412322 (acesso em: 28 mar. 2024).

Com relação à atividade **2d**, leve os estudantes a perceberem que o atleta não estava protestando por causas nas quais caibam algum tipo de graduação de opiniões aceitáveis no espectro político. Racismo deve ser repudiado em quaisquer circunstâncias; portanto, caso houvesse racistas entre os torcedores do time em que Kaepernick atuava, eles é que deviam ser silenciados, e não o atleta. Quanto ao fato de o autor do texto 1 não achar justo que o atleta proteste por causas pessoais, levante a discussão de que é preciso considerar que, embora Kaepernick também seja negro, o atleta não estava se manifestando por uma situação de racismo sofrida por ele ou pessoas próximas, mas pela condição de racismo estrutural representada pelo modo como os policiais abordam pessoas negras nos Estados Unidos e em muitas outras partes do mundo.

Texto 2

A leitura apresenta um excerto de uma matéria jornalística que, a partir de um episódio de racismo sofrido pelo jogador Vinícius Júnior na partida entre Valência e Real Madrid pelo Campeonato Espanhol em 2023, discute o engajamento político do jogador e sua equipe de assessores na luta contra o racismo no futebol.

Papo aberto sobre o texto

Na resposta à atividade **7**, o debate deve focar os benefícios do engajamento político de atletas e outras personalidades em defesa de causas relacionadas aos direitos humanos, com atenção para o fato de a popularidade desses atletas conferir maior visibilidade para as causas defendidas, potencializando as campanhas a eles vinculadas. Mas é importante que essa discussão leve em conta também os desafios enfrentados por esses atletas e outras pessoas de destaque para se engajarem em causas sociais. Os estudantes podem se orientar pelo caso do jogador Colin Kaepernick, abordado no texto 1, atentando para as represálias que sofreu por parte do presidente Donald Trump, de torcedores que não concordavam com seus posicionamentos e de dirigentes das equipes/franquias de futebol americano que não o contrataram. Serão exercitadas as habilidades EM13LGG302 e EM13LGG303.

Bate-papo de respeito

Durante as discussões, será possível contemplar diferentes competências da área de Linguagens, sobretudo a competência específica 2, que focaliza a construção da autonomia dos estudantes nas práticas de compreensão/recepção e de produção (individual ou coletiva) em diferentes linguagens. Para defender seus pontos de vista, os estudantes precisarão, inicialmente, refletir sobre as causas que estariam relacionadas à sub-representação de pessoas negras nos cargos de gestão no futebol e no esporte em geral, bem como discutir a mudança de atitude dos atletas que têm denunciado com mais frequência os casos de racismo, exercitando as habilidades EM13LGG202 e EM13LGG203.

Biblioteca cultural

A Democracia Corinthiana foi um movimento de jogadores e de um dirigente do clube paulista Corinthians nos anos 1980. Os integrantes desse movimento passaram a contestar as relações de poder e a reivindicar maior espaço de participação política dos jogadores nas decisões do clube. A Democracia Corinthiana, no entanto, foi muito mais do que isso. Os livros *A democracia corinthiana: práticas de liberdade no futebol brasileiro*, de José Paulo Florenzano, e *A democracia corinthiana: futebol e política*, de Mariana Zuaneti Martins e Heloisa Helena Baldy dos Reis, nos ajudam a entender um pouco do que foi essa experiência na articulação entre a política e o futebol.

Se for possível, selecione capítulos de algum dos livros ou de ambos e faça a leitura com a turma em aula e/ou indique capítulos para que os estudantes leiam em casa. Outra possibilidade é a leitura do artigo "Significados de democracia para os sujeitos da Democracia Corinthiana", também de autoria de Mariana Zuaneti Martins e Heloisa Helena Baldy dos Reis, publicado na Revista *Movimento* (Porto Alegre, v. 20, n. 01, p. 81-101, jan.-mar. 2014).

Explique aos estudantes que, em grupos de três a cinco integrantes, devem selecionar um dos capítulos dos livros ou o artigo para ser lido e analisado. Peça que anotem tudo aquilo que considerarem evidenciar aproximações entre futebol e política, e que organizem uma lista de tópicos com essas relações. Em uma data previamente combinada, os grupos devem apresentar suas listas para o restante da classe. Durante as apresentações, discuta com a turma o conteúdo dos livros e/ou artigo, chamando a atenção para a forma como a Democracia Corinthiana transformou as relações de trabalho dos jogadores de futebol com o clube e como os jogadores do clube se engajaram em manifestações pela redemocratização do país.

Bora pra quadra?

Roda de conversa (Atividade 1)

Após jogarem tempo suficiente para que a equipe de representantes obtenha uma vantagem de pontos significativa e a equipe adversária, provavelmente, sinta-se frustrada com a experiência, encerra-se o jogo e realiza-se uma roda de conversa. Caso o desfecho da atividade não seja condizente com o que foi traçado, recomendamos manter a discussão apoiando-se em situações hipotéticas de um jogo no qual os representantes se valessem do poder a eles conferido para se beneficiar, prejudicando a maioria dos participantes.

Atividade 2: Jogo da Democracia

Após a atividade e a discussão do Jogo do Governo dos Escolhidos, chegou o momento de os estudantes organizarem e participarem de um jogo que assuma um caráter verdadeiramente democrático. Uma possibilidade interessante é ajudá-los a pensar em como incluir no jogo estudantes com algum tipo de dificuldade ou limitação. Regras discriminatórias do jogo anterior podem ser repensadas a fim de promover ações afirmativas. Ajude-os a identificar quais são as dificuldades enfrentadas por parte dos estudantes da turma e a pensar em regras que possam tornar a participação desses estudantes mais efetiva e prazerosa. Permita que pensem em alternativas e, caso não surjam, estimule-os a criá-las. É um bom momento para os estudantes exercitarem a capacidade de tomada de decisões com base nos Direitos Humanos.

Fala aí!

É importante, neste momento, estabelecer uma relação com o **Bate-papo de respeito** sobre o idealizador do Observatório da Discriminação Racial no Futebol, Marcelo Carvalho, e com o conteúdo do próprio Observatório. Evidencie que, apesar de o Observatório ter como foco monitorar os casos de racismo, também tem feito um trabalho de combate a outros tipos de discriminação, como a misoginia e a LGBTfobia, conforme levantamento feito sobre a diversidade no futebol brasileiro, disponível no *site* do projeto (https://observatorioracialfutebol.com.br/).

Os estudantes devem sensibilizar-se para a importância do exercício de atitudes como a empatia e a alteridade, solidarizando-se com aqueles que sofrem algum tipo de opressão e buscando se colocar no lugar dessas pessoas. Procure fazer essa relação a partir dos sentimentos deles durante a experiência do Jogo do Governo dos Escolhidos.

Meu corpo, minha identidade: Visibilizar privilégios, disputar identidades

A seção inicia-se com a leitura de um texto que apresenta a história de lutas vivenciada pela ex-futebolista Formiga. A atleta teve de enfrentar uma série de preconceitos em relação aos marcadores de raça, gênero, sexualidade e origem territorial, resumidos em sua frase que dá título à matéria: "Por ser negra, lésbica e nordestina, sabia que ia sofrer preconceito então me fortaleci". Após a leitura do texto, a proposta é que os estudantes vivenciem o jogo dos prejuízos, que se estrutura no formato de um jogo de voleibol e no qual eles devem sofrer alguns prejuízos nas possibilidades de jogar, de acordo com situações de desigualdades vividas em seu cotidiano. É importante que nesse momento haja um diálogo consciente de que a atividade será um experimento que busca colocar em evidência essas situações de desigualdade, de privilégios de alguns e prejuízo de outros, e que servirá para elaborarem coletivamente os impactos dessas situações em sua vida. Por fim, a conclusão da proposta envolve a produção de um texto no formato de manifesto que discuta a necessidade de disputa da narrativa dos corpos que seriam mais adequados ao esporte. Para essa atividade, uma parceria com Língua Portuguesa, para uma abordagem interdisciplinar, é muito bem-vinda!

Capítulo 2 Danças populares: primeiros passos

Este capítulo tem como objetivo apresentar a dança como prática da cultura corporal. Busca-se, então, em um primeiro momento, contextualizá-la como uma de nossas primeiras formas de comunicação e, depois, aprofundar um debate sobre as danças populares. Pretende-se, portanto, fazer um recorte no universo da dança, que tem várias manifestações, e selecionar, especificamente, as danças populares brasileiras, tomando uma delas para estudo e atividade prática.

Inicialmente, as danças populares são analisadas conceitualmente, definindo-se seu papel em diferentes povos e culturas como uma forma de comunicação, celebração, adoração aos deuses etc. Objetiva-se, com isso, demarcar sua importância em diferentes culturas pelo mundo. Especificamente em relação ao Brasil, traz-se uma reflexão sobre como a miscigenação deu origem a diferentes manifestações culturais e, consequentemente, às danças. No boxe **Fala aí!** os estudantes são estimulados a falar sobre os seus conhecimentos prévios e experiências com as danças populares, enriquecendo esse momento formativo.

Depois, em **Leitura**, é apresentado um texto com informações sobre uma dança específica, o frevo. São mencionadas informações básicas sobre essa prática, como suas principais características, contextualização histórica e origem do nome. Para estimular os estudantes a se informar mais, o boxe sobre o frevo traz curiosidades em relação a essa dança e a indicação do *site* do Iphan para pesquisa.

É importante ressaltar que o professor tem liberdade para definir outra dança popular de acordo com o contexto em que atua. Optou-se aqui pelo estudo de uma prática para representar o Nordeste brasileiro.

Após as leituras, pede-se aos estudantes a elaboração de um mapa mental com o intuito de sistematizar todas as informações recebidas: as origens da dança, as manifestações populares, o frevo.

Na sequência, há propostas de atividades práticas, apresentadas pela seção **Bora pra quadra?**, com o objetivo de proporcionar vivências com o frevo. Propõem-se que os estudantes desenvolvam, em grupo, uma sequência coreográfica. Caberá ao professor orientar a realização de alguns passos, e se sugere que outros sejam pesquisados, dando liberdade aos estudantes para escolher aqueles que se sentem mais confortáveis em realizar. Em um segundo momento, orienta-se que os grupos se organizem para a criação de uma coreografia coletiva.

Fechando o percurso didático, há um momento programado para mediar uma conversa entre os estudantes, a fim de que compartilhem suas impressões a respeito das experiências vividas. Sugere-se que digam como se sentiram, quais foram suas dificuldades, se sentiram vergonha. Trata-se, portanto, de um momento de compartilhamento de aprendizagens.

Leitura

Para aprofundar a discussão sobre o frevo, sugerimos a consulta aos seguintes materiais:

- ARRAIS, Raimundo Pereira Alencar. **Recife**: culturas e confrontos – as camadas urbanas na campanha salvacionista de 1911. Natal: EDUFRN, 1998.
- CASCUDO, Luís da Câmara. **Dicionário do folclore brasileiro**. 12. ed. São Paulo: Global, 2012.
- NANNI, Dionísia. **Dança-educação**: pré-escola à universidade. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
- VICENTE, Ana Valéria Ramos. **Entre a ponta de pé e o calcanhar**: reflexões sobre o frevo na criação coreográfica do Recife, na década de 1990: cultura, subalternidade e produção artística. 2008. Dissertação (Mestrado em Artes Cênicas) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2008.

Bora pra quadra?

Caso não se identifique com a proposta indicada para a confecção de sombrinha, é possível elaborar variações com cabos de vassoura cortados, pedaços de canos de PVC, palitos de churrascos unidos, ou mesmo estimular os estudantes a criar algo com o professor de Arte. Na internet, é possível encontrar diversas sugestões de como produzir uma sombrinha adaptada.

Este é o momento de proporcionar algumas vivências com o frevo. Inicialmente, realize um alongamento com os estudantes, tendo em vista que os passos são extenuantes e requerem preparação corporal. Selecione algumas músicas a serem utilizadas durante a aula, buscando variar entre algumas mais rápidas e outras mais lentas. Sugerimos que você pesquise na internet a obra do músico Alceu Valença, cujo rico repertório de frevo pode auxiliar nesse processo de escolha.

Compondo coreografias

Para este momento, permita que os estudantes escolham a ordem em que gostariam de executar cada movimento ou mesmo que repitam alguns deles durante sua construção. Estimule-os a experimentar diversas combinações antes de definir qual vão utilizar em sua composição. Se for viável, possibilite que acessem vídeos de frevo pelo celular ou leve-os até a sala de informática para que possam conhecer novos movimentos. Por fim, sugira que utilizem a sombrinha para construir uma pose inicial e uma final.

Capítulo 3 Cultura popular: decifrando as danças

O objetivo geral deste capítulo é compartilhar conhecimentos sobre as danças populares por meio de pesquisas em diversas fontes, após vivências com modalidades dessa natureza. Além disso, visa-se promover algumas reflexões sobre a questão da identidade concernente às danças populares.

O percurso didático começa com a leitura de um trecho de uma dissertação de mestrado, que apresenta a dança como uma prática importante ao longo da história da humanidade. Em um segundo momento, explora as características plurais das danças populares, que sofreram influência dos diferentes povos que atuaram na formação do povo brasileiro.

No boxe **Trabalho e juventudes**, o trabalho de pesquisador da cultura popular brasileira do escritor modernista Mário de Andrade é proposto para a reflexão dos estudantes sobre uma atividade profissional ligada à cultura, em especial à arte, em seu projeto de vida.

Depois do estudo do texto, no boxe **Investigue**, sugere-se aos estudantes que pesquisem os saberes tradicionais de sua comunidade e se há mestres nesses saberes, para convidar um deles a falar sobre seus conhecimentos na escola.

Na sequência, na seção **Bora pra quadra?**, são propostas diversas atividades para serem cumpridas em algumas etapas. Em uma primeira etapa, os estudantes devem se dividir em grupos e cada grupo escolher, entre diversos vídeos de dança selecionados previamente por você, professor, uma dança popular. Espera-se que todas as regiões do Brasil estejam representadas nas escolhas, para que os estudantes percebam a diversidade de práticas existentes no país. Após essa etapa, eles são convidados a conversar sobre essa variedade no boxe **Fala aí!**.

Em uma segunda etapa, depois de terem escolhido sua dança, os grupos farão uma pesquisa sobre ela, para aprofundar seus conhecimentos. As informações encontradas (história da dança escolhida, suas características, região do país onde é praticada, coletânea de vídeos em que seus movimentos são coreografados) serão registradas em uma ficha, conforme o modelo disponibilizado no material, a fim de que, mais à frente, esse arcabouço teórico possa ser consultado.

Já em uma terceira etapa, tais pesquisas serão aprofundadas na mídia digital, com a utilização de *hashtags*. Intenta-se, com isso, valorizar o espaço virtual como uma fonte confiável de pesquisa, desde que os devidos cuidados sejam tomados, para se evitarem as chamadas *fake news*. Na quarta etapa, os estudantes iniciarão o planejamento das coreografias escolhidas. A partir do compartilhamento das informações coletadas na segunda etapa, eles experimentarão alguns passos orientados por você, professor, chegando à quinta etapa. Nesse momento, os estudantes construirão, de fato, a coreografia, com base nas experimentações feitas anteriormente. Para isso, devem ser orientados a selecionar os passos principais que julgam ser os mais adequados e partir para a construção da coreografia planejada. Ressalta-se a importância de o professor sempre acompanhar os grupos na realização dos movimentos.

Por fim, a sexta etapa compreende a apresentação das coreografias, a ser realizada em um festival totalmente organizado pelos estudantes, com o objetivo de compartilhar com a comunidade escolar todo o conhecimento construído no decorrer do capítulo. Eles deverão formar grupos de trabalho (comissões), cada uma responsável por uma parte do processo de realização do evento.

O percurso didático é finalizado com uma etapa de compartilhamento de saberes com a própria turma, depois da realização do festival. Como cada grupo fez uma imersão em uma dança específica, esse é o momento de ensinar alguns passos aos demais grupos. Então, um grupo por vez assume o protagonismo da aula, ensinando alguns passos, alguma evolução, aos demais estudantes da turma, de modo que toda a sala tenha tido a oportunidade de experimentar, na prática, pelo menos uma dança popular de cada região do país. O encerramento é feito com uma roda de conversa, a fim de que os estudantes relatem como se sentiram ao longo do processo de imersão pelo qual passaram.

Bora pra quadra?

Etapas 4 e 5

Nesse momento, sua mediação será crucial, tendo em vista que muitos estudantes talvez tenham dificuldades com ritmo. Procure acompanhar de perto as manifestações selecionadas pelos estudantes e investigar cada uma delas, de maneira que consiga orientar os grupos. Auxilie na escolha das músicas, nas disposições e na ocupação dos espaços de apresentação, na expressividade, na exploração da criação dentro das características de cada manifestação – e no que mais achar necessário. A ideia é não deixar os estudantes desamparados nesse momento, que, apesar de estimular a autonomia, requer grande envolvimento docente.

Outra estratégia que pode auxiliar é identificar previamente os estudantes com experiência em dança e distribuí-los em grupos diferentes, de modo que possam representar um apoio na organização e na composição das coreografias.

Capítulo 4 Basquete: o importante é competir! Será?

Neste capítulo, objetiva-se trabalhar com a prática corporal do basquetebol e a partir dela levar o estudante a fazer uma revisão sobre competição, desde as esportivas de alto rendimento até aquelas praticadas nas aulas de Educação Física.

O capítulo se inicia com a leitura de um texto que trata do basquete na NBA – a liga profissional de basquete estadunidense –, cujo título é "*Draft* da NBA 2023 tem o maior prospecto da história e um único brasileiro na briga". Esse texto propõe, entre outros pontos, que se discuta o fato de existir uma quantidade cada vez maior de jogadores de fora dos Estados Unidos que disputam a NBA e de muitos deles fazerem sucesso conquistando prêmios individuais e coletivos. A discussão também avança apontando para o objetivo mercadológico das franquias do basquetebol ao fazerem esse tipo de contratação, pois, na verdade, elas têm a intenção de entrar no mercado consumidor dos países de onde buscam seus jogadores. No boxe **Fala aí!**, problematiza-se a motivação desse tipo de contratação, levando os estudantes a pensar de forma crítica sobre esse processo, ou seja, se a contratação de jogadores estrangeiros assume critérios técnicos ou simplesmente atende à lógica do mercado. Depois dessa discussão, há o boxe **Biblioteca cultural**, com a indicação do filme *One in a billion*, que conta a história de um jogador indiano que, embora não fosse praticante de basquetebol, pelo fato de aos 14 anos ser muito alto, foi preparado para jogar na NBA, a fim de abrir mercado na Índia. Sugere-se que o documentário seja discutido.

Na sequência, apresenta-se a primeira atividade prática, que é um torneio de basquete 3×3, modalidade que se caracteriza pela competição entre dois times de três jogadores cada, e que faz parte, inclusive, dos jogos olímpicos. Essa modalidade surgiu nas ruas, tendo fortes ligações com a cultura *hip-hop*.

No torneio proposto, a ideia é que os estudantes sejam divididos em equipes equilibradas tecnicamente, para terem a vivência de uma competição mais próxima da lógica do alto rendimento.

Em seguida, há uma segunda leitura, que trata do basquete em cadeira de rodas e tem o objetivo de apresentar a lógica do sistema de classificação funcional, que é a pontuação dos atletas pelo grau de comprometimento físico-motor de cada um. Esse sistema permite que jogadores com diferentes níveis de comprometimento da mobilidade possam jogar juntos em uma mesma equipe. Após a leitura do texto, apresenta-se um infográfico explicativo sobre a prática do basquete em cadeira de rodas. Propõe-se, então, que os estudantes façam um jogo de basquete entre os colegas de turma seguindo a lógica da classificação funcional. De acordo com o nível de experiência de cada um com o basquete, eles se atribuirão uma pontuação condizente com os parâmetros da classificação funcional. É importante assinalar que a classificação proposta pela atividade leva em conta níveis de experiência com a modalidade esportiva, tendo como propósito incluir todos os estudantes, mesmo os mais inexperientes. Também cabe lembrar que a classificação funcional adotada no basquetebol em cadeira de rodas não diz respeito à qualidade técnica dos jogadores, mas a seu grau de deficiência físico-motora.

Biblioteca cultural

O documentário é um excelente estudo de caso para que os estudantes compreendam, de forma mais clara, os interesses econômicos que muitas vezes operam na contratação de jogadores estrangeiros pela NBA. O protagonista mal conhecia o basquete até ser descoberto por um olheiro, que viu em

sua estatura (Satnam tinha 2,12 metros de altura, aos 14 anos) a oportunidade de abrir o mercado da liga na Índia, à época, o segundo país mais populoso do mundo, hoje, o mais populoso. O filme está disponível em plataformas de *streaming*. Caso seja possível, exiba-o para a turma e retome as questões do **Papo aberto sobre o texto** a partir da análise do caso.

Também é possível ampliar a discussão do tema abordado na **Leitura 1** solicitando aos estudantes que façam uma pesquisa sobre jogadores estrangeiros da NBA, com os objetivos de identificar casos de sucesso e de fracasso e investigar os possíveis motivos para as contratações desses jogadores.

Outro filme que pode ser utilizado para aprofundar as análises e que vai ao encontro da temática de ampliação do mercado esportivo pela contratação de atletas estrangeiros é o longa-metragem *Arremesso de ouro* (Dir.: Craig Gillespie, Walt Disney Pictures, Estados Unidos, 2014). Nele, há uma abordagem da contratação de jogadores indianos para ligas profissionais norte-americanas de beisebol. Pode ser encontrado em aplicativos de *streaming*.

Bora pra quadra?

Torneio de basquete 3×3

A proposta da seção é realizar dois ou três torneios inspirados nas regras do basquete 3×3. O principal objetivo é que os estudantes, além de terem a experiência de jogar no formato 3×3, disputem um torneio nos moldes das competições de alto rendimento, com equipes equilibradas do ponto de vista técnico-tático. Para forjar esse nivelamento competitivo, auxilie a turma a se dividir em dois grupos – que serão as duas divisões esportivas –, sendo uma delas formada pelos estudantes que têm mais experiência e competência técnico-tática na modalidade, e a outra, por aqueles menos experientes; caso haja necessidade, pode ser formado um terceiro grupo com estudantes de experiência intermediária. Para possibilitar a realização de jogos do torneio, é interessante que os grupos tenham uma quantidade mínima de estudantes – um grupo com cinco integrantes, por exemplo, é inviável, pois não possibilita a formação nem de dois times. Conduza o momento de separação das equipes com sensibilidade para não constranger e/ou rotular os estudantes menos experientes. A sugestão é que os estudantes tenham autonomia tanto para se autoclassificar em uma das divisões como para estabelecer as regras, com base naquelas do basquete 3×3.

Caso a escola não possua equipamentos para a realização de jogos de basquete, é possível fazer adaptações com outros tipos de alvos verticais ou, se necessário, alterar a modalidade, trabalhando, por exemplo, o futebol/futsal, handebol ou voleibol 3x3.

Investigue

O basquete 3x3 tem características adequadas ao espaço urbano: dois trios se enfrentam em meia quadra com uma única tabela com cesta, em um jogo de 10 minutos ou até uma das equipes atingir 21 pontos. Cada equipe conta, ainda, com um quarto jogador como suplente. Peça aos estudantes que assistam a vídeos de eventos de basquete 3x3 e pesquisem um pouco sobre a história da modalidade, sobre outras de suas regras e, principalmente, sobre a sua atmosfera, que guarda fortes relações com a cultura jovem urbana, tanto no que diz respeito à música e ao modo de se vestir, como no que se refere ao próprio estilo de jogo. Duas fontes interessantes para saber mais sobre a modalidade são o *site* da Associação Nacional de Basquete 3x3 (ANB3x3), disponível em: https://basquete3x3.com.br (acesso em: 3 nov. 2023), e o *site* da Confederação Brasileira de Basketball, disponível em: http://www.cbb.com.br/ (acesso em: 8 out. 2024). Os vídeos de eventos realizados pela ANB3x3 constituem referências importantes para a apreciação dessa modalidade.

Para ampliar o tratamento didático do basquete 3x3 nas aulas, sugerimos a leitura do livro eletrônico *Basquete 3x3: possibilidade na Educação Física Escola*r (2019), de autoria de Alex Natalino Ribeiro e Douglas Vinícius Carvalho Brasil, disponível em: https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/432452 (acesso em: 10 out. 2024).

Jogo de basquete com classificação funcional

A proposta da seção é realizar um jogo de basquete com a classificação funcional. Mais uma vez, entramos em um terreno complexo e delicado, que é o de classificar os estudantes por nível de competência técnico-tática. Assim, sugerimos adotar dois princípios básicos para que os estudantes se autoclassifiquem: a autodeclaração e o uso das expressões "mais experientes" e "menos experientes". A proposta inicial é que os estudantes, separados em dois grandes times, participem de um jogo de basquete convencional, dividido em tantos tempos quantos forem necessários para que todos joguem, buscando diferentes combinações de equipes que se adéquem ao limite dos 14 pontos. Lembre-se de que, se necessário, você pode adaptar as cestas ou utilizar outro esporte, da mesma forma que foi sugerido na atividade "Torneio de basquete 3×3".

Uma proposta alternativa é simular o jogo de basquete paralímpico, adaptando o uso das cadeiras de rodas para a utilização de cadeiras convencionais, papelões ou outros objetos de simulação. A ideia é que os jogadores tenham de se deslocar carregando esse objeto e, quando receberem a bola, precisam sentar-se nele e não podem se movimentar, tampouco serem marcados pelos adversários. A simulação das ações do basquete em cadeira de rodas não é tão fiel, mas a vivência é bem divertida, inclusiva e sensibilizadora.

Cabe ressaltar que, caso a turma tenha estudantes com algum tipo de deficiência, é importante que todos ajudem a pensar em alternativas para incluí-los no jogo, respeitando, obviamente, a opinião desses estudantes e considerando todos os cuidados de segurança necessários. Essa recomendação é importante tanto para esta como para outras atividades que realizamos ao longo desta coleção.

Para conhecer mais algumas sugestões de textos e vivências tanto para o basquete em cadeira de rodas como outras relacionadas ao basquetebol, sugerimos a leitura do capítulo "Basquetebol", da obra *Educação Física escolar: compartilhando experiências* (p. 313-344), organizada por Suraya C. Darido (São Paulo: Phorte, 2011).

Capítulo 5 Não é só uma bicicleta!

No capítulo, a partir dos diferentes contextos do ciclismo, serão feitas reflexões sobre a importância do lazer e do cuidado com a saúde física e mental. Inicia-se apresentando estes contextos e os benefícios do ciclismo como prática corporal de aventura (PCA) realizada regularmente. Para conhecer a afinidade dos estudantes com a prática, no boxe **Fala aí!**, eles devem dizer se sabem ou não andar de bicicleta.

Na sequência, a seção **Leitura 1** apresenta dois textos sobre o ciclismo. O primeiro indica seus diferentes formatos, contextos e significados, bem como a relevância da bicicleta como meio para transporte, lazer e exercício físico ressaltada durante a pandemia de covid-19. O segundo texto trata da preferência crescente pelo uso da bicicleta como meio de transporte nas cidades e da falta de segurança e de infraestrutura urbana adequada para acompanhar esse crescimento. As discussões feitas sobre os textos incluem a percepção dos estudantes sobre o uso da bicicleta em seu cotidiano, como meio de locomoção, de trabalho ou de lazer. O estudo envolve o tema contemporâneo transversal Saúde.

No boxe **Investigue**, os estudantes são convidados a pesquisar os equipamentos necessários para praticar o ciclismo de modo geral e, em particular, na escola.

No **Bora pra quadra?** as atividades foram adaptadas ao contexto escolar, considerando a experiência ou não dos estudantes com a bicicleta. Indica-se que se faça uma pista, demarcando-se o espaço para a prática, e se orienta a organização da atividade para que se evitem acidentes. Primeiramente, os estudantes são convidados a dar voltas a fim de conhecer a pista e, depois, a cronometrar o tempo do percurso estabelecido. Por fim, com base na modalidade de ciclismo BMX, propõe-se um desafio. Na discussão sobre as atividades, é importante que os estudantes, principalmente os que não tinham experiência anterior com a bicicleta, falem sobre os sentimentos e os desafios enfrentados durante as práticas, bem como sobre considerar o ciclismo como prática de lazer.

O boxe **Trabalho e juventudes** lembra o empenho de Henrique Avancini, considerado o maior ciclista brasileiro, para se manter no esporte. A partir dessas informações, propõe-se aos estudantes uma pesquisa sobre a carreira no ciclismo, a relevância do descanso e do lazer para os atletas, e ainda sobre outros tipos de trabalho que podem ser realizados com o uso da bicicleta.

Na **Leitura 2** é feita uma discussão envolvendo o TCT Ciência e Tecnologia com base em um texto que apresenta diferentes museus brasileiros, que, como espaço cultural, contam a história da bicicleta. Há uma dica aos estudantes para que procurem vídeos ou acompanhem esses museus em redes sociais, caso não possam visitá-los presencialmente.

Em um boxe informativo é recomendada uma reportagem sobre a cidade de Afuá, no Pará, em que a bicicleta é o único meio de transporte.

Na seção **E se a gente… promovesse um passeio ciclístico?** propõe-se aos estudantes a organização de um passeio ciclístico a fim de promover o ciclismo na comunidade como exercício físico para lazer ou recreação. Divididos em equipes de trabalho, é importante que os estudantes verifiquem as possibilidades de se desenvolver esse evento em sua comunidade cuidando da segurança dos participantes, o que inclui a autorização e possível colaboração do serviço público municipal. Os estudantes deverão elaborar um texto e cartazes apresentando os benefícios do ciclismo para a saúde física e mental. No final, todos devem montar uma exposição com as fotografias do evento, as entrevistas e avaliar sua organização e sua execução bem como a aprendizagem adquirida.

Para finalizar o capítulo, na seção **Meu corpo, minha identidade**, os estudantes vão conhecer as modalidades e categorias paralímpicas do ciclismo e alguns atletas brasileiros, refletindo sobre a baixa veiculação e exposição midiática das Paralimpíadas e de seus atletas. Após uma pesquisa, eles devem divulgar este conhecimento no ambiente escolar e realizar uma vivência de andar de bicicleta com os olhos vendados, refletindo mais uma vez sobre o ciclismo paralímpico.

Bora pra quadra?

Com base nos dados pesquisados e no levantamento do número de estudantes que têm bicicleta, organize a atividade de modo que aqueles que têm bicicleta possam levá-la à escola no dia combinado, a fim de que todos tenham a oportunidade de experimentar as práticas indicadas. Os equipamentos de segurança necessários, principalmente para os estudantes que nunca andaram de bicicleta, são: capacete, joelheira e cotoveleira. Esses itens podem ser feitos com materiais alternativos – pesquise vídeos sobre as possibilidades. Também será necessário ter, no mínimo, um cronômetro. Você pode dividir a turma em três grupos (os corredores, os cronometristas e os anotadores) ou dividi-los em trios: o importante é que todos realizem todas as funções, revezando-se até todos realizarem a tarefa. Os estudantes que ainda não sabem andar de bicicleta devem ser acompanhados por mais dois colegas, um de cada lado, para auxiliá-los e garantir segurança.

Caso não haja quadra na escola, escolha algum espaço amplo interno (pátio, sala grande) ou externo (ruas sem saída ou sem movimento, praça, gramado, terreno) que possibilite aos estudantes andar de bicicleta com segurança. Nesse espaço, desenhe uma pista com reta e curva (ver imagem na atividade 1), demarcando a linha de partida e a de chegada. Caso não dê para fazer a pista completa, desenhe apenas a pista em linha reta.

Na atividade são desenvolvidas as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

Trabalho e juventudes

Em relação à pesquisa, os resultados encontrados podem apontar o que segue.

1. Assim como os demais atletas, os ciclistas podem encontrar dificuldades relacionadas à pressão para obter bom desempenho. Essa pressão pode levá-los a apresentar problemas de saúde mental, ansiedade, estresse físico, lesões e até mesmo a adotar o uso de *dopping*. A falta de patrocínio, incentivo, bolsa ou salário também é um fator limitante para o atleta, que precisa manter sua vida pessoal e profissional.
2. É importante que os atletas tenham uma rotina de treino e descanso – este último deve ser físico e emocional – a fim de recuperar os tecidos musculares e aliviar a sobrecarga física e mental, reduzindo a probabilidade de lesões.
3. Existem algumas ocupações que requerem o uso da bicicleta: bicitáxi (táxi), entregador, *bikeboy* (serviço de *office-boy* com a bicicleta), *food bike* (venda de diferentes alimentos usando a bicicleta como transporte, produção e vitrine). Sem usar a *bike* de forma direta, a assessoria esportiva para ciclistas também é uma profissão atrelada a ela.

Após a pesquisa, converse com os estudantes e organize os resultados na lousa, conforme forem sendo apresentados. Diga-lhes que, apesar das dificuldades enfrentadas no ciclismo, é possível superá-las e obter bons resultados, conforme demonstra Henrique Avancini ao longo de sua carreira, que finalizou com chave de ouro.

Saliente que é importante para o descanso de um atleta ter um tempo de lazer, seja fazendo uma atividade física diferente da que treina e de baixa intensidade, seja se ocupando com outras atividades de que goste (viagens, leitura, passeios, ouvir música, entre outras). O lazer favorece a *performance* do atleta, melhorando seus resultados. Além disso, uma boa alimentação e a necessária hidratação auxiliam no processo de recuperação do corpo depois da atividade.

Finalize perguntando aos estudantes se conhecem alguém que trabalhe em uma das profissões citadas por eles na pesquisa. Caso algum deles conheça, peça-lhe que obtenha um depoimento da pessoa (vídeo, áudio ou texto) contando a razão de ter escolhido essa profissão com a bicicleta, e que o apresente à turma.

CORPO QUE SE EXPRESSA E RESISTE

Confira as orientações para os capítulos 6 a 10, da Unidade 2.

Capítulo 6 Profissão: atleta

Este capítulo tem como principal objetivo fazer os estudantes entenderem a complexidade da profissão de atleta.

O percurso didático inicia-se levando os estudantes a refletir sobre a possibilidade de escolha da profissão de atleta e apresentando alguns dados dessa profissão. Em seguida, na seção **E se a gente... construísse o portfólio de um atleta profissional?**, os estudantes, em grupos, construirão o portfólio de um atleta profissional de qualquer modalidade esportiva, no qual serão descritas suas características, como se estivessem apresentando o perfil dele.

Depois, na seção **Bora pra quadra?**, os estudantes simulam uma seletiva de jogadores e jogadoras de futebol, uma peneira, cuja dinâmica se inicia com a criação de uma comissão técnica formada por um grupo de estudantes e o professor, para que sejam estabelecidos critérios avaliativos segundo os quais os candidatos serão selecionados. Os demais estudantes são submetidos a essa peneira, quando se simula quais atletas seriam contratados pela comissão técnica fictícia. Após a vivência, forma-se uma roda de conversa, a fim de se problematizar esse sistema de seleção.

A essa discussão, segue-se outra, instigando os estudantes a pensar sobre como é a carreira profissional de um jogador de futebol. Apresenta-se, então, um texto no qual o pesquisador Arlei Sander Damo mostra que a profissão de futebolista, embora glamourizada pela mídia, apresenta uma série de complicações. Ele cita o fato de, no geral, a carreira ser curta e ter um auge precoce, a dificuldade de, em caso de insucesso, o atleta mudar de profissão e se recolocar no mercado de trabalho, além das discrepâncias salariais. Junto desse primeiro texto, o boxe **Fala aí!** propõe aos estudantes que avaliem a situação de jovens com idades similares às suas que assumem o futebol como projeto de vida, enfrentando todas as adversidades relatadas no texto. Talvez alguém da própria turma já esteja envolvido na busca por uma carreira profissional no esporte e possa contribuir com sua experiência para a discussão.

No texto 2, as autoras Mariana Zuaneti Martins, Gabriela Borel Delarmelina e Letícia Carvalho de Souza discutem a forma como essa precarização da carreira de atleta adquire contornos ainda mais dramáticos no caso das mulheres. Logo após o texto, no boxe **Investigue**, propõe-se uma pesquisa em grupos compostos de meninos e meninas, buscando investigar casos de assédio sofridos por mulheres atletas. Avançando um pouco mais, no boxe **Bate-papo de respeito** traz-se a fala de uma futebolista profissional, Rita de Cássia Bove, revelando que em sua carreira houve muitos percalços, mas também conquistas e a satisfação de poder viver do esporte, fazendo o que ama.

O capítulo encerra-se com a sugestão de um filme nacional (*Linha de passe*), cuja história está centrada na vida de um jovem que deseja ser jogador de futebol e tem de enfrentar o drama das peneiras. Cabe ainda ressaltar que o capítulo articula o Tema Contemporâneo Transversal Economia – Trabalho com projetos de vida de jovens.

Capítulo 7 Não é briga! É MMA!

O objetivo deste capítulo é que os estudantes conheçam o MMA, analisem as polêmicas discutidas pela mídia em torno dessa prática e se posicionem diante delas.

O percurso didático inicia-se com um primeiro momento de leitura, com a apresentação de um texto que trata de alguns aspectos históricos ligados ao MMA e a mudança de regras sofrida pela modalidade até chegar às que são reconhecidas atualmente. Na exploração do texto, sugere-se contar com a contribuição do professor de Língua Portuguesa para desenvolver a atividade de modo interdisciplinar.

Em seguida, para que você, professor, identifique quais conhecimentos prévios os estudantes têm sobre esse esporte, no boxe **Fala aí!** pergunta-se a eles se já assistiram a uma luta de MMA e se a consideram violenta. A discussão sobre esse aspecto não se encerra nesse momento, pois será retomada adiante para a consolidação das reflexões.

Avança-se, então, para um segundo momento de leitura, no qual é apresentado um texto que aborda o modo como a mídia espetacularia os eventos de MMA, superexplorando os lutadores. O texto também trata da participação feminina nesse universo, principalmente nos campeonatos de UFC, nos quais as

mulheres passaram a competir tardiamente e, para se manterem competindo, precisam sustentar uma imagem ambivalente, de brutalidade e erotização.

Em um boxe **Investigue**, os estudantes são convidados a pesquisar quais são as ações realizadas para que o MMA se mantenha em alta na atualidade. Na atividade, eles poderão perceber que esse esporte se tornou um produto midiático, o que abre oportunidade para o trabalho com o Tema Contemporâneo Transversal Educação para o Consumo.

Finalizada a parte de discussão dos textos, vem a seção **Bora pra quadra?**, cujo propósito é levar os estudantes a compreenderem as características e a lógica interna das lutas, especificamente do MMA, mostrando-lhes a classificação dessas lutas com base nas distâncias (curta, média, longa e mista) e as ações motoras empregadas pelos competidores. Assim, será proposto aos estudantes que desenvolvam alguns jogos, nos quais movimentos característicos de cada uma das classificações de distância serão praticados. Encerrando essa parte de vivência, faz-se uma roda de conversa para que os estudantes debatam questões sobre a experimentação que tiveram. Além do relato sobre as dificuldades e as facilidades ao praticar os movimentos e da compreensão do MMA como uma luta de distância mista, é necessário incentivar os estudantes a refletirem a respeito dos possíveis ensinamentos que as lutas promovem, se são violentas, em quais valores se pautam, se há preconceitos e estereótipos relacionados a elas.

Como um recado final, chama-se a atenção dos estudantes para a importância de desenvolverem um olhar crítico, contextualizado, em relação ao que a mídia veicula sobre as práticas corporais e de vivenciarem tais práticas, a fim de superarem preconceitos e estereótipos.

Bora pra quadra?

Lutas de média distância

Para a atividade **a**, providencie previamente alguns prendedores de roupa. É importante que os estudantes escolham a mesma posição onde colocar os prendedores (dois nas mangas da camiseta, três espalhados pelas costas; outras posições dos prendedores podem ser combinadas), favorecendo a equidade no combate.

Para a atividade **b**, providencie previamente fitas coloridas de mais ou menos 40 centímetros cada uma.

Para a atividade **c**, é preciso montar uma estrutura prévia: envolva três ou mais bolas com um saco plástico e amarre-as com corda (veja a imagem nas orientações para a atividade); pendure-as pelo espaço e organize os estudantes em filas, de acordo com o número de bolas. Ajuste a altura das bolas de modo que fiquem próximas aos braços e aos ombros dos estudantes para o treino do soco, deixando-as mais baixas para os chutes, pois os estudantes podem não estar acostumados com tais movimentos. Divida as ações em dois momentos, a fim de que os estudantes explorem os chutes e socos separadamente. Reforce a importância do treino na esquiva, esperando o rebote da bola.

Para a atividade **d**, providencie previamente algumas bolas.

Capítulo 8 Identidades plurais no esporte

A proposta deste capítulo é relacionar a questão dos processos identitários com a vivência do esporte e, sobretudo, do futebol, ou seja, com a maneira como o esporte/futebol atravessa a vida dos estudantes.

O percurso didático inicia-se com a **Leitura 1**, *Minorias no esporte?*, texto do antropólogo Wagner Xavier de Camargo no qual ele aborda os riscos da reprodução acrítica de uma normatividade que institui quais corpos são autorizados a praticar esporte e quais são impedidos e tratados como "minorias no esporte". O texto propõe a desestabilização dessas supostas certezas ou verdades naturalizadas por meio do reconhecimento do direito à prática do esporte aos corpos não correspondentes ao modelo de corpo considerado "padrão legítimo" esportivo.

Na sequência do estudo do texto da **Leitura 1**, sugere-se, no boxe **Biblioteca cultural**, que os estudantes assistam a um vídeo que poderá contribuir para a discussão proposta pelo texto de Wagner Xavier de Camargo sobre a normatividade instituída em relação ao modelo esportivo. No vídeo, se evidencia a associação estereotipada entre o esporte e a figura masculina que se faz quase automaticamente.

Mais adiante, no boxe **Bate-papo de respeito**, recupera-se um evento ocorrido em janeiro de 2020, quando o time do Bahia divulgou uma campanha do uso da camisa 24 com o objetivo de combater a homofobia. A retomada desse evento é feita para que os estudantes possam conversar sobre como a construção do processo identitário sofre influência de posicionamentos de outras pessoas e/ou instituições.

Depois, no **Bora pra quadra?**, propõe-se a realização de um jogo chamado "futebol generificado", no qual, a princípio, os jogadores deveriam assumir suas posições de acordo com a maneira como mulheres e homens assumem suas funções na sociedade. A proposta do capítulo, no entanto, é inverter essa lógica, sugerindo que os meninos assumam no jogo um papel de inferioridade em relação ao das

meninas, a fim de se sensibilizarem para o fato de a mulher ser, muitas vezes, relegada a segundo plano na sociedade. Finalizado o jogo, propõe-se aos estudantes que conversem em roda sobre como se sentiram durante a vivência e discutam o que aprenderam com ela.

Após a discussão, os estudantes serão provocados a pensar a respeito de uma ideia bastante difundida na sociedade brasileira: a de que "futebol é coisa de homem". O boxe **Fala aí!** mostra uma charge publicada na revista estadunidense *The New Yorker* que chama a atenção para o fato de a lógica dessa ideia ser inversa nos EUA. Assim, espera-se que os estudantes compreendam que a frase mencionada é fruto de uma construção cultural, e não reflexo de que, biologicamente, homens têm mais aptidão para esse esporte do que as mulheres.

Na sequência, na **Leitura 2**, é apresentado um texto que aborda questões de gênero relacionadas ao universo do futebol. A leitura e a análise desse texto servem para os estudantes pensarem sobre como a desigualdade de gênero no futebol determina a construção da identidade de homens e mulheres, ou seja, enquanto o homem é incentivado a ter uma experiência identitária com tal esporte, a mulher é desincentivada a isso, o que se observa na discrepância de número de praticantes, de salários e até de premiações. Em diálogo com a **Leitura 2**, o boxe **Investigue** propõe uma pesquisa sobre a situação atual em relação às desigualdades de gênero nos salários e nas premiações de mulheres atletas, estabelecendo comparações com os dados apresentados no texto, que são do ano de 2016. Permite-se, assim, uma análise em relação às transformações (ou não) ocorridas a partir desse marco temporal.

Por fim, a seção **Meu corpo, minha identidade** traz como tema "A reconquista da identidade esportiva roubada". Propõe-se a leitura coletiva de dois textos: o primeiro, do educador Paulo Freire, no qual ele discute os processos de humanização e desumanização presentes na sociedade nas relações de opressão e de luta pela liberdade; e o segundo, de um cidadão comum, Ale Antoniazzi, em que ele relata os processos de interdição ao esporte que vivenciou sobretudo na infância e na juventude e a reconquista do esporte já na vida adulta. Para finalizar a seção, propõe-se aos estudantes que elaborem coletivamente uma série de *podcasts* sobre o tema.

Leitura 2

Papo aberto sobre os textos

Na atividade **2b**, cabe estabelecer uma mediação para que todas as opiniões sejam respeitadas. Porém, faça a ressalva de que a lógica de mercado precisa ser problematizada com fatores ligados ao machismo no campo esportivo, que naturaliza as desigualdades de gênero, colocando o esporte como uma reserva masculina.

Na atividade **4**, relacione os sentidos pessoais que cada estudante expressar com os conhecimentos abordados no decorrer do capítulo, possibilitando, assim, a construção de uma experiência genuína sobre as desigualdades de gênero no esporte e sobre como essa desigualdade impacta as diferentes formas como homens e mulheres constroem suas identidades. Aborde também, durante a discussão, o círculo vicioso que se cria ao invisibilizar as mulheres no esporte, na medida em que essa ausência reforça a percepção das pessoas de que o esporte é uma instituição de homens e para homens. É importante que notem que esse tipo de percepção é acionado para fixar identidades, buscando negar a possibilidade de mulheres construírem vínculos identitários com o futebol, por exemplo.

Capítulo 9 A informação que gera aventura

Este capítulo tem o objetivo de ampliar os conhecimentos dos estudantes, por meio tanto da pesquisa quanto da experimentação corporal, sobre duas modalidades de práticas corporais de aventura: o *trekking* e o *plogging*. Além disso, objetiva discutir as implicações dessas práticas no cuidado e na interação com o meio ambiente, contribuindo para o desenvolvimento do Tema Contemporâneo Transversal Educação Ambiental.

Em um primeiro momento de leitura, apresenta-se um texto que versa sobre procedimentos para selecionar e checar informações veiculadas pela internet. Os estudantes são estimulados a refletir sobre diferentes pontos para conferir a confiabilidade dessas informações.

No boxe **Investigue**, indica-se aos estudantes que conheçam e aprendam a trabalhar com o modo de pesquisa avançada nos diferentes buscadores da internet, oportunidade para desenvolver um trabalho interdisciplinar com o professor de Informática, caso haja um na escola, colaborando com as pesquisas que eles devem fazer na seção seguinte, **E se a gente...**. Para fechar essa discussão que contempla o Tema Contemporâneo Transversal Ciência e Tecnologia, eles são convidados, por meio do boxe **Fala aí!**, a dialogar sobre as *fake news* em seu cotidiano.

Propõe-se, então, na seção **E se a gente...**, uma atividade de elaboração textual que consiste na construção de um guia para novatos no *trekking*. Os estudantes precisam se organizar em grupos para desen-

volvê-la em etapas. Antes da elaboração, no entanto, devem refletir sobre quais informações o guia deve ter e quais fontes de pesquisa poderiam utilizar. Na sequência, fazem o planejamento da pesquisa e do guia, definindo, conforme optarem pela publicação em meio físico ou digital, número de páginas, disposição das informações nas páginas, necessidade de imagens. A etapa seguinte compreende o trabalho de pesquisa e de escrita, bem como a montagem de uma primeira versão do guia. Finalizados os trabalhos, chega-se à etapa de avaliação, que deve ser feita pelos próprios estudantes. Orienta-se que os guias sejam trocados entre os grupos e que os estudantes façam apontamentos sobre: a pertinência das informações selecionadas, avaliando se elas são suficientes para um novato obter conhecimento a respeito da prática do *trekking*; a confiabilidade das fontes pesquisadas e a diversificação do tipo de fonte procurada; a organização textual e a coerência dos dados entre si. Com base nesses apontamentos, os estudantes fazem uma nova versão do guia, buscando corrigir as eventuais falhas apontados pelos colegas e as sugestões feitas. A atividade encerra-se com a apresentação dos guias em aula. Posteriormente, pode-se encontrar um local na escola, ou em meio digital, onde essas produções fiquem disponíveis para consulta.

Em seguida, há mais um momento de leitura, com a apresentação de um artigo científico contendo informações sobre a prática do *trekking* (texto 1) e de um texto jornalístico que traz informações sobre o *plogging* (texto 2). O objetivo, no caso do texto 1, é que os estudantes comparem as informações do texto com as encontradas por eles na atividade anterior e, quanto ao texto 2, o objetivo é que conheçam a origem, os benefícios e o impacto sobre o meio ambiente do *plogging*.

No boxe **Investigue**, que segue o estudo dos textos, os estudantes são convidados a ampliar os conhecimentos sobre o *plogging* a partir de itens indicados e outras curiosidades levantadas.

No **Bora pra quadra?**, chega-se ao momento de vivenciar as práticas corporais estudadas no decorrer do capítulo. Os estudantes e o professor escolhem os locais que lhes pareçam adequados para o desenvolvimento de uma caminhada tranquila, mas, ao mesmo tempo, desafiadora. Há duas possibilidades de encaminhamento para essa atividade. A primeira refere-se à realização da caminhada em ambiente externo, podendo ser na modalidade do *trekking* ou do *plogging*, o que requer cuidados como: uso de roupas confortáveis, orientação sobre o que é necessário levar, cuidados durante ou após a coleta de lixo e supervisão de um guia que conheça bem a trilha a ser feita. A segunda refere-se à realização da atividade dentro da escola. Finalizada a vivência, faz-se uma roda para que os estudantes conversem sobre as experiências que tiveram ao praticar o *trekking* e/ou o *plogging*, sobre a contribuição das pesquisas para as vivências e sobre as implicações dessas práticas no meio ambiente.

E se a gente… construísse um guia para novatos no *trekking*?

Neste momento, os estudantes são convidados a colocar em ação as indicações apresentadas na **Leitura 1**. Espera-se que, durante a construção do guia, eles pesquisem, compreendam e analisem as informações sobre o *trekking* e entrem em contato de forma mais crítica e responsável com as tecnologias digitais de informação e comunicação, avaliando, caso a caso, a confiabilidade e a qualidade das fontes. Dê tempo suficiente para que escolham o maior número possível de fontes, variando os tipos e os suportes. Se possível, convide um praticante de *trekking* para dar uma palestra sobre a modalidade e ajudar na vivência proposta no **Bora pra quadra?**. Trabalha-se a habilidade EM13LGG402 na elaboração do guia.

Bora pra quadra?

Indica-se que o *plogging* seja realizado fora da escola devido a suas características, em um espaço em que seja possível o controle dos estudantes durante a vivência. Pode ser realizado até mesmo em volta da escola, se for seguro. Você pode entrar em contato com grupos de *plogging* da sua cidade, se houver, para os estudantes vivenciarem a prática de modo mais próximo ao real. Como o *plogging* é uma prática com menor duração, todo o preparo pode ser feito na escola ou em um ponto específico dentro do percurso escolhido.

Para a prática do *trekking* dentro da escola, auxilie os estudantes na escolha dos sete pontos de controle. Desenhe na lousa o mapa para que o copiem – ou, se for possível, imprima-o. É importante que os estudantes comprovem que passaram pelos pontos; para isso, você pode utilizar diversas estratégias, como: tinta para marcar, objetos para juntar, entre outras. Outra opção para a prova ficar mais desafiadora e interessante: não marque os pontos de controle no mapa e insira, em fichas coloridas, enigmas para que os grupos desvendem e descubram o ponto seguinte. Essas fichas podem ter as mesmas cores dos grupos, a fim de que cada um pegue aquela correspondente a sua cor.

Para um trabalho interdisciplinar, você pode convidar professores de algumas áreas, por exemplo: de Geografia, para tratar o bioma e a vegetação do local em que realizarão as práticas ou para auxiliar os estudantes na construção de mapas com pontos cardeais e uso de bússolas ou GPS; de Biologia, para abordar as questões climáticas e as adaptações da vegetação, bem como a decomposição da matéria orgânica e da inorgânica deixadas no percurso; de Matemática, para calcular o tempo para a realização do percurso e a velocidade; de História, para abordar os aspectos históricos do local e os impactos do uso desse espaço para a comunidade local.

Roda de conversa

Estimule os estudantes a tecer relações entre a vivência prática e os momentos de pesquisa e construção do guia, perguntando se a aquisição de conhecimentos prévios tornou as práticas mais prazerosas ou menos e se as percepções foram diferentes. Dê espaço para que falem sobre suas sensações e as percepções individuais das práticas, valorizando o trabalho colaborativo e a empatia. Converse com os estudantes sobre os benefícios das práticas para si próprios e para o meio ambiente, principalmente sobre os cuidados na preparação de tais práticas, com o uso de indumentária e equipamentos adequados, para aproveitá-las bem e não ter desconforto e evitar acidentes, bem como sobre o cuidado com o meio ambiente, planejando a coleta de lixo e seu descarte e atentando para a preservação ambiental do percurso.

Capítulo 10 Danças urbanas: rabisca no passinho

O objetivo deste capítulo é tratar as danças urbanas, em especial as manifestações que emergem do contexto das cidades, nas zonas periféricas. Assim, promove-se inicialmente a construção desse conceito em conjunto com os estudantes, aproveitando suas experiências pessoais, para, em um segundo momento, apresentar o passinho carioca como manifestação principal. Nesse momento, sinalize o quanto as danças urbanas atuam como uma prática de resistência, já que, algumas vezes, constituem uma das principais possibilidades de arte e cultura nas áreas mais afastadas da cidade.

Na **Leitura 1**, apresenta-se um pouco da origem do passinho e suas características, para que os estudantes entendam o processo de reconhecimento da modalidade como patrimônio imaterial.

No boxe **Investigue**, destacando-se a importância da apresentação dessa dança urbana na abertura dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro em 2016, solicita-se aos estudantes que pesquisem vídeos desta apresentação e identifiquem como foi este momento histórico.

Avançando para a seção **Bora pra quadra?**, chega-se ao momento de experimentar o passinho. De imediato, os estudantes devem produzir uma *playlist* com músicas que possam ser experimentadas na escola e que também carreguem uma identificação pessoal, ampliando os significados das vivências. A etapa 3 da atividade da seção indica alguns movimentos do passinho, como o sabará, o rabiscado, a cruzada para a frente e o frevo, além de variações que estimulam a criatividade nos estudantes. Durante essas experiências, no boxe **Fala aí!**, eles farão um diálogo a fim de associar alguns movimentos com outras propostas de dança indicadas no volume. Para finalizar a fase de vivências, eles organizarão uma batalha de passinho e registrarão as coreografias por meio de videoclipes. Para tanto, são apresentadas algumas etapas de planejamento e organização para serem seguidas. Na **Roda de conversa** serão retomadas as experiências propostas, destacando as características do passinho e o processo de evolução dos estudantes no decorrer das atividades.

No boxe **Investigue**, são propostas pesquisas sobre o passinho ou outra dança urbana na comunidade em torno da escola, a fim de identificar centros culturais, projetos e/ou espaços que ofereçam algum contato com a modalidade. É uma oportunidade para aproximar os saberes tematizados na escola da realidade cotidiana dos estudantes.

Na seção **E se a gente... fizesse um *post*-protesto?**, os estudantes são apresentados a dois textos de apoio, uma reportagem e um artigo científico, os quais tratam do potencial cultural das danças urbanas e do preconceito e discriminação que elas ainda enfrentam. Assim, a atividade propõe a produção de um *post*-protesto, indicando a utilização das redes sociais como ferramenta de atuação na vida pública.

Para fechar o percurso formativo, propõe-se, no boxe **Trabalho e juventudes**, uma reflexão sobre o *breaking* como nova modalidade nos Jogos Olímpicos. Os estudantes são convidados a pesquisar um pouco mais sobre a carreira dos atletas dessa modalidade, incluindo aspectos sobre a rotina de treinamento, aposentadoria, entre outros.

No boxe **Recado final**, reforça-se o papel histórico-social das danças urbanas e suas diferentes dimensões culturais. O objetivo é que, por meio das práticas, das leituras e das reflexões feitas no decorrer do capítulo, os estudantes consigam valorizá-las como produções corporais que colocam a juventude como protagonista. Deve-se ainda ressaltar que os conhecimentos produzidos e transformados pelas comunidades periféricas ainda sofrem com preconceitos que precisam ser superados e, nesse sentido, destacar o papel da escola na construção de um pensamento crítico e atuante.

Educação midiática: Superexposição na internet

A seção **Educação midiática** tem como objetivo propor reflexões e atividades que contribuam para o uso crítico, responsável e informado dos meios digitais.

Será abordado o tema superexposição na internet, com foco nas redes sociais. Os estudantes serão convidados a refletir sobre os riscos dessa atitude; analisar suas próprias práticas na internet, buscando

identificar se estão se expondo excessivamente; e, por fim, organizar e realizar encenação sobre o tema com o objetivo de conscientizar outros colegas da escola sobre os riscos da superexposição.

Para se preparar para o trabalho com a seção, os recursos apresentados a seguir podem colaborar para o desenvolvimento das atividades.

- Na página da Sociedade Brasileira de Pediatria, estão disponíveis materiais, como guias e manuais, que tratam de saúde na era digital, com dados, conceitos e medidas de promoção do cuidado de adolescentes.
- Há muitas entidades voltadas à defesa dos direitos humanos na internet. SaferNet Brasil é uma delas. Em seu *site*, pode-se encontrar conteúdo com temas relacionados à privacidade e segurança, como o texto "Qual a fronteira entre a exposição e a superexposição?".
- Consulte também este breve artigo sobre técnicas de engenharia social aplicadas na internet: FERREIRA, Marvin. A Engenharia Social e os crimes cibernéticos. *In*: CENTRO DE ESTUDOS SOCIEDADE E TECNOLOGIA. Universidade de São Paulo. **Boletim**, v. 1, n. 5, mar. 2016.

Em momento oportuno, você também pode ler e discutir com a turma a matéria "Exposição excessiva nas redes sociais tem prejudicado atletas", divulgada no *Jornal da USP*, disponível no *site* da publicação.

Na atividade de produção de encenação sobre o tema da seção, auxilie os estudantes em cada etapa do trabalho, incentivando o protagonismo deles. Oriente as pesquisas de notícias que poderão embasar as situações dramatizadas, sugerindo o uso de palavras-chave como "*stalking*", "atleta" ou "assédio". Para isso, o momento da busca de referências cênico-visuais é fundamental, estimulando as práticas de pesquisa e a autonomia da turma. Ajude-os a planejar a encenação tendo em vista os objetivos propostos e o público-alvo. Elementos como sonorização, cenário e figurinos podem ser elaborados com os recursos disponíveis, contando principalmente com a criatividade da turma. Para fornecer referências aos estudantes, pode-se pesquisar previamente encenações de interesse. Há grupos que trabalham especificamente com teatro jovem, com produções disponíveis na internet. Além disso, há diversas plataformas e *sites* que servem como repositório de referências visuais para inspirar e encontrar artistas novos e consagrados.

A proposta de que o público participe escolhendo qual a melhor forma de reagir contra o assédio do agressor é inspirada nas práticas do Teatro do Oprimido, método teatral desenvolvido pelo dramaturgo Augusto Boal (1931-2009), que, lançando mão de uma forma participativa de teatro, convida os espectadores a interferirem na ação dramática. Isso os retira de uma posição passiva e mostra que eles são capazes de transformar as realidades apresentadas tanto na cena quanto na sociedade. Se julgar pertinente, mostre aos estudantes exemplos de encenações concebidas segundo essa metodologia, disponíveis em plataformas de vídeo.

Acompanhe os ensaios fazendo as contribuições e ajustes que considerar necessários. Com os estudantes, defina a data e o local da apresentação e faça o convite às turmas que vão assistir à encenação. Comunique também a direção da escola, solicitando autorização para divulgar o vídeo da encenação, se for o caso.

UNIDADE 3 CORPO QUE PERFORMA E SE CUIDA

Confira as orientações para os capítulos 11 a 15, da Unidade 3.

Capítulo 11 Tem esporte na minha comunidade?

O objetivo deste capítulo é apresentar aos estudantes um modelo de classificação do esporte e como são estruturadas as políticas públicas para o esporte. Tendo esses conhecimentos, espera-se que consigam identificar, em sua comunidade, manifestações esportivas e inteirar-se das políticas públicas relacionadas a elas.

Na **Leitura 1**, propõe-se o texto da BNCC que apresenta o conceito de esporte e os conteúdos da Educação Física a serem trabalhados com os estudantes, com base em um modelo de classificação que divide a atividade esportiva em sete categorias, de acordo com sua lógica interna: entre os esportes de interação, há os de rede/quadra dividida ou parede de rebote, os de campo e taco, os de invasão e os de combate; entre os esportes sem interação, há os de marca, os de precisão e os técnico-combinatórios. Ainda objetivando a apropriação desse modelo de classificação, o boxe **Investigue** propõe a categorização das modalidades olímpicas dos Jogos de Paris 2024 e a construção de um quadro a partir da classificação da BNCC.

Apresentada essa classificação, a seção **Bora pra quadra?** propõe a organização de um festival esportivo. Os estudantes serão orientados a desenvolvê-la em dois momentos. Primeiramente, seguindo as sugestões apresentadas no capítulo, você, professor, solicitará aos estudantes uma simulação da prática de um esporte correspondente a cada uma das sete categorias apresentadas, e, em seguida, os estudantes, em grupos, elaborarão atividades para cada uma dessas sete categorias. Adiante, no boxe **Fala aí!**, os estudantes são provocados a refletir sobre outras possibilidades de classificação das modalidades esportivas.

Na **Leitura 2**, passa-se à abordagem de políticas públicas relacionadas ao esporte, quando a ideia de políticas públicas de financiamento de esporte e de lazer será analisada. Os estudantes conhecerão a legislação que regulamenta o esporte no Brasil, a chamada Lei Pelé, de 1998, considerada por muito tempo como a lei de diretrizes e base do esporte nacional. Essa lei estrutura o esporte em quatro tipos: educacional, de participação, de rendimento e de formação. Em junho de 2023, o então presidente da República Luiz Inácio Lula da Silva sancionou a Lei Geral do Esporte, que se destina a cumprir esse mesmo papel. À época, o presidente optou por não revogar a Lei Pelé, que, portanto, continuou vigorando paralelamente à Lei Geral do Esporte.

Fechando o percurso didático planejado, os estudantes, organizados em grupos, farão uma atividade investigativa de diagnóstico, intitulada "Esporte na comunidade". Trata-se de um mapeamento das políticas públicas de promoção do esporte na comunidade, com base em determinadas ações: planejamento estratégico e levantamento, sistematização e compartilhamento de dados.

Leitura 1

Por dentro do texto

Alguns exemplos que podem ser citados na questão **2b** são: os esportes nas aulas de Educação Física e nas escolas de iniciação esportiva, relacionados à educação; o esporte praticado com os amigos no tempo livre para se divertir, relacionado ao lazer; e o esporte praticado regularmente para a manutenção do condicionamento físico, relacionado à saúde. Na mediação dessa questão é importante auxiliar os estudantes na delimitação entre os esportes e outras práticas corporais, pois não é incomum que haja incompreensões: por exemplo, indicar práticas como ginástica de condicionamento físico como esporte com o sentido de saúde ou jogos da cultura popular como esportes com sentido de lazer. Procure retomar o conceito de esporte abordado pelo texto para delimitar o que é e o que não é esporte.

Investigue

Outra possibilidade é já partir dos pictogramas das modalidades esportivas dos Jogos Olímpicos de Paris e deixar a pesquisa apenas para a classificação das modalidades esportivas e a discussão sobre as razões do predomínio de algumas lógicas/categorias.

IRINA GUZOVATAYA/ALAMY/FOTOARENA



Pictogramas das modalidades esportivas dos Jogos Olímpicos de Paris 2024.

Bora pra quadra?

Parte 1

Esta atividade visa proporcionar aos estudantes a oportunidade de conhecer e, na medida do possível, vivenciar atividades que se enquadrem nas categorias de classificação dos esportes estudadas. A proposta não é reproduzir na escola as modalidades esportivas com base no modelo de alto rendimento, mas sim oferecer aos estudantes atividades inspiradas nas modalidades esportivas com base na lógica interna de cada uma das categorias. Avalie se é mais adequado para o contexto de suas aulas que a turma vivencie, em vez dessas atividades, outras que prefira propor capazes de atender à lógica interna de cada categoria; ou, mesmo, se a melhor opção seria apenas analisar as atividades aqui propostas e prosseguir para a segunda parte do festival.

Esportes sem interação entre os adversários

Esporte de marca: revezamento de marcha atlética

Antes do início, peça aos estudantes que explorem o percurso, tentando encontrar movimentos de marcha mais eficazes. Lembre-os da proibição de correr e sugira que, dentro das equipes, os participantes se observem marchando e forneçam *feedback* uns aos outros. Quanto ao percurso, sugerimos o contorno da quadra de vôlei. Caso faça essa opção, uma dica é solicitar às equipes que ordenem a sequência dos participantes e posicionem, no ponto de partida escolhido, os estudantes que vão abrir o revezamento. Após a largada, os próximos estudantes da fila de cada equipe entram nesse ponto da largada, e assim sucessivamente. Cada participante só pode iniciar sua marcha quando o companheiro anterior tocar na sua mão ou lhe entregar algum objeto que simule o bastão de revezamento.

Esporte de precisão: minigolfe

A experiência do minigolfe também pode ser feita por meio de arremessos, caso não seja possível confeccionar os tacos. Os tacos podem ser confeccionados com cabos de vassoura com pedaços de papelão fixados (com fita adesiva) em uma das extremidades, ou com uma lâmina de madeira pregada; outra opção acessível é confeccioná-los com tubos de PVC com cotovelos de mesmo material fixados em uma extremidade. Se possível, disponibilize um taco por grupo, que será revezado entre os integrantes. A bola pode ser de tênis, de papel ou substituída por uma de qualquer outro esporte. Caso tenha disponibilidade de tempo, a atividade pode ser ampliada para que os grupos percorram outros buracos e se contabilize a pontuação de todos os participantes, criando um *ranking* geral.

Esporte técnico-combinatório: nado artístico a seco

Para estimular a vivência, exiba para a turma alguma apresentação de nado artístico (antigo nado sincronizado), disponível em plataforma de vídeo, e uma apresentação escolar similar à que eles terão de realizar. Sugestões: https://www.youtube.com/watch?v=1E2V_6xHdX0 e https://www.youtube.com/watch?v=gOy6z4zG19k&t=209s (acessos em: 28 maio 2024).

Esportes com interação entre os adversários

***Esporte de invasão*: miniultimate frisbee**

Se possível, use *frisbees* ou materiais adaptados, como pratinhos descartáveis de papelão, tampas plásticas circulares (de baldes plásticos de tinta, por exemplo) ou qualquer outro objeto que possa planar, minimizando os riscos de machucar os participantes; mesmo assim, é preciso reforçar com a turma os cuidados com a segurança. Você também pode confeccionar ou pedir à turma que confeccione seus próprios *frisbees*. Existem muitos tutoriais para isso disponíveis na internet. Combine palavras-chave, tais como "tutorial", "*frisbee*", "disco", "confecção" e avalie qual melhor atende às suas necessidades. Caso prefira, é possível ainda jogar com bolas em substituição aos *frisbees*. Para a realização de jogos paralelos, tomando como referência uma quadra poliesportiva (pode ser um espaço similar, como um pátio), sugerimos usar as linhas laterais como linhas de fundo para a pontuação, realizando três jogos ao mesmo tempo.

Esporte de combate: sumô

Oriente os estudantes a tomarem cuidado para não se lesionarem, evitando golpes e movimentos bruscos na tentativa de empurrar o adversário.

Esporte de rede/parede ou quadra dividida: vôlei sentado

Procure, sempre que possível, formar equipes mistas com meninos e meninas para problematizar a premissa de que os jogos têm de ser divididos por gênero. Quanto às regras do jogo, não deixe de frisar aos estudantes que eles devem se deslocar sem se levantar. Estimule-os a trocar passes que simulem as ações de recepção, passe e ataque do vôlei. Caso a regra de segurar a bola deixe o jogo muito monótono, inclua, progressivamente, movimentos de rebatida no ataque e, depois, passe e ataque, podendo chegar ao jogo todo de rebatidas.

Esporte de campo e taco: futbeisebol

Uma alternativa para facilitar o chute de estudantes com mais dificuldade para essa ação consiste em alterar a regra retirando-se o lançamento, para que as pessoas façam o chute com a bola parada em um ponto predeterminado. Se possível, realize o jogo mais de uma vez, a fim de que as equipes possam se organizar pensando em estratégias para favorecer tanto a defesa como o ataque, reorganizando a distribuição das pessoas no espaço para defender e a sequência dos chutadores, por exemplo.

Parte 2

O objetivo da segunda parte do festival é proporcionar aos estudantes a oportunidade de planejar e vivenciar atividades que se enquadrem nas categorias de classificação dos esportes estudadas. Assim como nas atividades anteriores, a proposta não é reproduzir na escola as modalidades esportivas a partir do modelo de alto rendimento, mas sim, com base na lógica interna de cada uma das categorias, formular atividades inspiradas nelas. Procure acompanhar o processo de planejamento, oferecendo, caso necessário, suporte aos grupos, sem comprometer, no entanto, a autonomia e a criatividade da turma. Assegure, apenas, que as atividades não se afastem da proposta de representar as respectivas categorias do modelo de classificação dos esportes.

E se a gente… produzisse um diagnóstico?

A proposta desta atividade é colocar em prática as aprendizagens do capítulo, tecendo conexões entre o modelo de classificação, as manifestações previstas na legislação brasileira, as experiências de vivenciar e planejar práticas corporais orientadas pelas categorias de classificação e as reflexões sobre financiamento público para a promoção do esporte. Todas essas articulações são mobilizadas para estabelecer reflexões e ações críticas sobre as relações entre esporte e poder público na realidade local, as quais serão materializadas em um diagnóstico intitulado "Esporte na comunidade". Para a atividade, divida a turma em grupos. De acordo com o contexto a ser analisado, distribua entre os estudantes diferentes recortes de mapeamento para a confecção do diagnóstico. É importante que, a partir dessas análises, eles possam refletir sobre as possibilidades de utilização dos espaços públicos e privados que frequentam para o desenvolvimento de práticas corporais, inclusive as aprendidas na escola, de modo a exercer sua cidadania e seu protagonismo comunitário. Esta atividade permitirá o desenvolvimento das habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG305 e EM13LGG502 da BNCC.

Etapa 1 – Planejamento estratégico

Para estruturar a atividade, é necessário planejar as estratégias de abordagem do tema do diagnóstico. Analise com a turma qual será a realidade a ser investigada, para que, juntos, possam definir a melhor forma de distribuir as tarefas entre os grupos. Nessa etapa, é importante que você faça a mediação entre os conceitos aprendidos e as experiências vivenciadas no decorrer do capítulo e o(s) contexto(s) vivido(s) pela turma. Caso todos estejam inseridos em um mesmo contexto, os grupos serão responsáveis por tarefas que contemplem diferentes dimensões do esporte na comunidade. Caso os estudantes da turma sejam provenientes de realidades distintas, cada grupo analisará o seu próprio contexto e todos vão compor o diagnóstico. Um documento que pode servir como um dos parâmetros para a atividade é o relatório sobre o perfil do praticante e do não praticante de atividade física e esporte no Brasil, disponibilizado pela pesquisa do Diagnóstico Nacional do Esporte. É possível localizar esse diagnóstico no buscador de sua preferência digitando as seguintes palavras-chave: "ministério do esporte" + "pesquisa sobre o esporte".

1. A atividade tem início com a problematização do tema, cuja finalidade é levar os estudantes a considerarem a pluralidade de sensações proporcionadas pela diversidade de lógicas internas das atividades do modelo de classificação e a compreenderem que essas sensações implicam diferentes formas de engajamento às modalidades esportivas que poderiam ser exploradas na formulação de políticas públicas de fomento ao esporte.
2. Mais uma vez, o Diagnóstico Nacional do Esporte pode servir de referência. Algumas sugestões de temas: sistema de financiamento público do esporte no Brasil; mapeamento dos programas, projetos e ações de promoção do esporte desenvolvidos na comunidade; mapeamento das modalidades esportivas (com base no modelo de classificação e nas manifestações sociais) praticadas na comunidade e identificação do tipo de oferta dessas práticas (pública, privada, voluntária etc.); perfil do público beneficiado pelas políticas públicas de promoção do esporte na comunidade (gênero, idade, pessoas com deficiência etc.); opinião da população local, dos gestores e/ou dos agentes políticos (membros dos poderes Executivo e Legislativo) sobre os projetos existentes e os que seriam necessários para a comunidade; equipamentos esportivos públicos disponíveis em uso e equipamentos ociosos.

3. As reuniões podem ser iniciadas em sala de aula e estendidas como atividade extraclasse. Solicite aos grupos que apresente cada um uma síntese de seu plano estratégico antes do início dos trabalhos, a fim de que você e os demais estudantes possam opinar e contribuir com ajustes que possam calibrar as estratégias pensadas para a abordagem de cada tema.

Etapa 2 – Levantamento de dados

Nesta etapa, ofereça o suporte necessário aos estudantes, indicando acervos públicos de documentos, *sites* institucionais, bibliotecas, centros comunitários, pessoas que possam ser consultadas e outras fontes que auxiliem nas produções de cada grupo.

Etapa 3 – Sistematização dos dados

Tanto nesta etapa de sistematização como na de confecção do documento, procure resgatar com a turma o modelo de classificação dos esportes. Dessa forma, os conceitos e as experiências acessados no decorrer do capítulo com base nesse modelo podem balizar tanto o diagnóstico quanto as sinalizações para as possibilidades de formulação de políticas públicas de promoção do esporte na comunidade.

Etapa 4 – Confecção do diagnóstico e Etapa 5 – Divulgação do diagnóstico "Esporte na comunidade"

Para o desenvolvimento das etapas 4 e 5 desta atividade, é interessante mobilizar outras áreas do conhecimento, convidando professores dos componentes curriculares Língua Portuguesa, Geografia e Sociologia para contribuírem na elaboração e na divulgação do diagnóstico.

Capítulo 12 Saúde na juventude: o corpo em movimento

Este capítulo dedica-se ao estudo da ginástica, mais especificamente da ginástica de condicionamento físico, como prática corporal voltada à manutenção da saúde. Esse assunto relaciona-se ainda à experiência de ser jovem, uma vez que nessa fase da vida, de modo geral, há uma tendência a subestimar o fato de o corpo ser finito. Pretende-se, por esse caminho, levar os estudantes a refletirem sobre a importância da prática de exercícios físicos para manter a saúde física e mental.

Na seção **E se a gente... construísse um glossário de modalidades da ginástica?**, apresentamos uma classificação, proposta, inclusive, pela BNCC, que traz as seguintes categorias: as ginásticas competitivas, cujo objetivo é comparar os níveis de habilidades dos atletas; as de demonstração, voltadas à apresentação; as de conscientização corporal, mais introspectivas e voltadas ao trabalho da respiração; e as de condicionamento físico, mais voltadas ao trabalho das capacidades físicas, aspectos relacionados ao cuidado com a saúde. Devido à amplitude de possibilidades indicada por essa classificação, propõe-se aos estudantes a elaboração de um glossário de modalidades de ginástica, com o objetivo de facilitar o entendimento de cada uma delas e de desfazer a visão estereotipada que possam ter sobre elas. O glossário é um gênero textual que reúne um conjunto de termos de uma ou mais áreas, com seus significados e definições apresentados de forma descritiva e objetiva, para auxiliar seu usuário na compreensão do conteúdo em que esses termos são empregados. Trata-se, portanto, de um instrumento técnico, que poderá ser utilizado para consulta sempre que os estudantes tiverem dúvida. Você pode, inclusive, propor a construção desse glossário em formato de cartaz e fixar no espaço da aula de Educação Física.

Depois dessa atividade, há um boxe **Investigue**, em que se sugere aos estudantes que busquem informações sobre o *crossfit* e a ginástica funcional, duas modalidades de condicionamento físico bastante difundidas e praticadas na atualidade.

Mais adiante, apresentamos um boxe informativo que trata do conceito de capacidades físicas, ou capacidades motoras, uma vez que estão intimamente ligadas à ginástica e à saúde. Reforçamos que as capacidades motoras devem estar em constante treinamento para que os estudantes possam levar uma vida ativa e saudável e sentir menores impactos na terceira idade.

Apresenta-se, em seguida, a **Leitura 1**, que propõe uma reflexão mais aprofundada sobre saúde na juventude. Isso é necessário tendo em vista que os jovens, geralmente imediatistas, não consideram importante preocupar-se com a saúde a longo prazo. O objetivo da discussão, nesse momento, é fazê-los perceber que adquirir precocemente hábitos saudáveis ajuda a evitar problemas de saúde à medida que se envelhece; além de levá-los a reconhecer que, apesar de jovens, eles também estão suscetíveis a adoecer física e mentalmente por vários fatores, sobretudo ligados a hábitos ou relações sociais pouco saudáveis. É importante, principalmente na leitura do texto, trazer reflexões sobre a realidade dos estudantes e, em especial, sobre o impacto das redes sociais na compreensão que têm de si mesmos. Faça perguntas e os estimule a pensar no papel que essas mídias têm ocupado nos dias de hoje.

Apresentamos também o conceito de saúde difundido pela OMS, que caracteriza saúde não pela ausência de doença, mas pelo equilíbrio entre aspectos físicos, psicológicos e sociais. Nesse sentido, a saúde é compreendida não como uma condição que se restringe à ação individual de se alimentar bem e se exercitar, mas que pressupõe também o acesso a condições básicas de higiene e qualidade de vida; ou seja, estar saudável, em um sentido amplo, relaciona-se ao conceito de saúde como um direito a ser garantido por órgãos públicos. Apresentado esse conceito ampliado de saúde, pede-se aos estudantes que analisem se o bairro onde moram oferece espaços próprios para a prática de atividades físicas e de lazer, a fim de debaterem sobre o papel dos órgãos públicos na criação de condições para a população manter-se saudável, complementando, por outro aspecto, a pesquisa que fizeram em capítulo anterior.

O capítulo segue para a seção **Bora pra quadra?**, com a proposta de uma atividade dividida em três etapas. Na primeira, para aquecer, os estudantes serão orientados a executar alguns fundamentos ginásticos (salto, rolamento, estrela etc.), a fim de observar quais capacidades motoras são mais exigidas em cada tipo de execução. Na segunda, eles experimentam fazer alguns exercícios aeróbicos, voltados para o trabalho de condicionamento físico. Na terceira, serão desafiados a executar os mesmos exercícios aeróbicos com carga, para avaliarem como o corpo responde a estímulos mais intensos. Depois, faz-se uma roda de conversa sobre a vivência, quando discutem o impacto de treinar com e sem carga e a importância do exercício para se manter saudável. Na sequência, como **Leitura 2**, são apresentados um mapa e um gráfico de barras que mostram a porcentagem de brasileiros acima de 15 anos que praticam esporte ou atividade física por região do país. Os dados são da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (Pnad), de 2015, ano de sua última edição.

Por fim, na seção **Meu corpo minha identidade**, apresenta-se para leitura a notícia de um projeto de lei que obriga as academias a alertar seus frequentadores sobre as consequências nocivas à saúde provocadas pelo uso de esteroides anabolizantes. Depois de discutir o texto, propõe-se aos estudantes que façam uma campanha na escola sobre os riscos que essas substâncias podem gerar para a saúde.

E se a gente construísse um glossário sobre as modalidades de ginástica?

As respostas são sugestões.

Glossário com modalidades da ginástica

Ginásticas competitivas	
Ginástica aeróbica desportiva	É uma modalidade intensa que propõe movimentos e expressões corporais estritamente sincronizados entre os parceiros e a música, exigindo força, resistência, coordenação e flexibilidade. As competições são disputadas nas seguintes categorias: feminina e masculina individual; pares mistos; trios e quintetos.
Ginástica artística	A ginástica artística (GA), anteriormente conhecida como ginástica olímpica, reúne exercícios corporais sistematizados em diferentes provas sobre aparelhos fixos. As provas são divididas em femininas (barras assimétricas, solo, trave de equilíbrio e salto sobre a mesa) e masculinas (cavalo com alças, argolas, solo, barras paralelas, barra fixa e salto sobre a mesa).
Ginástica de trampolim	A ginástica de trampolim, ou trampolim acrobático, é uma modalidade em que os exercícios são executados sobre uma cama elástica. Os atletas são avaliados com base na qualidade técnica das acrobacias, que seguem um código de pontos previamente estabelecido.
Ginástica rítmica	A ginástica rítmica (GR) reúne exercícios corporais sistematizados associados ao trabalho expressivo, rítmico e teatral. Propõe a manipulação de cinco aparelhos na modalidade feminina (bola, fita, corda, arco e maças), que está incluída nos jogos olímpicos. Há também a GR masculina, menos divulgada e conhecida, que utiliza como implementos bastão, dois arcos pequenos, maças e corda. A GR masculina não é reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica; não está, portanto, inserida nas grandes competições.
Ginásticas de condicionamento físico	
Ginástica aeróbica	É uma modalidade que trabalha os principais grupos musculares do corpo por meio de exercícios como polichinelos, saltos, corridas no lugar, agachamentos etc. As aulas duram entre 30 e 45 minutos e, normalmente, são acompanhadas por músicas.
Hidroginástica	Versão da ginástica realizada em meio líquido, contendo exercícios de baixo impacto; muito indicada, por isso, para idosos e gestantes.

Spinning	Prática em bicicleta ergométrica com intensidades variadas, com foco na resistência e na força dos membros inferiores.
Step	É uma modalidade de ginástica que usa uma pequena plataforma ou caixa, o *step*. Os exercícios são desenvolvidos em cima do *step*, de modo que o praticante precisa subir, fazendo algumas evoluções em conjunto com a música. A altura da caixa pode ser ajustada de acordo com as características do praticante.
Ginástica de conscientização corporal	
Ioga	É uma prática de origem indiana que reúne diversas técnicas corporais (posturas ou ássanas), de meditação e de respiração. Entre suas principais características está o trabalho com a flexibilidade e a força, além do enfoque na tranquilidade e no relaxamento.

Bora pra quadra?

Atividade 2 – Ginástica de condicionamento físico: aeróbica

Se preferir, opte por outra ginástica de condicionamento físico ou mesmo outros exercícios: procure elaborar a vivência considerando as características de seus estudantes, o que vai tornar a atividade mais motivadora. Além disso, reforce que nenhum estudante deve ultrapassar seus limites pessoais. É importante entender que nem todos estarão no mesmo nível de treinamento e que não há problema nisso.

O passo de marcação vai ser usado como momento de descanso/recuperação, devendo ser inserido após as sequências mais extenuantes, como a dos agachamentos, por exemplo.

Para organizar as sequências sugerimos a contagem dos pulsos (1 a 8 – frase musical), separando, por exemplo, dois oitos para cada variação de exercício. Caso tenha dificuldade, há muitas sugestões de aulas de ginástica nas plataformas de vídeo que podem ajudar nessa construção.

A vivência não precisa ser muito longa, posto que a ideia é que os estudantes repitam-na duas vezes: a primeira, de forma livre, e a segunda, com a inserção de pequenos pesos (atividade **2**).

Nessa atividade, trabalham-se, principalmente, as habilidades EM13LGG503 e EM13LGG201.

Roda de conversa

Durante a roda de conversa, abra espaço para os estudantes falarem sobre a experiência e relatarem dificuldades e sensações vivenciadas durante os exercícios. Faça a mediação ponderando as individualidades e valorizando o exercício na melhoria do condicionamento físico. Sinalize a importância do treinamento em todas as etapas da vida e enfatize que, quanto antes eles adotarem a prática regular de exercícios, mais potencial vão apresentar, de modo que terão uma vida mais saudável e autônoma. Em especial para a velhice, quando normalmente as pessoas já são mais sedentárias e o potencial das capacidades motoras vai se reduzindo, assumir uma rotina de exercícios desde já será fundamental.

Em relação à segunda questão, auxilie os estudantes na identificação do recrutamento das capacidades motoras, caso tenham dificuldade. Procure também estabelecer um diálogo sobre a influência de questões genéticas, que podem facilitar ou dificultar o rendimento em determinadas capacidades. As diferenças entre gêneros também podem ser discutidas, uma vez que meninas tendem a ter a flexibilidade mais bem desenvolvida, e os meninos, a força (o que não é uma regra, apenas um marcador biológico). Por fim, leve em consideração as experiências anteriores de cada um, ou seja, se o estudante faz ou não exercício físico fora da escola (treinamento prévio). Leve-os a compreender que, apesar de haver uma gama de fatores que interferem nas capacidades motoras, o principal aliado deles sempre serão as experiências e o treino. Quanto mais praticarem, mais facilidade terão em realizar qualquer exercício físico.

Em relação à última questão, oriente os estudantes na percepção de que, ao longo do tempo, o treinamento possibilita às pessoas ganhar condicionamento físico para realizar suas diversas atividades com qualidade. Leve-os a observar que, conforme nosso organismo envelhece, vai perdendo massa muscular, e o potencial das capacidades motoras (força, flexibilidade, equilíbrio, resistência, entre outras) diminui. Assim, espera-se que concluam que o treinamento/exercício é uma das melhores ferramentas para garantir o envelhecimento saudável, de forma que adotar uma rotina ativa é fundamental para se viver com mais qualidade e, portanto, com mais saúde.

Capítulo 13 Saúde é o que interessa?

O objetivo deste capítulo é propor aos estudantes que reflitam sobre a relação entre corpo, saúde e padrões de beleza, tendo como fio condutor a ginástica, mais especificamente a ginástica localizada, como prática corporal. Busca-se enriquecer a discussão apresentando-se dados sociais, históricos, culturais e econômicos associados a essa relação e problematizar alguns efeitos provocados pela imposição social e midiática de certos padrões de beleza. Vincula-se a esse debate, ainda, a questão da finitude da vida, considerando que o cuidado com a saúde muitas vezes é negligenciado pelo jovem.

Propõe-se inicialmente, no boxe **Fala aí**, uma conversa sobre as pressões estéticas que os estudantes já tenham sofrido, eventualmente. Depois, o percurso didático é retomado por meio do boxe **Lembra?**, em que o conceito de ginástica de condicionamento físico é recuperado, associado ao cuidado com a saúde. A proposta é estabelecer uma relação com a ginástica localizada, cuja função é trabalhar grupos musculares específicos, conforme se evidenciará pela execução da série de exercícios proposta na atividade de vivência.

Na quadra, os estudantes serão orientados a executar uma série de ginástica localizada, de modo que todos, na medida do possível, realizem os mesmos exercícios (o foco será em apenas um grupo muscular), com a mesma duração e com o mesmo período de descanso. Cabe a você, professor, mediar a execução dos exercícios, a fim de que a aula seja segura para todos.

Pretende-se, com essa atividade, reproduzir um formato comumente seguido em aulas coletivas de ginástica, pensadas para atender a um grupo de pessoas e que, por isso, desconsideram as condições físicas individuais. A ideia é permitir aos estudantes refletirem sobre os efeitos da padronização nesse contexto e começar a pensar sobre padrões de corpo e de beleza.

Encerrando-se a vivência, faz-se uma **Roda de conversa** para os estudantes contarem como se sentiram durante a prática dos exercícios, se tiveram dificuldade em realizá-los ou não. Nesse momento, eles também devem ser estimulados a pensar sobre a finitude do corpo, que justifica a importância de se ter uma rotina de exercícios físicos para manter a saúde e a longevidade.

No boxe **Biblioteca cultural** sugere-se a animação *Em busca do corpo perfeito*, que tematiza o desejo de uma mulher jovem, com sobrepeso, de ter um corpo magro e esguio. A mulher vai a uma clínica, que lembra a linha de montagem de uma fábrica.

O vídeo sugerido possibilita uma reflexão sobre a padronização do corpo, considerando as expectativas e as pressões sociais, bem como o sofrimento que pode acometer uma pessoa que se sente compelida a atender a um modelo imposto.

Na seção **Leitura**, apresentam-se dois textos, que são partes de matérias jornalísticas: o primeiro aponta as mudanças nos conceitos de padrão de beleza ao longo da história; o segundo tematiza a gordofobia e a tendência a se considerar o corpo gordo como não saudável. Com a proposição desses textos, pretende-se pôr em discussão: o conceito de saúde ampliada, o de padrão de beleza, a pressão estética estimulada pela mídia, a discriminação daqueles que não se encaixam nos padrões, e a relação da gordofobia com a obesidade e a saúde.

Com base nas reflexões construídas no decorrer do capítulo, propõe-se uma atividade final, na seção **Bora pra quadra? - Ginástica localizada em ação**, em que os estudantes, organizados em grupos, escolhem um grupo muscular para o qual deverão criar séries de ginástica localizada, planejadas com base em pesquisas e reuniões com você, professor. Será preciso pensar também de que maneira os exercícios podem atender a pessoas com condicionamento físico e corpos diferentes – por isso, adaptações quanto a intensidade e tipo de movimento precisam ser previstas. Espera-se, com o desenvolvimento da atividade, que os estudantes percebam que a prática de exercícios relaciona-se mais com o fato de o corpo, sendo finito, demandar cuidados para se manter saudável do que com a necessidade de atender a padrões de beleza.

Bora pra quadra? Ginástica localizada

Antes de começar a atividade, apresente a ginástica localizada como uma possibilidade de exercício para a longevidade. O objetivo inicial da vivência é experimentar a ginástica localizada e conhecer algumas de suas possibilidades. Em um segundo momento, promover uma reflexão sobre a padronização dos exercícios, que muitas vezes ocorrem nesse tipo de aula, e, a partir disso, pensar também nos padrões de corpo e beleza.

Avalie as condições da turma e intercale, se necessário, períodos maiores de recuperação ou escolha variações menos extenuantes. Por exemplo, colocar 15 a 20 segundos de descanso após cada série, isto é, os estudantes executam dez abdominais e descansam 15 segundos antes de iniciar a série seguinte. Se considerar pertinente, existem alguns protocolos de testes físicos (teste de Cooper, por exemplo) que podem ajudá-lo a conhecer melhor o nível de aptidão física dos estudantes.

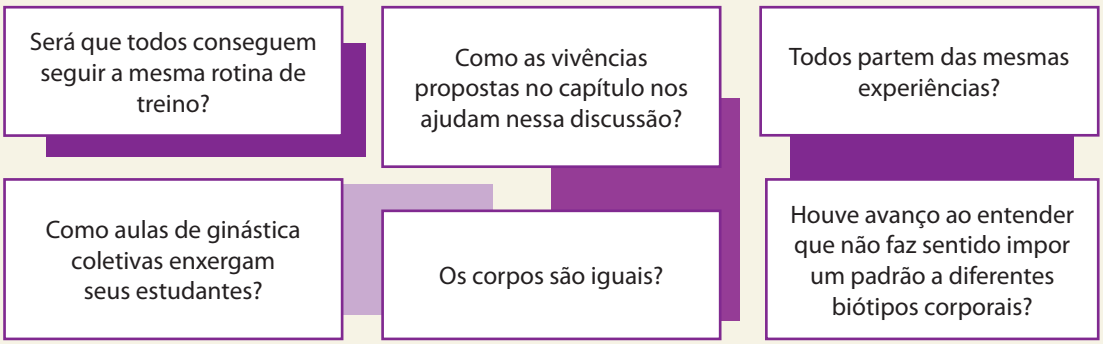
Entretanto, essa análise também pode ser feita com base em uma avaliação contínua e progressiva do desempenho de cada um durante as aulas de Educação Física.

Peça que façam todos a mesma quantidade de repetições e o mesmo período de descanso, posto que refletiremos sobre a padronização do exercício, que não considera as individualidades e as características de cada um. Assim, durante a prática, sem deixar de prestar atenção à segurança dos estudantes, estimule-os a se esforçarem e não desistirem. Escolha uma música para acompanhar os exercícios e, assim, incentivar os estudantes. Nessa atividade, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.

Roda de conversa

Encaminhe uma reflexão sobre a finitude e a importância de alcançar um envelhecimento saudável por meio da prática de exercícios físicos, em especial da ginástica. Pensar a finitude requer uma preocupação com o processo, isto é, proporcionar aos estudantes uma formação crítica que permita planejar como ter uma vida saudável e autônoma. Nesse contexto, a ginástica é pontuada como alternativa de exercício para a saúde.

Espera-se que os estudantes consigam perceber, a partir da vivência, quão problemático pode ser desconsiderar as diferenças que existem entre os corpos durante aulas coletivas. Ajude-os a notar que, em uma mesma aula de ginástica, o exercício pode ser intenso para alguém (que seja mais sedentário) e leve para outros (que sejam mais ativos), o que acontece em razão de muitos fatores, que vão desde diferenças corporais até o nível de condicionamento físico do praticante. Relembre, nesse momento, a discussão sobre capacidades motoras, realizada no capítulo anterior, pontuando que cada pessoa tem um nível de condicionamento físico. É importante que os estudantes percebam que, quando as individualidades não são respeitadas, uma aula de ginástica coletiva pode colocar a saúde em risco, ocasionando dores, insatisfação pessoal por não ter conseguido executar determinado exercício e até mesmo lesões. Para auxiliá-los na discussão, faça perguntas como:



Incentive os estudantes a apresentar soluções a partir de suas experiências individuais. Indique que as adaptações são importantes para que todos possam adequar o exercício ao seu nível de condicionamento. O exercício pode ser feito, por exemplo, em uma intensidade mais leve, a carga/intensidade pode ser diminuída, o número de séries e repetições pode ser readequado, entre outras possibilidades. Para que os estudantes alcancem essa percepção, não se esqueça de assumir a padronização durante a vivência, lembrando-os de que se trata de um exercício prático para que possam comparar com outras experiências de aula.

Caso avalie que os estudantes terão dificuldades em identificar essas questões, organize a aula em dois momentos: no primeiro, indique a padronização; no segundo, realize adaptações, diminua as repetições para aqueles com menor condicionamento, ofereça cargas para os mais treinados, indique períodos maiores/menores de descanso, entre outras possibilidades.

Leitura

Por dentro dos textos

Na atividade **2b**, discuta com os estudantes que a valorização de um único padrão de beleza, mesmo que de forma inconsciente, leva aqueles que não se encaixam nesses parâmetros a pensarem que não são "bonitos", o que gera pressão, principalmente nos jovens. Com isso, a juventude tem ficado ansiosa e deprimida. Além disso, criam-se relações que, regidas pela lógica de exclusão dos padrões de beleza impostos, muitas vezes incidem na prática do *bullying*. A busca pelo corpo perfeito pode estimular comportamentos compulsivos, distúrbios alimentares, além de tristeza, ansiedade e vergonha. É preciso identificar essas influências e cobrar das marcas de produtos que valorizem a diversidade, em vez de criar padrões inatingíveis de beleza.

Bora pra quadra? – Ginástica localizada em ação

Nesta proposta, os estudantes construirão vivências com a ginástica localizada. Antes de iniciar o trabalho, apresente a eles, de acordo com a ilustração, os principais grupos musculares do corpo humano. Caso tenham acesso à internet no celular, eles podem iniciar as pesquisas na quadra; caso contrário, utilize a sala de computadores da escola ou indique que essa etapa seja feita em casa. Procure auxiliá-los a escolher práticas simples e que não exijam tantos materiais. O roteiro de trabalho de cada grupo pode ser feito no caderno, facilitando o planejamento e, consequentemente, a execução. Sugerimos duas possibilidades de organização dos exercícios, mas você pode orientar outras de acordo com sua metodologia de trabalho. É muito importante seu acompanhamento em todas as fases de execução, a fim de evitar que os estudantes selecionem exercícios inadequados ou mesmo não se atentem às questões de recuperação e adaptação de movimentos para contemplar aqueles com menor aptidão física. Indicamos algumas perguntas no texto da atividade para que eles não se esqueçam de pensar sobre isso. Ao final, você pode fazer uma roda de conversa sobre como foi o processo de construção da atividade. Trabalhamos principalmente, nesta atividade, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.

Capítulo 14 É jogo ou esporte? Eis a questão!

A proposta deste capítulo é tratar da sociogênese do esporte e dos tensionamentos e nuances entre os fenômenos **jogo** e **esporte**, ou seja, da origem do processo de desenvolvimento do esporte moderno e de suas similaridades e distinções em relação ao jogo.

Inicialmente, pede-se aos estudantes que, em grupos, criem uma história sobre a origem do esporte. Trata-se de um exercício criativo, lúdico e sem compromisso com a realidade, feito para sensibilizar os estudantes sobre o tema do capítulo.

Em seguida, faz-se um primeiro momento de leitura, com um texto escrito por Eric Dunning. Nesse texto são recuperadas informações sobre práticas corporais realizadas na Antiguidade e durante a Idade Média, com o propósito de discutir a nomenclatura de tais práticas. Destaca-se que não podem ser chamadas de esporte, pois tinham uma função diferente (religiosa ou de preparação para a guerra, por exemplo) daquela possível de reconhecer em práticas consideradas esportivas na modernidade. Assim, os estudantes aprendem que **esporte** é um conceito moderno.

No boxe **Biblioteca cultural**, sugere-se que os estudantes tomem contato, por meio de uma reportagem da TV Brasil, disponível em plataforma de vídeo, com a primeira edição dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, realizada em Palmas, no Tocantins, em 2015. Se achar conveniente, o vídeo poderá ser proposto como uma primeira sensibilização sobre as nuanças entre os conceitos de **jogo** e **esporte**, na medida em que trata de um evento que, de forma alguma, busca emular a experiência esportiva dos Jogos Olímpicos, mas que se estrutura por meio da esportivização de jogos dos povos indígenas de diferentes etnias.

Passa-se, então, para uma atividade de vivência na seção **Bora pra quadra?**, na qual os estudantes, a princípio, participam de um jogo com poucas regras, remetendo às práticas da época pré-moderna. À medida que o jogo se desenrola, outras regras vão sendo inseridas, aproximando-o de um modelo de prática esportiva. O objetivo é fazê-los reconhecer o processo de mudança sofrido pelo esporte no decorrer do tempo e a importância do estabelecimento de regras rígidas para a configuração dessas práticas como esportes.

Faz-se, na sequência, um segundo momento de leitura, focalizado em uma reportagem sobre a primeira edição dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, realizada em 2015. O propósito é discutir com os estudantes os tensionamentos entre uma espécie de esportivização das práticas corporais indígenas e a preservação de aspectos culturais que caracterizam essas práticas como jogos de seus respectivos povos.

Depois, na seção **E se a gente… fizesse uma animação em *whiteboard*?**, os estudantes farão uma atividade de expressão, valendo-se das técnicas possibilitadas por essa linguagem. Organizados nos mesmos grupos da primeira atividade prática, eles farão a animação com o intuito de superar as especulações sobre a origem do esporte e, ao mesmo tempo, estabelecer aproximações e distanciamentos entre os fenômenos **jogo** e **esporte**, utilizando as informações históricas e conceituais a que tiveram acesso no decorrer do capítulo.

E se a gente… reinventasse a história do esporte?

Esta atividade pode ser desenvolvida na sala de aula ou em qualquer outro espaço no qual os estudantes possam ficar à vontade para desenvolver o trabalho em grupo de elaboração de um texto sobre a origem do esporte. Procure dividir a turma em grupos de aproximadamente seis a oito integrantes cada um – esses grupos voltarão a trabalhar juntos na seção **E se a gente… fizesse uma animação em *whiteboard*?**, ao final do capítulo.

A proposta é desenvolver um exercício lúdico e criativo, sem compromisso de fidedignidade com dados históricos. Os estudantes devem ser estimulados a brincar com a história da forma mais criativa possível, estabelecendo apenas o compromisso com algum tipo de racionalidade interna, ou verossimilhança, que torne essa narrativa lógica, mesmo que fictícia. Fique atento para evitar que sejam criadas, nas narrativas, situações de desrespeito aos direitos humanos ou naturalização de preconceitos.

Após o processo criativo, cada grupo fará a apresentação de seu texto para o restante da turma, podendo explorar a criatividade e usar outras linguagens, como a dramatização ou a narração dialogada.

Para encerrar a atividade, organize uma roda de conversa na qual a turma possa avaliar a experiência, expressando suas sensações e opiniões, bem como relatando se identifica alguma relação entre as "histórias" contadas e a origem real dos esportes.

Biblioteca cultural

Se possível, assista ao vídeo com os estudantes ou solicite que o vejam em casa antes de ler o texto da **Leitura 2**: ambos tratam do mesmo evento, qual seja, a primeira edição dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas. Tendo em vista que se trata de um evento realizado em 2015 – o vídeo é de uma reportagem após o evento, e o texto, de uma matéria jornalística escrita previamente –, uma possibilidade é realizar uma pesquisa sobre esse evento e sobre a expectativa frustrada de outras edições desses jogos, que não foram realizadas.

Boxe: jogo e esporte

Ao apresentar os conceitos de **esporte** e de **jogo** para a turma, aproveite para promover uma reflexão sobre a natureza mais rígida e padronizada do esporte, em contraposição à flexibilidade do jogo. Procure aproximar esses conceitos e as leituras com vivências como o **Bora pra quadra?** e o **E se a gente... reinventasse a história do esporte?**. Pontue a rigidez do tripé "competição, regras fixas e institucionalização" como condicionantes das atividades esportivas, em contrapartida à flexibilidade do jogo – que, por sua natureza livre, voluntária e lúdica pode abarcar tantas outras práticas corporais, inclusive o esporte. Isso significa que todo esporte é jogo, mas nem todo jogo é esporte, fato que pode ser atestado pelo modo como nos expressamos ao praticar esporte: "vamos jogar basquete".

Leitura 2

Por dentro do texto

Na atividade **2b**, uma justificativa importante de ser apontada, caso não seja indicada pelos estudantes, é o fato de jogos ou práticas particulares demandarem maior dificuldade de adequação de suas regras de modo a permitir uma competição mais próxima do formato esportivo. Isso exige a universalização de regras, diferentemente de práticas como arco e flecha ou cabo de força, que podem até apresentar distinções nas regras entre os diferentes povos indígenas, mas têm elementos comuns, facilitando a adaptação.

Investigue

Oriente os estudantes para que façam suas pesquisas em *sites* confiáveis como o da organização social indicada na Estratégia. O *site* do ISA traz uma variedade de jogos dos povos indígenas que podem ser usados como referência para a elaboração dos mapas. Nas apresentações dos grupos, avalie com a turma as possibilidades de vivência de um jogo de cada grupo em aula, considerando a viabilidade de reproduzi-los nos espaços e períodos disponíveis na escola, além dos materiais necessários, que podem ser adaptados. Para essa atividade, cabe envolver o professor de Geografia.

Capítulo 15 "Kiaaaai!": o grito das lutas

O objetivo deste capítulo é levar os estudantes a compreender o grito dentro das práticas corporais, mais especificamente no campo das artes marciais, e como forma de expressão artística, propondo-se a criação de uma fotografia com o grito.

Inicialmente, os estudantes são incentivados a verbalizar o que pensam a respeito da função do grito, respondendo se é possível expressar, por meio dele, opiniões, sentimentos e emoções. A partir dessa primeira conversa, são levados a refletir sobre a função do grito nas artes marciais, para, logo em seguida, conhecer uma explicação científica sobre o assunto. Contribuindo para o desenrolar da reflexão apresentada logo no início do percurso, no boxe **Fala aí!**, solicita-se que os estudantes relatem se já assistiram a algum esporte em que os atletas gritam antes, durante e/ou depois da execução de movimentos, e se observaram se quem assiste a esse esporte também se expressa pelo grito. É esperado que levantem hipóteses sobre a razão de os atletas se expressarem por meio do grito.

Na sequência, há a seção **Leitura**, na qual dois textos são oferecidos para discussão. O texto 1 descreve um teste realizado para mostrar a eficiência do grito para um atleta ao quebrar uma pilha de placas de concreto. Em um primeiro momento, o atleta realiza o golpe gritando e, em seguida, sem gritar. O resultado de ambos os movimentos é apresentado como demonstração da eficácia do grito. Esse texto também traz a definição de *kiai*, explicando que se trata do grito desferido pelos atletas que exterioriza a energia do corpo.

O texto 2 dedica-se a esmiuçar a definição de *kiai*, mencionando que, nas artes marciais, significa "espírito unificado ou concentrado" ou "energia em harmonia". Com base nessa descrição, mostra-se que o *kiai*, além de ter essencialmente duas funções, ocorre em duas fases: fase de preparação e fase de impulso.

Depois da análise das informações apresentadas por esses dois textos, outros boxes exploram ainda mais o tema *kiai*. O boxe conceitual oferece o significado de "artes marciais", definindo-as inclusive como uma forma de expressão artística. O boxe **Fala aí!** instiga os estudantes a refletir sobre se o *kiai* pode também ser considerado uma forma de manifestação artística ou se se trata apenas de um gesto técnico. No boxe **Investigue** propõe-se aos estudantes que pesquisem como essa forma de expressão ocorre em diferentes modalidades esportivas e qual é sua função, trate-se do grito ou do *kiai*.

Na seção **Bora pra quadra?**, a proposta é que os estudantes experimentem diferentes jogos de lutas de longa distância. A partir da arte marcial do *kendo*, sem aprofundar as especificidades dessa prática e abordando-a de maneira artística, explora-se a força e a beleza de suas técnicas, usando também o *kiai* para aplicação dos golpes, já que seus praticantes, na maioria das vezes, emitem um grito ao aplicá-los. Apresenta-se a definição de lutas de longa distância e explica-se o que é a prática do *kendo*.

Em seguida, há instruções para a realização da atividade, apresentada em três etapas. Na primeira etapa, os estudantes vão aprender o deslocamento e a guarda; na segunda, vão aprender dois golpes – o *do*, desferido contra o tronco do adversário, e o *kote*, contra o antebraço – que, para serem desenvolvidos, exigem a realização do *kiai*; a terceira etapa compreende o combate em duplas: inicialmente trabalha-se a defesa com escudo, de modo que, enquanto um ataca, o outro se defende. Cada estudante terá 1 minuto para treinar a defesa. Depois usarão as espadas para o combate, que durará em torno de 1 minuto e 30 segundos. Sugere-se adotar uma escala de pontuação para definir o vencedor. Fechando a atividade, faz-se uma roda de conversa, com o objetivo de os estudantes contarem como se sentiram durante a vivência, principalmente ao fazerem o *kiai* na aplicação dos golpes.

Na última seção do capítulo, **E se a gente… gritasse?**, propõe-se mais uma atividade. O objetivo é a expressão de um sentimento ou pensamento por meio de uma fotografia artística relacionada ao grito (*kiai*). A fotografia deve apresentar uma visão mais ampla e não clássica de arte, dando um desdobramento expressivo, estético e político ao *kiai*. Em grupos, eles devem escolher uma situação, um fato, um problema, sobre o qual gostariam de se expressar por meio do grito em uma exposição artística aberta à comunidade escolar. Para ajudá-los no processo de reflexão, no boxe **Fala aí!** propõe-se que analisem o quadro *O grito* e digam o que ele expressa, buscando entender quais elementos da obra levam a essa conclusão. Com isso, espera-se que percebam como uma manifestação artística é passível de diversas interpretações, noção bastante importante para conseguirem desenvolver a proposta desta seção.

Dando sequência a ela, passa-se ao momento de planejamento da produção da fotografia, no qual cada grupo decidirá quem posará, como será a cena, qual será o figurino e a maquiagem. É importante chamar a atenção dos estudantes para a escolha desses elementos, a fim de que a composição reflita o que desejam expressar. Também vale lembrá-los do cuidado que precisam ter ao se expressarem, a fim de evitar a reprodução de discursos de ódio. Depois, com as fotografias e com as legendas prontas, é o momento de avaliação, cabendo ao professor indicar quais ajustes precisam ser feitos (se necessário). Quando todos os trabalhos estiverem prontos, os estudantes escolherão o espaço da escola no qual as fotografias com as respectivas legendas serão expostas e pensarão em como será o acesso da comunidade a essa exposição.

Ao final do evento, faz-se uma roda de conversa com o intuito de os estudantes refletirem sobre algumas questões a respeito da atividade: como se sentiram com a experiência de gritar por meio do registro de uma linguagem corporal; como analisam o processo de transpor o sentido do grito para o texto da legenda; se conseguiram transmitir a mensagem desejada, como se sentiram ao ver os registros dos gritos de outros grupos; se, por meio dessa exposição, passaram a notar novas situações e problemas de seu cotidiano; e se houve assuntos e expressões em comum entre eles. Com essa conversa final, pretende-se que os estudantes consolidem a compreensão do quão significativa a experiência do grito pode ser dentro de uma prática corporal ou fora dela e percebam que, diante de conflitos entre versões sobre um mesmo fato, divergências que fazem parte das relações sociais, o diálogo e o respeito são indispensáveis.

Bora pra quadra? – *Kendo*: uma luta de longa distância

Um dos materiais resistentes utilizados para a confecção de espadas caseiras são canos de PVC. Mesmo sendo materiais rígidos, eles podem ser encapados – com espuma de borracha, por exemplo – para ficarem mais macios. Na internet há vídeos que ensinam a fazer espadas ou *katanas* com esse material (busque por "*katanas* de PVC" + "como fazer").

Etapa 2 – Kiaaaai!

Sugerimos que você procure vídeos com orientações para confeccionar um saco de pancadas com materiais de baixo custo, para utilizar no ensino do *kendo* e de outras artes marciais. Procure em plataformas de vídeo por "saco de pancadas caseiro".

E se a gente… gritasse?

Nesta seção, os estudantes devem ser estimulados a expressar-se em uma criação artística coletiva referente ao *kiai*, dando visibilidade ao seu desdobramento expressivo, estético e político, considerando uma visão mais ampla de arte. Indicamos que essa proposta seja desenvolvida de forma interdisciplinar com o professor de Arte, para reforçar o trabalho estético das expressões corporais como ato artístico e político.

Antes de iniciar, converse com os estudantes sobre o respeito entre eles, principalmente quando são expostas opiniões divergentes. Esta atividade pode ser muito delicada para alguns e motivar conflitos; por isso, é importante que você acompanhe o processo passo a passo e auxilie os estudantes a dialogar, quando necessário.

Os estudantes serão motivados a demonstrar seus sentimentos e emoções e a posicionar-se criticamente diante de algumas situações cotidianas. Eles poderão se expressar considerando o contexto particular em que vivem ou mesmo questões sociais de abrangência mundial.

Com diálogo, esteja aberto a ouvi-los e a sugerir melhorias na expressão que propuserem, sem impor barreiras. É importante, também, fazer um contraponto entre a liberdade de expressão e os discursos de ódio, debatendo preconceitos que possam surgir.

Verifique, com os estudantes, as possibilidades de locais para a exposição em sua escola.

Nessa seção, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG201, EM13LGG302, EM13LGG501, EM13LGG603 e EM13LGG701 da BNCC.

UNIDADE 4 CORPO QUE JOGA E SE POSICIONA

Confira as orientações para os capítulos 16 a 20, da Unidade 4.

Capítulo 16 Por que não praticar o *skate*?

Iniciando o percurso didático, os estudantes são provocados a pensar sobre o sentido da pergunta que dá nome ao capítulo. Com essa provocação, pretende-se fazê-los refletir sobre o preconceito sofrido pelos skatistas em sua história. Indicamos que seja feito um trabalho interdisciplinar com o professor de Língua Inglesa, pois muitos termos no *skate*, inclusive o nome, vêm desse idioma. Esse trabalho poderá tratar do surgimento do *skate* relacionado ao surfe, entre outros aspectos da modalidade.

No boxe **Fala aí!**, os estudantes são levados a refletir se seriam espectadores ou praticantes do *skate*, mesmo antes de se aprofundar no tema.

Na sequência, há duas propostas de vivências, na seção **Bora pra quadra?**. Logo de início, os estudantes são alertados sobre a necessidade de o *skate* ser praticado com segurança e, para isso, alguns cuidados devem ser tomados durante as atividades. Na primeira atividade, eles aprendem como fazer alguns movimentos básicos a serem experimentados em um espaço preparado e apropriado da escola. Realizada a atividade, faz-se uma roda de conversa para que relatem como se sentiram ao andar de *skate* e comecem a debater sobre o porquê de essa prática ser marginalizada socialmente.

Essa parte do capítulo é seguida do boxe **Trabalho e juventudes**, que incentiva os estudantes a pesquisarem a história de Rayssa Leal, skatista que, aos 13 anos, consagrou-se como a mais jovem medalhista olímpica brasileira, e a refletir sobre a possibilidade de a prática do *skate* fazer parte de seu projeto de vida. Para trazer mais conhecimento sobre essa atleta, há a indicação de um *podcast* no boxe **Biblioteca cultural**.

Na segunda atividade, os estudantes são instigados a experimentar o *fingerboard*, que devem construir antes de praticar algumas manobras em uma pista, também elaborada por eles. Depois de uma roda de conversa sobre essa experiência, passa-se para um momento de leitura, em que são apresentados dois textos para análise. O primeiro aborda a evolução sócio-histórica do *skate*, e o segundo apresenta os desdobramentos desse esporte desde seu início até a estreia olímpica em 2021. O boxe complementa a informação do **texto 2** referente ao total de medalhas do Brasil no *skate*, nas Olimpíadas de Tóquio.

Na seção seguinte, propõe-se que façam uma charge, para mostrar o posicionamento do grupo a respeito da questão que conduz as discussões do capítulo ("Por que não praticar o *skate*?"). Como subsídio para a elaboração da charge, além das atividades feitas até esse ponto, orienta-se que pesquisem mais informações sobre a prática do *skate* e decidam sobre a mensagem que querem transmitir. Encerra-se a atividade com a proposta de organizarem a apresentação das charges, que pode acon-

tecer na própria sala de aula ou fora dela, com uma exposição em painéis e/ou a publicação em meio digital. O objetivo dessa apresentação é divulgar e provocar a reflexão sobre a prática do *skate*. Ao final, propõem-se aos estudantes que relatem se houve mudança em seu posicionamento inicial após experimentar, analisar e compreender o *skate*.

Bora pra quadra?

Para a atividade, é importante ter disponível pelo menos um *skate*. Converse com a equipe gestora da escola e verifique se é possível adquirir o material. O *skate* também pode ser obtido mediante doações da comunidade. Quanto maior a quantidade de *skates*, mais rica será a dinâmica, pois o tempo de experiência dos estudantes com o material será maior. Caso não seja possível a aquisição do material nem a escola consiga obtê-lo por doações, converse com os estudantes e verifique se possuem *skate* ou conhecem alguém que possa emprestá-lo. É essencial também que haja pelo menos um *kit* com equipamentos de segurança.

Não sendo possível obter esses itens, sugerimos a leitura do trecho a seguir, que apresenta uma forma alternativa com materiais de segurança adaptados e de baixo custo:

> Torna-se evidente colocar uma regra fundamental: usar equipamentos de segurança. Que sejam de uso coletivo, patrocinados, adaptados ou qualquer outra forma possível. É importante [...] diminuir todas as chances, e não são poucas, de acidentes para o evidente sucesso deste tipo de atividade [*skate*]. Acontecem contusões no futebol, mas, [...] se um mesmo tipo de contusão acontecer sobre rodas, haverá cobranças diferentes por parte dos pais e direção da escola. Um exemplo de adaptação que ocorreu numa das escolas trabalhadas foi a de improvisar cotoveleiras, joelheiras, caneleiras e outros, utilizando papelão. Colocava-se o papelão, formatando-o de acordo com a região do corpo, e prendia-o utilizando barbantes, fitas ou vestia-se uma meia no local para prender o "equipamento de segurança". Algumas crianças ainda desenhavam no papelão o símbolo de uma marca famosa de material esportivo, desejando deixá-lo "oficial".
>
> FRANCO, Laércio Claro Pereira. **Atividades físicas de aventura na escola:** uma proposta pedagógica nas três dimensões do conteúdo. 2008. 134 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2008. p. 88.

Considere, porém, que ter um capacete é fundamental.

Comece organizando a turma em grupos de três estudantes cada, pedindo a eles que, enquanto um estiver sobre o *skate*, os outros o auxiliem. Caso haja algum estudante skatista na turma, inclua-o como seu ajudante na aula, solicitando que respeite os limites dos colegas. Para garantir a segurança dos estudantes, delimite a área de exploração por grupo, fazendo três corredores grandes e largos de acordo com o espaço disponível, e, se houver mais de três *skates* para a aula, coloque os estudantes em espera para que não colidam uns com os outros durante a experimentação. Nessa atividade, trabalharemos, principalmente, as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG502 da BNCC.

E se a gente… fizesse uma charge?

Comente com os estudantes que o *skate* teve origem na Califórnia (Estados Unidos), quando surfistas, em épocas em que não havia ondas, aproveitavam as ladeiras de suas cidades para praticar o surfe em uma prancha com rodas.

Capítulo 17 Descobrindo novas aventuras

No desenvolvimento deste capítulo, os estudantes terão a oportunidade de vivenciar o *slackline*, um desafio para o equilíbrio, e uma forma diferente de saltar e balançar baseada no *rope swing*. Essas PCA são oferecidas de modo que possam ser adaptadas ao ambiente escolar, com a sugestão de execução de movimentos característicos de cada modalidade. Além das atividades de vivência, a proposta é que sejam discutidos assuntos como o controle de riscos das PCA, a importância de se ter segurança para o desenvolvimento delas, os locais em que ocorrem, a importância delas para a saúde, suas relações com o meio ambiente e os sentimentos e emoções experimentados.

Dando início ao percurso didático, os estudantes são instigados a pensar nas sensações advindas das práticas corporais, em específico das PCA. Em um boxe **Fala aí!**, propõe-se que reflitam sobre a possibilidade de haver uma dimensão estética nos movimentos corporais a serem realizados.

Na sequência, propõe-se a seção **Leitura**, composta de dois textos: o primeiro apresenta as PCA e as sensações e sentimentos que propiciam na relação do corpo com o meio ambiente, inclusive na escola; o segundo traz informações sobre as PCA como práticas que promovem saúde e bem-estar, apontando também sua característica de imprevisibilidade e, daí, a importância dos cuidados com a segurança ao praticá-la.

Passa-se, em seguida, para uma atividade de vivência, com a seção **Bora pra quadra?**. Antes da atividade prática, os estudantes são orientados a pesquisar em *sites* de busca *slackline* e *rope swing*, ou pêndulo humano, e salvar três fotografias relacionadas a cada uma dessas práticas. Essas fotografias serão analisadas por eles, que deverão observar os instrumentos usados em cada prática, os equipamentos de segurança necessários, as vestimentas usadas pelos praticantes e o local onde as práticas são realizadas, para compartilhar com a turma.

Paralelamente, no boxe **Fala aí!**, apresenta-se a história de Dan Osman, o pioneiro no *rope swing*, que, quando planejou realizar um salto bastante perigoso para quebrar seu próprio recorde, acabou falecendo, devido à ruptura da corda.

Tanto essa história quanto as informações sobre as características dos esportes de aventura servem para conduzir uma discussão sobre os riscos dessas práticas, convocando os estudantes a se posicionarem sobre a necessidade de gerenciar tais riscos. Conduza os estudantes a ponderar as diversas motivações que levam as pessoas a desafiarem limites. Ao mesmo tempo, é necessário conhecer muito bem os materiais, equipamentos e condições mobilizados pelas PCA. Por um lado, é importante legitimar tais práticas, afastando preconceitos e simplificações; por outro, cabe destacar que os riscos só podem ser devidamente gerenciados se todos os fatores envolvidos forem mapeados e considerados.

Em seguida, mostra-se como o *slackline* e o *rope swing* podem ser adaptados ao ambiente escolar, para que os estudantes, então, experimentem fazê-los. Entre essas etapas há dois boxes. O primeiro, **Investigue**, propõe pesquisa e apresentação das modalidades de *slackline*. O segundo, **Tá ligado**, tem uma proposta de investigação interdisciplinar com o professor de Física a fim de os estudantes organizarem a estrutura para a prática do *rope swing* e se sentirem mais confiantes e seguros.

O percurso planejado se encerra com a seção **E se a gente... apreciasse esteticamente esses movimentos?**, que propõe aos estudantes que registrem, por meio de fotografias e textos, momentos nos quais executam um movimento de equilíbrio, salto ou balanço que mais gostaram de fazer durante as práticas corporais realizadas no decorrer do capítulo. Como em outros momentos deste capítulo, reforce com a turma os cuidados para que a prática seja desenvolvida com segurança. Eles deverão se organizar em trios de modo que cada integrante do grupo tenha uma função para a execução da fotografia: um será o fotógrafo, outro o executor do salto e o terceiro auxiliará os demais. Como todos do trio passarão pelas três funções, várias fotografias podem ser tiradas, mas apenas uma de cada integrante será escolhida. Ela será acompanhada de um texto descritivo, no qual os integrantes do trio deverão expor os sentimentos e emoções envolvidos na prática realizada, além de outros aspectos que julgarem importante abordar. Para os registros das experiências vivenciadas serem compartilhados entre os estudantes, sugere-se que organizem uma exposição das fotografias impressas em cartaz (individual, em grupo ou da sala toda) ou disponibilizadas em meio digital. Nesse caso, pode-se planejar, inclusive, a montagem de vídeos com depoimentos a serem projetados em um telão, no anfiteatro ou outro espaço da escola.

Fala aí! – Educação Física no campo artístico

Segundo a BNCC (2018), na Educação Básica, a Educação Física permite o acesso a um universo cultural que compreende "saberes corporais, experiências estéticas, emotivas, lúdicas e agonistas, que se inscrevem, mas não se restringem, à racionalidade típica dos saberes científicos que, comumente, orienta as práticas pedagógicas na escola" (p. 213).

Independentemente da prática corporal tratada, os estudantes devem, "além das técnicas de execução, discutir regras e estratégias, apreciá-los criticamente, analisá-los esteticamente, avaliá-los eticamente, ressignificá-los e recriá-los" (PCN/Brasil, 1997, p. 24).

A fruição é uma das oito dimensões do conhecimento indicadas pela BNCC (2018) para ser desenvolvida nas aulas de Educação Física, a qual "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" (p. 220). É desenvolvida a partir da experiência, que deve ser significativa para o estudante.

Assim, entendendo a Educação Física a partir de uma ótica pluridimensional, e considerando uma visão mais ampla de arte e seu alcance transversal, neste capítulo vamos tratar também da dimensão estética das PCA.

Estética

Podemos entender a dimensão estética sobre diferentes tendências. Neste capítulo, objetivando proporcionar vivências que os estudantes possam fruir, vamos privilegiar as reflexões sobre a beleza, o prazer, os sentimentos e as emoções geradas diante de novas experiências de se equilibrar, saltar e balançar.

Há poucos estudos que orientam o professor a desenvolver essa dimensão em suas aulas, mas no campo do esporte é possível encontrar mais caminhos. Segundo Coelho, Kreft e Lacerda (2013), apesar de a literatura nesse campo ainda ser escassa, houve um grande avanço em estudos sobre o esporte

na área biológica e afins, em detrimento da dimensão estética, que também é parte integrante desse fenômeno. De acordo com Garcia e Lemos (2003), "há muito que o desporto convocou para o seu seio a estética, a construção corporal idealizada na beleza das formas, a auscultação de novas sensações corporais, como o risco, o prazer, a experiência da subjetividade e, obviamente, a beleza" (p. 39).

Estudos indicam que a experiência estética pode ocorrer tanto ao atleta quanto ao espectador; a do primeiro deriva das ações executadas, e a do segundo, da interpretação da *performance* admirada. A estética não é apenas julgamento da beleza, mas também das propriedades, atitudes e experiências.

Ao considerar a esfera sensível do sujeito que emerge das práticas, compreende-se que estas proporcionam prazer ou desprazer, estimulam a imaginação e favorecem, por meio da experimentação estética do atleta, a percepção do belo ou do feio.

A experiência estética é subjetiva, resultado da experiência do sujeito, de sua sensibilidade e da imaginação para gozar das qualidades estéticas criadas em sua prática desportiva.

Para Guimarães *et al.* (2017), "o corpo que frui passa a comunicar por meio do seu movimento e/ou apreciação estética a experiência da alegria, da criação, da dor, do prazer, da tristeza, dos conflitos emergidos em situações inesperadas e outras infinidades de sensações próprias que permitem a si mesmo sua plena aceitação e fruição".

Esportes estéticos

Os esportes estéticos ou técnico-combinatórios são modalidades em que a ação motora dos atletas é avaliada pela qualidade do movimento executado segundo padrões técnico-combinatórios relacionados à beleza estética e ao grau de dificuldade. Cada esporte tem padrões, critérios e regras definidos que orientam o julgamento e a pontuação. Em algumas modalidades, esses critérios podem mudar de acordo com o tipo de competição.

São exemplos de esportes estéticos: as ginásticas artística, acrobática, aeróbica esportiva, rítmica e de trampolim, o nado artístico, a patinação artística, os saltos ornamentais, o *slackline*, o surfe, o *skate*, entre outros.

Bora pra quadra? – Etapa 3 – *Slackline*

Caso não tenha na escola ou não consiga emprestada a fita de *slackline*, sugerimos que você trabalhe com cordas e faça a falsa baiana.

Para o trabalho com o *rope swing* escolha uma estrutura firme em que possa amarrar uma corda e que sustente o peso dos estudantes. A estrutura pode ser de concreto, ferro ou pergolado. Indicamos que a corda utilizada seja bastante resistente para sustentar os estudantes; por isso, recomendamos uma de espessura superior a 10 milímetros ou uma grossa de sisal. O comprimento da corda, considerando pelo menos uma das pontas encostadas no chão, varia de acordo com a altura da estrutura que houver na escola. No boxe **Tá ligado** há indicação de como reconhecer as condições adequadas para a prática em um trabalho conjunto com o professor de Física.

Uma opção de nó que pode ser utilizada é o **nó em gravata**: nó para atar ancoragens, seguro e resistente a puxões.

No *Manual de nós e amarras*, de Daniel Maldonado de A. Lima (Fortaleza, 2005), são listados alguns tipos de nós para prender a corda no local escolhido:

- nó em nove: para ancoragens fixas ou móveis;
- olho de pescador ou laçada do pescador: forma alça e evita que ela corra;
- nó de carrasco: alça que aperta sobre tração.

Após fazer o nó para prender a corda, faça um nó simples na ponta para que o estudante que tenha dificuldade de sustentar seu corpo pelo braço, consiga pelo menos se balançar. Realize testes segurando a corda e saltando de um lado para outro, verificando se está bem firme e segura para os estudantes praticarem. Para as duas primeiras atividades, será necessária apenas uma corda; para a terceira atividade, serão necessárias duas cordas, uma ao lado da outra, com cerca de um metro de distância entre elas.

Para diminuir impactos durante eventuais quedas, coloque, embaixo das cordas e ao redor da área utilizada nas atividades, alguns colchonetes – ou realize-as em um campo de areia ou gramado, na medida do possível. Organize as atividades conforme as instruções dadas aos estudantes. O objetivo é realizar o movimento pendular saltando e se balançando de um lado para outro.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018. BRASIL. Ministério da Educação. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasília: MEC, 1997.

COELHO, Rebeca C.; KREFT, Lev; LACERDA, Teresa. Elementos para a compreensão da estética do *taekwondo*. **Movimento**: revista de Educação Física da UFRGS, v. 19, n. 3, jul.-set. 2013.

GARCIA, Rui. P.; LEMOS, Kátia M. A estética como um valor na Educação Física. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 17, n. 1, 2003.

GUIMARÃES, Denise *et al.* A dimensão "fruição" na BNCC de Educação Física: o exemplo da dança. *In*: X CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTRICIDADE HUMANA e XVI SIMPÓSIO PAULISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, **Anais** [...]. Campina Grande: Realize Editora, 2017.

LIMA, Daniel M. de A. **Manual de nós e amarras**. Ceará, 2005.

Capítulo 18 Virtual *vs* real: a curadoria nos jogos

O objetivo deste capítulo é que os estudantes ampliem o conhecimento que têm sobre jogos, discutindo, mais especificamente, os jogos em plataformas eletrônicas, bem como qualifiquem os processos de escolha desses jogos realizando uma curadoria, de acordo com suas necessidades (lazer ou prática de atividade física) e considerando essa atividade como opção profissional em seu projeto de vida. Para isso, são incentivados a refletir a respeito das consequências do uso exagerado dos jogos eletrônicos, bem como sobre os preconceitos e estereótipos relacionados a esse tipo de jogo, a fim de passarem a utilizar essas tecnologias de modo consciente, crítico, criativo, ético e responsável.

Dando início ao percurso didático, chama-se a atenção para o fato de os jogos fazerem parte de espaços culturais e serem uma forma comum de socialização, tanto em contextos reais como em virtuais. No boxe **Fala aí!**, busca-se conhecer os jogos que estão presentes no cotidiano dos estudantes, para que você, professor, possa compreender melhor e direcionar as discussões para os aspectos focados no capítulo.

Na sequência, os estudantes são motivados a vivenciar alguns jogos na seção **Bora pra quadra?**. Nesse momento, eles terão uma experiência tanto de jogo eletrônico como de jogo na quadra, ambos seguindo a proposta de promover a interação entre os participantes. Primeiramente, deverão iniciar uma curadoria para escolher um jogo de *paintball* virtual, que pode ser jogado na escola ou em casa. São dadas algumas orientações para ajudá-los a fazer essa escolha por meio de um processo de curadoria. Em seguida, propõe-se a realização de um jogo chamado pique-bandeira, que vai auxiliá-los a compreender o jogo seguinte, o pique-queima ou *paintball* das quadras, organizado segundo as regras do jogo anterior e com os movimentos de ataque da queimada.

Encerrada a sequência de jogos, faz-se uma roda de conversa, orientada por questões para os estudantes responderem em duplas. A primeira delas é mais extensa e tem vários desdobramentos (se as atividades realizadas foram voluntárias e se eles as apreciaram; se as regras foram flexíveis e se eles as respeitaram; se houve limite de espaço e de tempo; e como foi a interação entre os colegas durante a realização dos jogos) para que as características dos jogos sejam discutidas. Esse momento de conversa é importante para que os estudantes, tendo vivenciado esses aspectos nos jogos, sejam capazes de identificá-los como características dos jogos. A segunda questão é sobre o jogo de *paintball*, realizado tanto na versão virtual quanto na versão adaptada na quadra. Eles terão de dizer de qual versão mais gostaram, apresentando seus critérios de escolha.

Na sequência, há um momento de leitura em que são propostas discussões sobre aspectos positivos e negativos dos jogos eletrônicos para a saúde e a socialização, com base em dois excertos de um artigo científico: o primeiro (texto 1) traz informações sobre o *exergame*, também como recurso das aulas de Educação Física, ressaltando os benefícios da prática desse tipo de atividade apontados por algumas pesquisas; e o segundo (texto 2) aborda o problema da compulsão por jogos eletrônicos, apresentando o questionamento de um estudioso sobre se são os jogos que causam a compulsão ou se esta é sintoma de outro problema, importante para o tratamento adequado da doença. Um terceiro texto aborda a profissão de curador de jogos eletrônicos, alguns de seus requisitos e funções, para expor o preconceito de gênero que cerca a profissão. No **Papo aberto sobre os textos**, os estudantes são convidados a avaliar se os textos os fizeram repensar os critérios que utilizam para a escolha de um jogo eletrônico para seu momento de lazer; a refletir sobre os requisitos necessários para ser curador profissional de jogos eletrônicos; e a discutir sobre o preconceito de gênero nas diversas profissões. Assim, são abordados os Temas Contemporâneos Transversais Saúde e Economia/Trabalho.

Na sequência, o boxe **Trabalho e juventudes** destaca o currículo da autora do texto 3, que, entre outras ocupações, é também curadora de jogos eletrônicos, para que os estudantes considerem essa profissão como uma possibilidade futura, conhecendo a exigência de formação e/ou especialização na área.

Chega-se, por fim, a outra seção **Bora pra quadra?**, momento no qual os estudantes primeiro vivenciarão uma experiência de jogo de dardos virtual tendo feito uma curadoria para encontrar um bom jogo, e, na sequência, vão experimentá-lo na quadra.

No boxe **Investigue**, propõe-se aos estudantes conhecer as variantes do jogo de dardos e, como curadores desse processo, escolher uma delas para praticar. Tal pesquisa pode contar com o auxílio do professor de Informática.

Depois de realizadas as atividades do **Bora pra quadra?**, faz-se uma roda de conversa para que os estudantes relatem como se sentiram em relação a cada uma das experiências, refletindo sobre o entendimento das regras do jogo, e para que discutam o uso de *exergames* nas aulas de Educação Física e, considerando o aprendizado sobre jogos construído no decorrer do capítulo, avaliem quais escolheriam voluntariamente em momentos de lazer com os colegas.

No boxe **Biblioteca cultural** é apresentado aos estudantes o Museu do Videogame, com destaque para o curador responsável e sua formação, a fim de que conheçam boas iniciativas ligadas aos jogos virtuais.

Bora pra quadra?

Pique-queima

Delimite o espaço de jogo conforme a ilustração no Livro do Estudante. As bolas, médias ou pequenas, poderão ser de borracha, plástico (como as que são utilizadas em piscinas de bolinhas), meia ou até mesmo jornal. As trincheiras podem ser feitas de diversos materiais, como pneus empilhados, cones, cadeiras ou bancos com colchonetes ou tatames encostados um nos outros, formando um triângulo com o chão. Organize-as de forma que os estudantes possam utilizá-las para se esconder ou se esquivar das bolas. Distribua-as equilibradamente, para que uma equipe não tenha vantagem em relação à outra.

Caso perceba que os estudantes "queimados" estão ociosos por muito tempo, converse com a turma sobre a possibilidade de modificar alguma regra para que os colegas, depois de "queimados", possam continuar colaborando com sua equipe. Por exemplo, aqueles que forem "queimados" podem ficar em uma espécie de "cemitério" lateral, dando apoio a seus colegas.

Capítulo 19 Vamos recriar jogos?

O objetivo deste capítulo é que os estudantes experimentem, analisem, recriem e exponham os jogos presentes em seu contexto sociocultural, a fim de ampliar suas reflexões e ações diante dessas práticas corporais. Objetiva-se também, por meio da organização de um festival intergeracional planejado para acontecer ao final do percurso didático, que os estudantes exerçam sua cidadania e seu protagonismo comunitário e valorizem os conhecimentos dos idosos a partir do regaste de brincadeiras e jogos.

Na seção **Bora pra quadra?**, os estudantes terão a oportunidade de vivenciar jogos de diferentes categorias. Cada atividade inicia com um texto curto, em que se apresenta a categoria à qual o jogo pertence. A atividade **1** propõe um jogo tradicional (taco); a atividade **2**, um jogo cooperativo (ordem no banco); a atividade **3**, um jogo de tabuleiro (batalha-naval gigante); e a atividade **4**, um jogo tradicional indígena (cabo de guerra). Paralelamente, há um boxe informativo, que discorre a respeito da contribuição dos diferentes povos para a construção do acervo de jogos e brincadeiras de nosso país.

Na seção **Leitura**, apresenta-se um texto que relata um evento acontecido em um centro de convivência e vínculos para a pessoa idosa, em que se promoveram brincadeiras para crianças, adolescentes e idosos. No texto há falas dos participantes, que mostram a importância da troca de experiência e os benefícios de momentos como esse para os que os vivenciaram. O propósito desse texto é dar suporte a uma discussão a respeito da valorização do idoso e da presença de brincadeiras e jogos tradicionais no cotidiano de pessoas de diferentes idades, bem como refletir sobre a possibilidade de mobilizar a comunidade para vivenciá-los. Os estudantes serão orientados a se posicionar sobre, entre outros aspectos, a importância de haver espaços públicos para a prática de brincadeiras e jogos e de se resgatarem jogos tradicionais. Neste ponto, se retomam os conceitos de brincadeiras e de jogos.

Em seguida, no boxe **Investigue**, propõe-se aos estudantes que pesquisem com seus avós ou outros familiares as brincadeiras e jogos que realizavam na infância e que escolham um deles para experimentar, registrar e apresentar como experiência aos colegas de turma.

Na seção **E se a gente... recriasse um jogo?**, os estudantes são convidados a recriar jogos, tendo como parâmetro as classificações conhecidas nas vivências experimentadas anteriormente ou outras que conheçam. Eles devem se organizar em grupos de cinco integrantes e é fundamental que sejam orientados a recriar jogos que promovam atividade corporal. Além disso, precisam preencher uma ficha (há um modelo no capítulo) com informações sobre os jogos recriados. Finalizada a etapa de elaboração, os grupos apresentam os jogos aos colegas na quadra para que, posteriormente, haja um momento de avaliação e de aprimoramento deles. Feitos os ajustes recomendados pelos colegas, os grupos são convidados a realizar um festival intergeracional com um ou mais jogos recriados pela

turma e com brincadeiras, que podem ser as vivenciadas no boxe **Investigue**. Caso não seja possível, os estudantes podem construir um portfólio com vídeos dos jogos recriados.

Para a realização do festival, os estudantes precisarão, primeiramente, escolher um ou mais jogos e brincadeiras, pensando no envolvimento de toda a comunidade escolar e, em particular, dos idosos. Sendo assim, devem escolher aquele(s) que contemple(m) pessoas de diferentes faixas etárias e condições físicas. Depois, passa-se à etapa de organização, que compreende a divisão de tarefas, para que haja equipes responsáveis por cada componente do evento. Na véspera do evento, recomenda-se que todos os detalhes planejados pelos estudantes sejam informados a você, para que lhe seja possível gerir qualquer tipo de conflito no dia, evitando imprevistos.

Bora pra quadra?

Atividade 1

Deixe que os estudantes montem seu campo de jogo, seguindo as instruções. Caso a escola não tenha os materiais para o jogo (taco, bola e tripé de madeira), peça a eles que levem cabos de vassoura e garrafas PET (também podem ser latinhas). Utilize uma bola de tênis, caso a escola não tenha pequenas bolas de borracha. É interessante realizar esse jogo em um espaço grande, para que todos os estudantes possam vivenciá-lo ao mesmo tempo. Caso não seja possível, organize-os no espaço disponível e, se for preciso, delimite um tempo para que o jogo ocorra e haja um rodízio, de modo que todos experimentem o taco. Os jogos tradicionais podem receber nomes e regras distintas, de acordo com o contexto em que são desenvolvidos. Por isso, é importante frisar que as regras descritas podem ser diferentes das conhecidas por você e pelos estudantes e podem ser adaptadas. Nessa atividade, serão desenvolvidas as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 da BNCC.

E se a gente… recriasse um jogo?

Momento de apresentar

O objetivo é que essa experiência ocorra em um espaço da comunidade, fora do ambiente escolar; porém, se encontrar empecilhos, tente promover o festival na escola. É preciso pensar na segurança e na acessibilidade dos idosos que serão convidados, a fim de que fiquem confortáveis e que acidentes sejam evitados. Por isso, reforce com os estudantes a importância de pensar em jogos e brincadeiras que possam ser realizados por pessoas de diferentes idades. Se possível, peça-lhes que façam mais adaptações nos jogos. Organize a votação entre os estudantes para a escolha de um jogo e de uma brincadeira. Caso considerem viável, pode ser mais de um.

Você pode escolher uma turma ou mais do mesmo ano escolar para organizar o evento. Cada equipe de trabalho pode contar com estudantes de diferentes turmas. Segue uma sugestão de divisão das equipes e suas funções.

Equipes de trabalho	Exemplos de atribuições (antes do evento)	Exemplos de atribuições (durante o evento)
Secretaria	Inscrever os participantes; confeccionar crachás; indicar a data de realização do evento; demarcar o período de inscrição e o número máximo de inscritos.	Recepcionar os participantes e entregar os crachás.
Apoio	Procurar possíveis locais na comunidade para a realização do evento; organizar o local e o material necessário para o(s) jogo(s) e a(s) brincadeira(s); escolher uma forma de premiação; pensar na decoração do local.	Entregar os materiais para o(s) jogo(s); manter a organização e a limpeza do local; auxiliar as equipes que necessitam de ajuda.

Arbitragem	Criar o regulamento do(s) jogo(s); definir sistema de disputa; organizar a programação e cronograma do(s) jogos; descrever como se desenvolve(m) a(s) brincadeira(s); levantar o material administrativo necessário (súmulas, canetas, réguas).	Garantir o cumprimento das regras do(s) jogo(s); arbitrar e marcar os pontos das equipes; orientar a execução da(s) brincadeira(s); entregar a premiação do evento.
Jornalismo	Fazer a cobertura jornalística dos preparativos para o evento; elaborar o cartaz de divulgação; escolher as mídias necessárias para a cobertura do(s) jogo(s) e da(s) brincadeira(s) (vídeos, *flyers*, *podcasts*, entre outras) e os gêneros textuais utilizados (reportagem, entrevista, entre outros).	Fazer a cobertura jornalística durante e após o evento.

Com os estudantes, reflitam se haverá ou não premiação, considerando que o foco não é apenas vencer, mas sim desfrutar da vivência e da troca de experiência.

Além de você, eleja mais duas pessoas da escola (estudantes, professores ou outros funcionários) para auxiliarem na gestão e coordenação do evento, a fim de organizar as equipes de trabalho, tomar decisões importantes e gerenciar imprevistos.

Desde que não prejudique o andamento do evento, os integrantes das equipes de trabalho podem se revezar para participar do(s) jogo(s) e da(s) brincadeira(s). Você pode se reunir com cada equipe para auxiliar nas tomadas de decisão referentes às atribuições de cada integrante. Depois, marque uma reunião geral, para que cada equipe apresente suas propostas e ouça as opiniões das outras equipes, alinhando o andamento do evento. O diálogo será muito importante para que possam fazer um evento coordenado e com sucesso. Faça mais de uma reunião, para acertar todos os detalhes de cada equipe de trabalho.

Sugere-se que a equipe de jornalismo entreviste os idosos e demais participantes e tome seu depoimento sobre como foi participar dessa vivência.

Capítulo 20 Esporte e diversidade: jogando com as diferenças

O objetivo do capítulo é problematizar o discurso de universalização do esporte, segundo o qual esse campo seria privilégio de alguns corpos socialmente reconhecidos como atléticos. Com o intuito de ampliar e aprofundar algumas das discussões trazidas no Capítulo 8 (*Identidades plurais no esporte*), procura-se evidenciar outros corpos esportivos, que tensionam o paradigma hegemônico para enunciar a diversidade de corpos no esporte e fora dele.

Em sua abertura, o capítulo apresenta uma fotografia de idosos jogando futebol, proporcionando uma referência alternativa e contra-hegemônica em relação ao ideal de esporte vigente. No texto introdutório que acompanha a imagem, esse tensionamento ganha outras camadas ao recuperar um excerto do texto do Capítulo 8, revelando que o modelo hegemônico de "corpos esportivos" teria sido desafiado na imagem de abertura a partir de ao menos dois marcadores: idade e biotipo corporal.

No boxe **Bate-papo de respeito**, o mesatenista transmasculino Luca Kumahara provoca uma reflexão sobre as dificuldades enfrentadas por pessoas trans no esporte de alto rendimento. Há dois vídeos, disponíveis em plataformas na internet, com entrevistas com Luca em diferentes momentos de seu processo de transição de gênero, um de outubro de 2022 e outro de maio de 2024, que ajudam a compreender um pouco mais sobre esses desafios enfrentados pelo atleta profissional, e sobre os impactos do processo de transição de gênero nessa carreira.

A seção **Leitura** apresenta três textos que abordam corpos que desafiam o paradigma do "corpo esportivo" hegemônico. O primeiro aborda a gordofobia com histórias de mulheres esportistas gordas, que afirmam a presença de seus corpos no esporte. O segundo texto é uma tira do personagem Armandinho, do cartunista Alexandre Beck, que provoca uma reflexão sobre o capacitismo no esporte. Por fim, no terceiro texto, intitulado "O futuro trans do esporte", o autor Wagner Xavier de Camargo promove uma importante reflexão sobre corpos trans, intersexo e não binários que levam a rupturas e rearranjos no paradigma do esporte hegemônico. O **Papo aberto sobre os textos** e o **Por dentro dos textos** ajudam a ampliar e adensar essas reflexões.

Na seção **Bora pra quadra?**, a proposta é que a turma organize um festival esportivo denominado Olimpíada da Diversidade, no qual os estudantes possam definir coletivamente equipes, modalidades esportivas,

sistemas de disputa e outras demandas que proporcionem a todos uma experiência inclusiva e diversa por meio do esporte. Nessa seção, sugere-se que os estudantes recuperem referenciais do Capítulo 11 (*Tem esporte na minha comunidade?*), para diversificarem a lógica das modalidades visando à inclusão, e eventualmente (caso o professor tenha adotado outra ordem para os capítulos) os pilares e princípios da metodologia *callejera* do Capítulo 21 (Fútbol Callejero: *jogando pela garantia de direitos*), que segue a este, para os critérios das disputas. Uma experiência como essa, idealizada para ser construída pela própria turma, pode causar alguma resistência por parte de professores que sempre tivemos a premissa de assumir a gestão da turma, nos responsabilizando pelas consequências de eventuais "acidentes de percurso". O desafio, neste caso, é confiar e ouvir os estudantes e se deixar surpreender por seu poder criativo. É o que Paulo Freire chamou de dialogicidade. Como já dizia o mestre, em sua obra *Pedagogia do oprimido*, "ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, as pessoas se educam entre si, mediatizadas pelo mundo".

Na seção **E se a gente... simulasse um júri?**, a proposta é que a turma organize um júri simulado para debater a tese de que o esporte pode ser uma experiência diversa. Divididos entre grupos de defesa, acusação e júri, os estudantes deverão pesquisar o tema para argumentar sobre a possibilidade ou não de o esporte acolher corpos diversos em suas competições.

Mobilize-os para que façam uma pesquisa criteriosa sobre o tema, considerando os textos disponibilizados no capítulo e informações complementares. É interessante motivá-los a buscar diferentes formatos de conteúdo e estratégias para a defesa e a acusação. Eles poderão utilizar material multimodal, como

vídeos	notícias	reportagens
imagens	**Recursos para defesa e acusação**	*podcasts*
infográficos	entrevistas com atletas/ comunidade (produzidas pelos estudantes)	depoimentos simulados

O grupo de jurados e o juiz serão os responsáveis pela condução do julgamento, estabelecendo as regras da sessão e analisando os argumentos e evidências trazidos pelos dois lados. Auxilie o grupo dos jurados e o juiz na sistematização das estratégias de condução do julgamento e na elaboração de critérios para a avaliação dos argumentos trazidos pelas partes.

A atividade pode ser apresentada em uma aula e desenvolvida na aula seguinte, para que os grupos possam ter um tempo maior de organização de suas estratégias e conteúdos de defesa e de acusação. Caso opte por realizar toda a dinâmica de preparação e execução em uma mesma aula, enquanto os grupos de defesa e acusação se reúnem para organizar seus materiais e estratégias, reúna-se com os jurados para planejar suas ações.

Seu papel no desenvolvimento do júri simulado não deve ser o de orientador das ações do juiz, dos jurados ou das partes, mas sim o de mediador, para que a atividade transcorra sem contratempos, preservando-se o protagonismo e a autonomia dos estudantes.

Após a realização da atividade, promova uma roda de conversa que deixe de lado os papéis assumidos no julgamento. Reflita com a turma sobre a proposta de não esgotar o tema em busca de uma verdade única e absoluta, mas de apreciá-lo de diferentes perspectivas de maneira plural, que leve a uma tomada de consciência crítica sobre ele.

No **Recado final**, reforça-se a importância de problematizar narrativas hegemônicas sobre os corpos esportivos. Tensionar esses discursos do senso comum, que são tomados como verdades absolutas, por meio da reflexão crítica e fundamentada no debate plural revela-se como importante ferramenta na luta contra preconceitos, estereótipos e discriminações.

Educação midiática: Tendências *fitness* no ambiente digital

Nesta seção, serão discutidos os riscos da divulgação de tendências *fitness* nos meios digitais e a importância de analisar criticamente produtos e conteúdos anunciados. Para se preparar para o trabalho com a seção, busque informações sobre o tema. Algumas sugestões são:

- LENO, Jayme. *Influencers* digitais reafirmam padronização da beleza, segundo pesquisa da UFG. **Jornal UFG**, 7 mar. 2023.
- MOREIRA, Marília Diógenes. A construção da imagem corporal nas redes sociais: padrões de beleza e discursos de influenciadores digitais. **PERcursos Linguísticos**, Vitória (ES), v. 10, n. 25, p. 144-162, 2020. Dossiê: Discursos de resistência e corpos (re)existentes.

Após a leitura e discussão das manchetes propostas no início da seção, convide os estudantes a citarem outras notícias recentes relacionadas ao tema e discuti-las. Sugira também que aqueles que se sentirem confortáveis compartilhem possíveis experiências pessoais relacionadas ao tema. Cuide para que nenhum estudante seja exposto ou colocado em situação vexatória. Uma das possíveis consequências da promoção de padrões de beleza, e que afeta muitos jovens e adolescentes, são distúrbios alimentares, como bulimia e anorexia. Por serem temas sensíveis, mas que precisam ser discutidos se houver oportunidade, a abordagem deles deve ser feita com cuidado para evitar exposição. É importante estar atento às reações da turma e acolher aqueles que desejam esclarecer dúvidas ou pedir ajuda de algum tipo. Acolha-os e, se necessário, busque apoio da direção escolar e dos familiares para encontrar soluções, como auxílio psicológico e médico.

Para a atividade de vivência proposta em **Conectar e transformar**, auxilie os estudantes em cada uma das etapas, especialmente na definição das atividades que farão parte da vivência. Faça sugestões e acompanhe todo o processo, do planejamento à execução das atividades, buscando garantir a segurança e integridade física dos envolvidos. A proposta é que a vivência seja realizada com os materiais disponíveis e considerando a realidade da turma e da escola. Se julgar oportuno, pode-se propor uma única atividade, como uma sessão de alongamento ou uma sequência de exercícios que desenvolvam a consciência corporal.

A ideia principal é promover um momento para exercitar o corpo, respeitando seus limites. É interessante que na vivência haja um momento de conversa sobre os objetivos propostos e o tema em foco. Nesse caso, você pode contribuir para a discussão compartilhando saberes e experiências sobre o tema, assim como dicas para avaliar o grau de confiabilidade de tendências *fitness* divulgadas na internet. Incentive também os estudantes a compartilhar um pouco do que aprenderam e descobriram sobre o assunto.

UNIDADE 5 CORPO QUE REPRESENTA E SE EXPRESSA

Confira as orientações para os capítulos 21 a 25, da Unidade 5.

Capítulo 21 *Fútbol Callejero*: jogando pela garantia de direitos

Este capítulo, centrado na prática do *Fútbol Callejero*, ou "Futebol de Rua", está inserido na experiência de reconhecer direitos e deveres. Por meio do estudo da metodologia inerente a essa prática, visa-se levar os estudantes a compreenderem a importância do estabelecimento de regras justas e de elas serem cumpridas, para o bom funcionamento da vida em sociedade.

O percurso didático inicia-se com a proposição de uma atividade de vivência, descrita na seção **Bora pra quadra?**. Os estudantes vão se organizar para uma partida de futebol da qual eles mesmos farão a gestão: deverão dividir os times, definir as regras e decidir como serão disputados os jogos. Depois dessa experiência, propõe-se a realização de uma roda de conversa, para dizerem se identificaram algum problema ou conflito provocado pela organização que fizeram, e, em seguida, com a proposta do boxe **Fala aí!**, eles se ocuparão de discutir como o jogo poderia se tornar mais interessante e mais inclusivo.

Passa-se à seção **Leitura**, composta de dois textos que tratam do *Fútbol Callejero*, com o objetivo de promover uma discussão entre os estudantes sobre as particularidades dessa prática corporal, levando-os a refletir a respeito da relação entre direitos e deveres, ao analisarem o modo como as regras do jogo são estabelecidas e respeitadas. O enfoque dado pelo primeiro texto ("*Fútbol Callejero*: nascido e criado no Sul") é na metodologia do *Fútbol Callejero*. Surgido como um projeto de Educação Popular na Argentina, ele se caracteriza por ser um jogo de futebol em três tempos: no primeiro, os participantes constroem as regras; no segundo, jogam; e, no terceiro, há uma roda de conversa para discutir tudo o que aconteceu

durante a partida e pontuar os times segundo três pilares fundamentais do jogo, que são o respeito, a solidariedade e a cooperação. Outra peculiaridade do *Fútbol Callejero* mencionada no texto é o fato de os times serem sempre mistos, formados por meninas e meninos, e de não haver a presença de um árbitro, mas a de um mediador, cuja função é conduzir tanto o processo de construção das regras, quanto o de, na roda de conversa final, definir a pontuação dos times segundo os pilares determinados. O segundo texto proposto aborda o Mundial de Futebol de Rua, que foi organizado em São Paulo paralelamente à Copa do Mundo de 2014, trazendo relatos e depoimentos de participantes do campeonato.

Depois, no boxe **Investigue**, os estudantes são incentivados a conhecer mais sobre os pilares cooperação, solidariedade e respeito, e, no boxe **Bate-papo de respeito**, são orientados a discutir uma fala de Vandrigo Lugarezi Magalhães, responsável pelo projeto de núcleos de *Fútbol Callejero* nas periferias de São Paulo, que os instiga a pensar a respeito da participação das meninas durante uma partida de *Fútbol Callejero*.

Chega-se a outra seção **Bora pra quadra?**, que propõe aos estudantes que, efetivamente, experimentem jogar uma partida de *Fútbol Callejero* seguindo a metodologia estudada. Em seguida, faz-se uma roda de conversa da vivência para que os estudantes reflitam sobre como essa experiência difere de outras partidas de futebol já jogadas. Na sequência, é apresentado o boxe **Biblioteca cultural** com a indicação de um vídeo no qual jovens de diferentes países, participantes do Mundial de Futebol de Rua realizado em São Paulo, em 2014, expressam suas opiniões sobre a experiência de participar do evento.

Em outro boxe **Bate-papo de respeito**, Maurício Mendes Belmonte, doutor em Educação e autor de uma tese sobre o *Fútbol Callejero*, classifica-o como uma experiência antipatriarcal e anticolonialista. A sugestão é aproveitar essa categorização do autor para que os estudantes analisem esses potenciais em seu próprio contexto escolar, sobretudo nas aulas de Educação Física.

A última seção, **E se a gente... organizasse os Jogos Interclasses *Callejeros*?**, vem com a proposta de os estudantes organizarem um evento entre turmas da escola orientado pela metodologia *Callejera*. A ideia é pensar em modalidades esportivas ou práticas corporais para as quais se possa aplicar a metodologia do *Fútbol Callejero*.

No boxe **Trabalho e juventudes** a proposta é que a turma pesquise a Educação Popular para saber um pouco mais sobre essa modalidade de educação e reflita sobre a importância do papel do educador em contraponto com sua valorização social.

Bora pra quadra?

A proposta é promover uma vivência inicial, que servirá de parâmetro para a elaboração de conhecimentos e sentidos nas experiências seguintes no decorrer do capítulo, nas quais os princípios do *Fútbol Callejero* serão aos poucos tematizados.

Nesse momento, procure fazer uma mediação mínima, de modo que o jogo seja proposto e gerido pela turma. Cabe ressaltar que estamos assumindo o futebol como categoria maior, que engloba outras práticas a ele relacionadas como o futsal, mais comum nas escolas em virtude dos espaços físicos (quadras) disponíveis. A proposta é que os estudantes vivenciem os conflitos emergentes de uma atividade coletiva desestruturada, como possíveis exclusões e desentendimentos, e reconheçam a necessidade de estabelecer combinados e princípios básicos para que a experiência seja mais democrática e prazerosa.

Investigue

a) Exemplos de manifestação de respeito: agradecer a um colega que lhe passou a bola para fazer uma finalização (respeito aos participantes) ou comemorar um ponto da equipe adversária com todos os participantes (respeito a uma regra firmada pelos participantes).

b) Exemplo de manifestação de cooperação: passar a bola para um companheiro de equipe que participa do jogo de forma mais tímida e incentivá-lo a jogar.

c) Exemplo de manifestação de solidariedade: aguardar um jogador da equipe adversária se recuperar de uma queda involuntária para prosseguir, mesmo se estiver em condições de concluir a jogada com êxito.

Bate-papo de respeito

Caso seja possível, exiba o vídeo com os depoimentos de Vandrigo e outros membros da Ação Educativa que participaram da Copa América de Futebol de Rua na Argentina, em 2015. Nos depoimentos, jovens jogadores, mediadores, treinador e coordenadores compartilham as experiências transformadoras que o *Fútbol Callejero* lhes proporcionou. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=yHlO0vwrF_4. Acesso em: 29 jun. 2024.

Quanto à afirmação de Vandrigo, de que as meninas não devem ser tratadas de um jeito diferente, auxilie os estudantes na discussão sobre a importância do respeito às diferenças e da igualdade de direitos de participação no jogo. Coloque em pauta também a necessidade de que todos tenham garantido o seu

direito de participar dos jogos nas aulas, independentemente de suas competências e habilidades, tendo em vista que cada um teve experiências variadas em sua história de vida e construiu relações de maior ou menor familiaridade com os diferentes esportes, o que não deve ser motivo de discriminação. Procure mediar essa discussão, buscando uma articulação entre as experiências pessoais de cada um e os temas abordados na fala destacada e nos textos da seção **Leitura**. Estimule-os a analisar o que acontece nas aulas e jogos, comentando o que os incomoda e o que os agrada, para avaliarem meios de causar menor desconforto e maior aceitação nos jogos mistos.

Capítulo 22 Ginástica para todos: a arte de explorar

O objetivo deste capítulo é apresentar a ginástica para todos (GPT), uma modalidade da ginástica de demonstração, em diálogo com a disciplina de Artes. Nesse sentido, pretende-se que os estudantes sejam capazes de executar fundamentos gímnicos e coreografias explorando a criatividade, a expressividade e a composição de palco.

A GPT é apresentada como uma modalidade que, valendo-se de vários elementos da ginástica, trabalha com a expressão, a criatividade, a exploração de materiais alternativos e as apresentações em festivais. Chama-se também a atenção para o fato de que, até 2007, a forma de se referir ao conjunto de práticas corporais hoje conhecidas por GPT era *ginástica geral* (GG). A partir desse ano, a Federação Internacional de Ginástica (FIG) adotou a nomenclatura *ginástica para todos*, por julgar que esta traduz melhor o significado da modalidade.

Na sequência, a seção **Leitura** propõe aos estudantes a análise e a discussão de dois textos, levando-os a entender como a GPT, modalidade cujo objetivo é a demonstração, se diferencia da ginástica de competição. O primeiro deles traz informações sobre o trabalho desenvolvido pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (Univasf), que difunde a prática da GPT como forma de promover o bem-estar físico, psicológico e social.

Em seguida, no boxe **Fala aí!**, propõe-se a discussão da acessibilidade das práticas corporais, essencialmente no contexto escolar. Com o boxe **Investigue**, incentiva-se os estudantes a pesquisar o que é Gymninaestrada, um festival internacional de ginástica não competitiva que reúne grupos de GPT de todo o mundo para que se apresentem e troquem experiências sobre a modalidade. Conhecer esse festival é importante para os estudantes entenderem que a finalidade da GPT não é a competição, mas a demonstração, em que os praticantes podem mostrar uns aos outros as coreografias que elaboraram. Com a intenção de sedimentar a diferença entre a ginástica de competição e a GPT, o segundo texto explica a rotina de atletas de ginástica, que acordam cedo e treinam intensamente, a fim de atingir um alto nível técnico. Finaliza-se a primeira seção de atividades com o boxe **Biblioteca cultural**, indicando que os estudantes acessem a página do Grupo Ginástico da Unicamp (GGU), para conhecer mais sobre a GPT.

Passa-se, na sequência, para a seção **Bora pra quadra?**, em que se propõe aos estudantes desenvolverem quatro atividades relacionadas à prática da GPT. A primeira delas consiste em escolherem um material (o que estiver disponível na escola ou um alternativo) com o qual seja possível elaborar uma coreografia e que possam manipular de diversas formas, lançando-o, fazendo-o quicar, equilibrando-o, ou seja, os estudantes explorarão esses materiais a fim de perceber como podem ser usados em uma coreografia. Nesse momento, você tem a incumbência de pensar em algumas dessas ações que possam ser feitas coletivamente, para, mais adiante, orientar os estudantes sobre isso. Na segunda atividade, a exploração dos materiais precisará ser pensada em conjunto com fundamentos gímnicos realizados individualmente, como o saltito, a roda (ou estrela), ou com movimentos acrobáticos, executados em duplas, trios e podendo evoluir para composições mais complexas. Os estudantes, primeiramente, podem experimentar fazer apenas os movimentos e, depois, pensar em como fazê-los com a inclusão do material.

Inserido entre as atividades, um boxe informativo explica que, no contexto da acrobacia, há três posições principais (base, intermédio e volante), que podem ser realizadas por praticantes com diferentes características. Por exemplo, na base geralmente ficam aqueles mais fortes e, na posição volante, os mais leves e que não têm medo de ocupar posições mais altas nas acrobacias. Desse modo, destaca-se que a GPT pode ser realizada por pessoas de biótipos diversos e com aptidões variadas – todos podem explorar seu potencial.

Na terceira atividade, os estudantes trabalharão em pequenos grupos buscando aproximar-se do componente Arte, ao pensar na execução de acrobacias criativas, expressivas e com aproveitamento de palco. Na quarta e última atividade da seção, o desafio será eles montarem uma coreografia da turma, a partir do que foi construído nos pequenos grupos. Ao final, na **Roda de conversa**, são convidados a se expressar sobre como foram as atividades, com destaque para os desafios e sensações que tiveram ao longo do processo. Fechando o percurso, no boxe **Fala aí!**, propõe-se aos estudantes indicarem o que perceberam de mais siginificativo na GPT e como a modalidade dialoga com Arte.

Bora pra quadra?

Atividade 2 – Juntando elementos gímnicos

A leitura sugerida a seguir pode auxiliá-lo no estudo dos movimentos acrobáticos.

- MERIDA, Fernanda *et al*. Redescobrindo a ginástica acrobática. **Movimento**, Porto Alegre, v. 14, n. 2, 2008.

Nesse artigo, é possível encontrar as principais "pegas", além de informações importantes sobre segurança nas atividades acrobáticas.

Atividade 3 – "Ginasticando" com Arte

Esta atividade tem como objetivo a construção coreográfica em pequenos grupos, promovendo um diálogo mais intenso com Arte. Convide o professor dessa disciplina para enriquecer o trabalho dos estudantes, de forma que vocês atuem de maneira conjunta. O professor de Arte pode auxiliá-los em relação a posicionamento de palco, expressividade, criatividade, música, plasticidade dos movimentos, entre outros aspectos. Além disso, pode ser um apoio necessário para que os estudantes entendam a contagem de uma frase musical (1 a 8 pulsos) e como aplicá-la na música. O pulso é a referência para dividir e organizar o ritmo. Caracteriza-se por tempos iguais e constantes, que se repetem em frases musicais (1 frase = 8 pulsos). Há alguns vídeos na internet que podem auxiliar em sua compreensão. Solicite que, com base nas experiências anteriores (exploração de material, vivências com fundamentos e acrobacias), cada grupo construa uma pequena composição de GPT. Os grupos podem trabalhar utilizando a contagem de uma frase musical. Nesse formato, solicite que construam 10 oitos, isto é, dez frases musicais com oito pulsos cada. Por exemplo, no primeiro oito (período em que você faz a contagem de 1 a 8 conforme a pulsação da música), eles deverão construir uma pirâmide, incluindo o material adotado, e, no segundo, desmontá-la e se deslocar/posicionar para a evolução seguinte. E assim, sucessivamente, até completar as dez frases solicitadas. Ao final, todos os grupos devem apresentar suas composições.

Antes de iniciar a divisão dos grupos, é importante que a turma escolha a música, pois, na atividade seguinte, as pequenas coreografias serão unificadas. Tendo escolhido a música antes, os estudantes estarão mais familiarizados com ela. Nesta atividade, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG201, EM13LGG301, EM13LGG501 e EM13LGG503.

Capítulo 23 Esporte espetáculo: mesmo jogo, diferentes experiências

Neste capítulo, trabalha-se com a experiência midiática nos esportes, com a finalidade de os estudantes entenderem a diferença entre as experiências de assistir a um jogo ao vivo, pela televisão e de participar do jogo como jogador, entre outras possibilidades de experiências que podem vir a ter com o esporte.

Inicia-se o percurso de aprendizagem com a seção **Leitura**, em que o texto mostra como a midiatização do esporte faz com que locutores e comentaristas tenham um papel cada vez maior no que se refere à experiência das pessoas com o esporte. Muitas, mesmo não sendo praticantes de uma modalidade, apreciam-na em razão do que assistem pela televisão e se orientam sobre ela pela narrativa de locutores e comentaristas. Pretende-se com a análise desse texto instigar os estudantes a pensar a respeito de como eles se relacionam com o esporte pela mídia, comparando com a experiência que têm ao praticar um esporte regular ou eventualmente. Em complemento à leitura, um boxe informativo traz um excerto da discussão acadêmica sobre "noção de realidade" que faz a distinção entre o fenômeno real e sua representação midiática.

O boxe **Fala aí** provoca os estudantes a experimentarem essa "noção de realidade" na prática, propondo que contrastem as experiências de assistir a um jogo ao vivo, pela televisão (ou outras mídias) e de ouvi-lo pelo rádio.

O boxe **Biblioteca cultural** traz sugestões de acesso a algumas narrações famosas de jogos pelo rádio, bem como ao vídeo com o comediante Marcelo Adnet em uma apresentação durante a entrega de um prêmio do Campeonato Brasileiro de 2010, em que ele faz uma paródia da narração de um mesmo jogo pelo rádio e pela televisão. No boxe **Investigue** é proposta uma pesquisa para a elaboração de um banco de dados de vídeos de narrações de jogos de diferentes modalidades, que servirá de referência para as seções **E se a gente... narrasse um jogo?** e **Bora pra quadra?**.

Propõe-se, em seguida, a realização de uma atividade, em grupos, para os estudantes experimentarem narrar um jogo. Seguindo as orientações da seção **E se a gente... narrasse um jogo?** (as etapas do projeto estão descritas), eles vão escolher uma modalidade esportiva e procurar um vídeo em que tal modalidade esteja sendo praticada. A proposta é criarem uma narração para o jogo que está acontecendo, fazendo comentários sobre ele. Em seguida, juntarão a narração ao vídeo e o trabalho de cada grupo será apresentado aos colegas.

A essa seção, segue-se o boxe **Bate-papo de respeito**, com o intuito de aprofundar um pouco mais o possível impacto do uso de bordões em narrações esportivas. Para isso, mostra-se um conhecido bordão usado pelo locutor esportivo Galvão Bueno ("Ganhar é bom! Ganhar da Argentina é muito melhor!"), incentivando os estudantes a discutir o efeito que esse tipo de fala provoca na rivalidade existente entre os países no futebol.

Por fim, chega-se à seção **Bora pra quadra?**, cuja proposta é os estudantes vivenciarem o esporte espetacularizado e, para terem essa experiência, orienta-se que a turma, primeiramente, se divida em três grupos. Essa divisão representa as três categorias de personagens envolvidos na transmissão de uma cobertura esportiva. A primeira delas é composta dos jogadores, treinadores e árbitros; a segunda, dos veículos midiáticos (equipes de televisão, rádio e mídia escrita); e a terceira, dos espectadores (presenciais, ouvintes de rádio, telespectadores). O objetivo é fazer os grupos assumirem cada um desses papéis. Para isso, será preciso que escolham uma modalidade esportiva cuja prática requeira bola, para realizarem três rodadas desse jogo. A cada rodada, os papéis são trocados, até que todos tenham experimentado cada um deles. Ao final, faz-se uma roda de conversa, para que os estudantes relatem como se sentiram ao representar cada uma das categorias.

E se a gente… narrasse um jogo?

Realize uma roda de conversa com os estudantes para propor a atividade e sensibilizá-los para uma produção coletiva do projeto de cobertura midiática de um jogo. Sugere-se manter os grupos formados para a atividade do boxe **Investigue**. Assim, a composição dos grupos pode ser variável, mas é interessante que não sejam formados grupos muito grandes, para que alguns estudantes não fiquem ociosos. Considere que, em cada grupo, deve haver ao menos um narrador, um comentarista e um ou mais editores de áudio e vídeo. Portanto, recomendamos grupos de aproximadamente cinco estudantes. Procure também garantir que os grupos tenham diversidade de pessoas com maior e menor experiência de engajamento com o esporte e que tenham meninos e meninas, para que elas também possam protagonizar os papéis de locutoras e comentaristas, problematizando a discriminação sofrida pelas mulheres no campo esportivo. Uma possibilidade interessante é desenvolver essa atividade de forma interdisciplinar, compartilhando as tarefas e decisões com os professores de Língua Portuguesa e de Arte, pois certamente seus colegas da área de Linguagens terão outras ideias para ampliar essa experiência criativa e torná-la ainda mais interessante. Nesta atividade são contempladas as habilidades EM13LGG101, EM13LGG104 e EM13LGG703.

Momento de apresentar

Avalie com a turma as possibilidades de compartilhamento do material produzido. Procure ponderar sobre os posicionamentos dos grupos em relação a tornar esse compartilhamento público ou restrito. Dependendo de sua avaliação, incentive-os a compartilhar as produções, para dar visibilidade ao conhecimento construído no espaço escolar e ressaltar sua importância.

Momento de avaliar

Nessa etapa, encaminhe uma discussão para os estudantes avaliarem as próprias intenções nas construções narrativas e compreenderem que seus discursos são potentes na formação de opiniões. Ou seja, caso estivessem realmente falando em um meio de comunicação de massa, estariam atingindo um público composto de muitos "leigos", e, portanto, mais suscetível ao discurso de um suposto especialista. Ressalte a importância de se tornarem consumidores críticos do espetáculo esportivo, para não ficarem reféns de construções narrativas enviesadas.

Capítulo 24 Ioga: conhece-te a ti mesmo?

O objetivo do capítulo é apresentar a ioga como um exemplo de prática do campo da ginástica de conscientização corporal. Busca-se mostrar aos estudantes que essa modalidade, de forma ampla, assim como as demais desse campo, caracteriza-se pela reunião de movimentos lentos, focados na respiração, no autoconhecimento e no controle corporal, e, de forma mais específica, por ser uma prática milenar indiana, compreendendo uma filosofia de vida que se realiza em várias etapas (respiração, posturas, meditação).

Na seção **Leitura 1**, oferece-se parte de um artigo que, primeiro, contextualiza a ioga e sua atuação como prática corporal universal, e, na sequência, apresenta suas potencialidades e os benefícios que traz aos praticantes. Trata-se também de um momento para verificar o conhecimento prévio dos estudantes sobre essa atividade e quais expectativas têm em relação à sua prática na escola. Depois, há dois boxes: em **Investigue**, sugere-se aos estudantes que pesquisem a respeito dos benefícios da ioga para a saúde; e, no boxe informativo, apresentam-se Patanjali, conhecido como o pai da ioga, e os oito passos dessa prática milenar indiana.

Na sequência, na seção **Bora pra quadra?**, os estudantes, entre tantas técnicas de respiração existentes no universo da ioga, experimentarão uma das mais básicas: a respiração abdominal. Depois, em mais um boxe **Investigue**, são estimulados a entender o caminho que o ar faz durante a respiração normal que realizamos de modo absolutamente mecânico. Prossegue-se com a atividade de vivência, com a proposição de algumas posturas clássicas da ioga, que exigirão capacidades físicas, como flexibilidade, força, equilíbrio, e, portanto, os estudantes devem ser orientados a não exceder os limites do próprio corpo. Chega-se, por fim, ao terceiro momento da vivência, o de relaxamento, no qual os estudantes passarão pela experiência de observar os efeitos no corpo provocados pelas posturas realizadas. Aproveitando-se do estado de relaxamento, sugere-se que experimentem a meditação, a fim de reconhecerem a diferença entre relaxar e meditar, que pressupõe o ato de esvaziar a mente e desconectar-se do meio exterior. Faz-se, depois, uma roda de conversa sobre a vivência, com o intuito de os estudantes falarem como se sentiram ao praticar os exercícios sugeridos, e compararem esse sentimento com a expectativa inicial que tinham a respeito da prática de ioga.

Passa-se, em seguida, à seção **Leitura 2**, que tem a finalidade de discutir o oferecimento de ioga pelo SUS como uma forma de terapia complementar no cuidado da saúde. Pretende-se que os estudantes opinem a respeito disso, ponderando sobre os benefícios da ioga para a saúde e sobre a prática ser oferecida à população pelo SUS. Estende-se essa avaliação ainda com um boxe **Investigue**, sugerindo que procurem saber se a rede pública de saúde do bairro ou da cidade onde moram oferece alguma prática integrativa como a ioga no tratamento complementar de doenças.

Na seção **E se a gente... produzisse um vídeo publicitário?**, propõe-se aos estudantes a produção de um vídeo que encoraje o público-alvo a pensar na ioga como possibilidade de prática corporal.

Lembre aos estudantes que, como o vídeo publicitário tem por objetivo promover uma ideia para ser adotada por determinado público, sua produção exige conhecer não só o que se vai divulgar como também o público que se quer atingir levando em conta o veículo (vídeo) em que a peça publicitária vai circular. Com esses elementos, os estudantes vão definir a linguagem a ser usada e os recursos persuasivos, tanto de texto como de imagem, que vão empregar.

Para o desenvolvimento do projeto, são apresentadas as etapas a serem cumpridas.

Sugere-se que o vídeo seja divulgado na escola, durante as aulas de Educação Física ou no horário do intervalo. Se achar conveniente, estabeleça um prazo para a exibição dos vídeos para que possam ser vistos mais de uma vez. Depois, a turma escolhe um ou dois para divulgação para a comunidade escolar por meio digital.

Por fim, na seção, **Meu corpo, minha identidade**, os estudantes são convidados a refletir sobre a importância de pensar na inclusão das pessoas com deficiência, em especial daquelas que utilizam cadeira de rodas na prática da ioga. Assim, oferta-se a leitura de uma notícia sobre aulas de ioga adaptadas para cadeirantes. Na sequência, solicita-se uma pesquisa de ássanas que possam ser executadas de maneira sentada e, por fim, indica-se uma vivência com a comunidade interna e externa.

Capítulo 25 Jogos africanos: o brincar para além das fronteiras

O objetivo do capítulo é tematizar os jogos e brincadeiras africanos de forma conjunta com as questões étnico-raciais, a fim de proporcionar aos estudantes alguns conhecimentos sobre o continente africano e sua diversidade cultural, além de estimular uma formação crítica e antirracista. Nesse sentido, o jogo aparece como um saber que ultrapassa as fronteiras geográficas e amplia as possibilidades de diálogos culturais.

Inicialmente, os estudantes são incentivados a refletir sobre jogos e brincadeiras de outros povos e culturas e identificar possíveis similaridades com aqueles que conhecem. É o momento de entender o jogo como um saber universal, que atravessa diferentes espaços, tempos e contextos.

Depois, inicia-se um momento de sensibilização sobre a África, com um boxe **Investigue**, que orienta uma pesquisa sobre quais países do continente têm o português como língua oficial. O objetivo é fazer um levantamento sobre o que eles conhecem da África, e, de maneira coletiva, atuar na quebra de possíveis estereótipos e preconceitos. De forma complementar, apresenta-se por meio de um boxe informativo, questões relativas à realização da Copa do Mundo de Futebol masculino de 2010 na África do Sul, a fim de que os estudantes considerem o processo histórico e político que envolve a escolha de uma sede, tendo em vista a demora para que o continente africano recebesse um evento como este.

Avança-se para a seção **Leitura**, com o texto "A contribuição dos jogos africanos na Educação Física escolar". Pretende-se com ele trazer uma reflexão sobre como os conteúdos nas aulas de Educação Física ainda são baseados principalmente nos esportes e práticas corporais que não dão espaço à tradição das culturas africanas, e, depois, apresentar os jogos africanos como uma possibilidade não apenas de ampliar a diversidade, mas também de propor um caminho de trabalho com a Lei número 10.639/2003.

Na seção **Bora pra quadra?** são propostas vivências com jogos africanos que exploram elementos como a resolução de problemas, a liderança, a organização em equipes, a criatividade e o respeito a regras, além de possibilitar o contato com os saberes corporais do continente africano. Em cada jogo, é

importante recuperar as informações sobre o local de origem, retomando as reflexões sobre a África. O boxe **Fala aí!** convida os estudantes a associarem as experiências práticas que tiveram até aqui com suas vivências pessoais, buscando uma aproximação entre esses saberes.

De maneira complementar, na seção **E se a gente... recriasse um jogo africano?**, propõe-se aos estudantes que recriem um dos jogos africanos vivenciados. Eles deverão pesquisar outros jogos para propor estratégias. Deverão criar as novas regras e pensar nos materiais necessários, considerando as características do jogo, o número de jogadores, o espaço, entre outros aspectos. Depois, em grupos, vão conduzir práticas com os colegas durante a aula. Finalizando esse momento, na **Roda de conversa**, refletem sobre as experiências construídas.

Para fechar o percurso de aprendizagem, propõe-se a seção **Meu corpo, minha identidade**. Na leitura inicial, tomam conhecimento da história de racismo vivida pela filósofa brasileira Djamila Ribeiro. O texto é um estímulo a mais para respaldar a produção de um fanzine, em que os estudantes devem se posicionar no combate ao racismo. Eles deverão, primeiro, aprofundar seus conhecimentos por meio de pesquisas, leituras, para, depois, partir para a produção do material.

UNIDADE 6

CORPO QUE LUTA E DANÇA

Confira as orientações para os capítulos 26 a 30, da Unidade 6.

Capítulo 26 As lutas na minha vida

O objetivo do capítulo é que os estudantes reflitam sobre a importância das lutas brasileiras na construção da identidade das práticas corporais do Brasil, para uma compreensão mais ampla das origens e dos significados historicamente atribuídos a essas lutas. Além disso, propõe-se que utilizem a gestualidade das lutas como uma forma de autoconhecimento e de expressão individual para a adoção de um estilo de vida saudável. As lutas brasileiras focalizadas no capítulo são o *huka-huka*, a luta marajoara e a capoeira. Possibilita-se, assim, o trabalho com os Temas Contemporâneos Transversais (TCT) Diversidade Cultural, Educação para Valorização do Multiculturalismo nas Matrizes Históricas e Culturais Brasileiras e Saúde.

Para iniciar o percurso didático, no boxe **Fala aí!** os estudantes são questionados se já conhecem essas lutas. O objetivo é verificar a familiaridade deles e as expectativas de aprendizagem sobre as lutas desenvolvidas no capítulo.

A primeira seção é **Leitura**, cujo objetivo é que os estudantes conheçam os aspectos históricos e os significados do *huka-huka*, da luta marajoara e da capoeira para os povos de origem e para os atuais praticantes. Para isso, são apresentados trechos do episódio "Terra de luta: as origens da luta no Brasil", do documentário *Espírito da luta*, dirigido por Tadeu Jungle. É muito interessante que os estudantes assistam ao episódio indicado, porém, como nem sempre isso é possível, são apresentadas, no capítulo, transcrições de alguns trechos do vídeo para que as lutas possam ser compreendidas. Por conter variedades linguísticas de regiões diferentes do país, indicamos um trabalho interdisciplinar com o professor de Língua Portuguesa.

Depois do estudo do texto, um boxe informativo apresenta as vertentes mais comuns da capoeira, a Angola e a Regional. Na sequência, o boxe **Bate-papo de respeito** menciona uma fala do Mestre Nenel, com o intuito de motivar uma discussão entre os estudantes sobre as classificações da capoeira, se é importante ou não classificá-la, de acordo com aproximações maiores ou menores, como luta, esporte, dança ou jogo. Finalizando essa parte do capítulo, o boxe **Investigue** tem como propósito incentivar a pesquisa sobre outras lutas brasileiras.

Na seção **Bora pra quadra?**, faz-se uma atividade de vivência. Nessa parte do percurso de aprendizagem, a proposta é que os estudantes experimentem alguns movimentos relacionados às três lutas estudadas no capítulo, tendo como parâmetro a classificação delas por distância dos golpes empregados. Sugere-se que eles se organizem em quartetos para que, enquanto dois lutam, os outros dois assumam a posição de árbitro do confronto. A partir de jogos de toque e agarre os estudantes experimentarão o *huka-huka* e a luta marajoara. E para trabalhar com a capoeira, outro boxe **Investigue** propõe que os estudantes pesquisem por que ela não é considerada uma luta de curta distância. Eles vão aprender alguns movimentos importantes, como golpes, defesas e esquivas, para, em seguida, fazerem uma roda de capoeira.

Após essa atividade de vivência, propõe-se outra na seção **E se a gente... contasse uma luta?**, para fechar o percurso de aprendizagem. O objetivo é que, a partir das gestualidades aprendidas no decorrer do capítulo, os estudantes possam se autoconhecer. A tarefa deles será encenar um relato sobre alguma dificuldade que tiveram ou um grande esforço que fizeram para conseguir realizar alguma vivência corporal nas aulas de Educação Física ou fora delas, refletindo sobre a importância da atividade física para a saúde. Recomendamos que essa seção seja desenvolvida de modo interdisciplinar com o professor de Arte.

A atividade será feita em etapas. Na primeira, os estudantes precisarão pensar em experiências pessoais relacionadas a atividades esportivas para relatar aos colegas. Se houver estudantes que nunca praticaram uma atividade física, eles podem ser incentivados a pensar na luta que travam, diariamente, para conseguir incluir alguma em sua rotina, visando a um estilo de vida saudável. Depois, na segunda etapa, os estudantes precisarão escolher uma das experiências e escrever um breve relato pessoal. Na sequência, deverão se reunir em grupos, compartilhar os relatos e escolher um deles para apresentar à turma. Na terceira etapa, cada grupo deverá elaborar a encenação do relato que vai apresentar. Por fim, na última etapa, em dia e hora marcados cada grupo fará sua apresentação aos demais colegas da turma, para, depois, fazer uma reflexão sobre essa experiência.

O capítulo se encerra com a indicação de um documentário chamado *Anderson Silva: como água*, a fim de os estudantes perceberem que até os grandes lutadores devem se empenhar para alcançar suas metas nas diferentes modalidades esportivas que escolheram.

Bate-papo de respeito

Organize os estudantes em grupos e incentive-os a discutir para que possam apresentar seus pontos de vista e confrontá-los. Uma vez que são várias as formas de encarar a capoeira, para defender seus pontos de vista os estudantes precisarão, inicialmente, identificar as razões pelas quais ela abrange múltiplas classificações: é multifacetada, também considerada dança, luta, brincadeira, guerra, cultura, profissão e uma prática para construir valores. Na capoeira, estão presentes a música e o ritmo conduzindo os movimentos (golpes de defesa e de ataque), o que a aproxima da dança. Também pode ser considerada jogo e brincadeira, pela possibilidade de ser realizada em momentos de lazer, sem nenhuma pretensão de confronto e disputa. Para iniciar a roda, inclusive, é comum que os capoeiristas digam: "Vamos jogar?". Com base nesses aspectos, a turma poderá debater se há alguma necessidade de incorporá-la a alguma classificação, considerando diversas questões culturais que permeiam o contexto da prática. Eles poderão retomar o texto da seção **Leitura**, percebendo que, durante muitos anos, o fato de ser classificada apenas como luta de resistência pode ter induzido a proibição da prática da capoeira.

Ao elencar os argumentos possíveis para o debate, os estudantes também estarão exercitando a habilidade EM13LGG601 da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Reforce que, neste capítulo, a capoeira é priorizada como luta, mas sem reduzi-la a um aspecto só das várias possibilidades que apresenta. Essa reflexão também será feita no capítulo seguinte.

E se a gente... contasse uma luta?

Momento de apresentar e refletir

Nesse momento, leve os estudantes a refletir sobre a experiência de relatar um fato de sua vida aos colegas, avaliando se conseguiram expressar, por meio das linguagens verbal e corporal, o que planejaram, e comentando os sentimentos decorrentes dessa apresentação. Retome o quadro preenchido em **Por dentro do texto** para que eles façam a relação solicitada na primeira célula do quadro com a reflexão que fizeram. De modo geral, as três lutas têm um significado comum para seus povos de origem: manutenção de um conhecimento cultural transmitido entre gerações. Aproveite para refletir sobre o **Recado final**.

Capítulo 27 Capoeira, corpo e ancestralidade

O objetivo do capítulo é tematizar a capoeira como luta não apenas do ponto de vista da prática corporal, mas também como expressão de luta por direitos e contra o racismo estrutural, institucional e cotidiano. A proposta insere-se ainda na abordagem do multiculturalismo com ênfase no Tema Contemporâneo Transversal da Diversidade Cultural. O capítulo busca, assim, ampliar a compreensão sobre a capoeira para além da dimensão procedimental representada por seus movimentos corporais, abarcando também a dimensão do corpo ancestral, que remonta aos saberes e experiências de resistência da cultura africana e afro-brasileira.

O capítulo é aberto com uma imagem de Mestre Pastinha, precursor e maior ícone da Capoeira Angola, gingando em uma roda com um de seus alunos, sendo acompanhado e observado por outros que tocam os instrumentos berimbau e pandeiro. O texto que segue após a imagem evidencia a contradição entre a proibição da capoeira no século XIX e sua instituição como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), em 2014. Tanto a imagem como o texto servem como referências para reflexões sobre a importância da valorização dessa e de outras manifestações da cultura popular que foram e são marginalizadas historicamente.

Em seguida, na seção **Leitura**, é apresentado o texto intitulado "Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora", de Sara Abreu Mata Machado e Rosângela Costa Araújo. O texto busca compartilhar a ideia da capoeira como muito mais do que os movimentos que o corpo realiza para jogar em uma roda; as autoras apresentam a capoeira como uma filosofia de vida, uma forma de ver o mundo. Um modo de vida fundamentado na ancestralidade e que também reflete uma dimensão de luta por repre-

sentatividade. Trata-se da valorização de uma cosmovisão afro-brasileira. O **Papo aberto sobre o texto** e o **Por dentro do texto**, bem como o boxe informativo, ampliam os olhares e reflexões críticas sobre o texto.

Em seguida temos os boxes **Bate-papo de respeito** e **Biblioteca cultural**, que se complementam. O primeiro nos apresenta Antônio Bispo dos Santos, o Nego Bispo, liderança quilombola, falecido em 2023, que destaca a cosmovisão dos povos contracolonizadores e o conceito de circularidade, segundo o qual o ciclo da vida se materializa como começo, meio e começo. Essa reflexão pode ser ampliada por meio da leitura do livro *A terra dá, a terra quer*, de Nego Bispo, que é o destaque do boxe **Biblioteca cultural**.

O boxe **Fala aí!** recupera a discussão sobre ancestralidade, trazida na seção **Leitura**, e circularidade, apresentada por Antônio Bispo dos Santos no boxe **Bate-papo de respeito**, e provoca uma reflexão sobre a aplicação desses conceitos na vida dos estudantes.

O boxe **Investigue** solicita que os estudantes pesquisem sobre mestres e mestras de capoeira, para ampliar as referências e conhecimentos sobre essas lideranças, e aponta para a possibilidade de convidarem mestres ou mestras que possam participar de um bate-papo na escola para contar um pouco sobre suas histórias.

A seguir, temos a seção **E se a gente... fizesse um canto de capoeira?**. A introdução dessa seção traz outro excerto do texto da seção **Leitura** que não havia sido reproduzido anteriormente, no qual as autoras discorrem sobre as interseções entre a ancestralidade na Capoeira Angola e os cantos que a acompanham. A seção apresenta ainda a estrutura do canto de capoeira, compreendendo a ladainha, a chula/louvação e o corrido. Depois, é proposto que os estudantes, em grupos de cinco integrantes, pesquisem, elaborem e compartilhem seus cantos de capoeira. Acompanhe todas as etapas do processo, auxiliando na divisão dos grupos, nas pesquisas e na composição dos cantos naquilo que os estudantes tiverem dificuldade, mas evitando interferir na autonomia dos grupos. Procure valorizar o processo criativo de cada grupo à medida que forem produzindo seus textos, incentivando os estudantes a expressarem-se de forma criativa usando as referências de suas vivências. Estabeleça, de forma explícita com a turma, que não serão tolerados discursos de ódio e de preconceito de qualquer natureza nos cantos de capoeira.

Em um outro boxe **Biblioteca cultural**, é apresentado o documentário *Jogo de corpo: capoeira e ancestralidade*, que retrata a busca pelas raízes da Capoeira Angola no continente africano, por parte de Mestre Cobra Mansa. Sugere-se, se possível, exibir o documentário para a turma, promovendo uma conversa na sequência. Aceita a sugestão, incentive a turma a tomar nota de passagens do documentário, além de trechos do texto da seção **Leitura** e do conteúdo do boxe **Bate-papo de respeito**, para, com base nessas anotações, fazer aproximações entre os textos. Procure estabelecer um ambiente de diálogo e respeito às falas, deixando novamente explícito que não serão toleradas falas preconceituosas e discursos de ódio em relação aos saberes e experiências ancestrais dos povos afrodescendentes, bem como de outros povos.

Na sequência, temos a seção **Bora pra quadra?**. No conjunto de atividades proposto, o principal objetivo é proporcionar uma experiência de acolhimento, sem julgamentos e preconceitos. Para isso, procure construir com os estudantes a proposta de Comunidade de Aprendizagem, buscando valorizar cada fala respeitosa e acolhedora e ao mesmo tempo não admitindo expressões de ódio e/ou de qualquer tipo de desqualificação do outro. A execução de movimentos considerados técnica ou biomecanicamente adequados não é o principal objetivo, mas sim vivenciar e fruir as experiências. As vivências dessa seção iniciam-se pela exploração de movimentos, na qual os estudantes deverão recuperar movimentos da capoeira abordados no Capítulo 26; em seguida são realizados alguns jogos de luta que propõem desafios de disputas em duplas de forma lúdica e respeitosa. Apoiando-se nessas experiências, é proposta uma roda de capoeira para finalizar a seção.

No **Recado final** é destacada a diversidade de expressões que caracteriza a capoeira, o que tona difícil seu enquadramento como luta, jogo ou dança. Deve-se assumir a capoeira como essa expressão sincrética da cultura corporal de movimento, carregada de sentidos ancestrais.

Boxe: Comunidades de aprendizagem

Aproveite a discussão proposta no boxe para reforçar para a turma a importância do estabelecimento dessa configuração de uma comunidade de aprendizagem na qual todas as vozes devem ser ouvidas, acolhidas e respeitadas, não apenas para a capoeira, mas para todas as aprendizagens das aulas de Educação Física, na medida em que, para muitas pessoas, se expressar "de corpo inteiro" envolve muito constrangimento vinculado a diferentes modos de violência vivenciados no decorrer da vida. Aproveite ainda para chamar a atenção da turma para a citação de Paulo Freire, patrono da educação no Brasil, como referência do pensamento de bell hooks. Esta é uma oportunidade para demarcar a importância de Paulo Freire para a educação não só do Brasil, mas de todo o mundo.

Capítulo 28 Me concede uma dança?

O objetivo deste capítulo é apresentar as danças de salão como uma das práticas de dança possíveis de serem trabalhadas na escola. Pretende-se, para isso, considerar os conhecimentos prévios que os estudantes trazem sobre a dança de salão para então partir para a experiência de compartilhar esses saberes.

Inicialmente, os estudantes são incentivados a dizer se conhecem as modalidades de dança de salão e, na sequência, são apresentadas algumas informações históricas, revelando que essa prática surgiu, provavelmente, na Europa renascentista e, para a sociedade da época, era como um ritual em contextos de celebração.

Depois de conhecerem um pouco mais sobre a dança de salão, na seção **Bora pra quadra?** propõe-se uma atividade de vivência, na qual os estudantes, a partir do compartilhamento de saberes com os colegas, vão arriscar alguns passos de dança. Organizados em duplas, eles deverão dançar conforme ritmos diversos apresentados pelo professor. A ideia é que dancem de acordo com o que sabem sobre o ritmo ou se inspirem nos colegas, e, caso não conheçam algum, improvisem os passos. Ao final, refletem sobre essas experiências, por meio da **Roda de conversa**.

Em seguida, em um boxe **Investigue**, solicita-se aos estudantes que pesquisem os ritmos experimentados e outros que não foram apresentados na aula. Na sequência, um boxe informativo chama a atenção dos estudantes para o fato de as danças de salão também serem conhecidas como danças sociais, uma vez que se fazem presentes em contextos diversos de entretenimento e lazer.

Avança-se para a seção **Leitura 1**, em que é posto em discussão um texto da professora Catia Mary Volp, "A Dança de Salão como um dos conteúdos de dança na escola". O objetivo é trazer algumas informações conceituais que caracterizam a dança de salão, como as movimentações específicas determinadas pelo ritmo de cada modalidade, e defendê-la como uma prática corporal importante de convívio social. Além disso, os estudantes serão solicitados a associar tais elementos descritos no texto com a vivência que tiveram na seção **Bora pra quadra?**. Busca-se, assim, construir a ideia de que a dança de salão é uma prática muito apropriada para ser objeto do ensino de Educação Física na escola.

Coloca-se em questão, ainda, com o boxe **Fala aí!**, o porquê de, nas danças de salão, tradicionalmente os homens conduzirem as mulheres. Remonta-se, então, ao contexto no qual essas danças surgiram, para pontuar que, naquela época, os homens reproduziam na dança o comportamento social comum a outros contextos sociais, em que eles conduziam as mulheres e elas os seguiam. Diante dessa informação, os estudantes são levados a refletir se na atualidade esse padrão não pode ser rompido. No contexto escolar, por exemplo, como espaço de formação crítica, é importante debater esse assunto. Encerrando essa seção de leitura, há um boxe **Biblioteca cultural** com a sugestão do filme *O dançarino do deserto*, que suscita reflexões sobre questões culturais e sociais que se relacionam com as práticas corporais e artísticas e, em especial, com a dança.

Na sequência, apresenta-se, na seção **Leitura 2**, a letra de canção "A volta da gafieira", composição de Dida e Dedé da Portela, gravada por Alcione. A ideia é refletir sobre como uma manifestação cultural tão importante precisa de apoio para não ser esquecida e sobre como uma canção pode atuar como um instrumento para dar voz aos conhecimentos culturais produzidos ao longo da história de nosso país.

Para fechar o percurso de aprendizagem, propõe-se uma atividade em duas etapas. Na primeira, em mais uma seção **Bora pra quadra?**, os estudantes experimentam dançar o samba de gafieira. Essa etapa da atividade consiste em eles – inicialmente, sozinhos, e, quando estiverem mais familiarizados com o ritmo, em duplas – fazerem, em partes, cada um dos passos básicos da modalidade, para aprenderem a executar corretamente as evoluções propostas. Vale ressaltar que as posições de condutor e conduzido serão assumidas por quem se sentir mais confortável com cada uma delas. Depois, em uma roda de conversa, eles terão a chance de compartilhar sua análise sobre a experiência, para, na segunda etapa da atividade, na seção **E se a gente... fizesse uma coreografia?**, planejarem uma coreografia. Para isso, em duplas, deverão considerar os passos realizados na primeira etapa e pesquisar pelo menos mais um para acrescentar à coreografia. Nessa etapa, será importante orientá-los quanto à estética da dança, ou seja, ao fato de que a coreografia, além de passos bem executados, precisa ser criativa e expressiva.

Entre as duas etapas, propõe-se, em mais um boxe **Investigue**, uma pesquisa sobre o preconceito que cercou o samba de gafieira e sobre a origem de seu nome. E o boxe **Trabalho e juventudes**, traz uma possibilidade a ser considerada na perspectiva do projeto de vida dos estudantes.

Capítulo 29 *Click*: descobrindo dançar a dois

O objetivo deste capítulo é ampliar o repertório dos estudantes em relação às danças de salão. Para isso, propõe-se a discussão sobre a maneira como essas modalidades de dança são apresentadas na mídia em contraposição a outras possibilidades de apropriação.

Inicialmente, no boxe **Fala aí!**, para um levantamento das referências que trazem, os estudantes são convidados a conversar sobre sua experiência com a dança de salão por meio das diversas mídias, para, em seguida, ler e discutir dois textos. O primeiro é um trecho de um artigo científico cujo foco é fazer algumas análises sobre como a dança tem sido explorada nas redes sociais. Nele é possível destacar como essas plataformas, que atuam principalmente por meio de vídeos curtos, têm colocado novas formas de experimentar a dança, o que pode ser um ponto de partida para se ampliar a informação dos estudantes sobre esta prática corporal. Já o segundo texto, também um artigo científico, busca valorizar o fato de a dança estar sempre presente na televisão, permitindo que mais pessoas tenham acesso a apresentações diversas. No entanto, é necessário estar atento à necessidade de a escola oferecer aos estudantes ferramentas capazes de orientá-los para um consumo crítico do que é visto em programas televisivos. Pretende-se, com o confronto

desses dois textos, que os estudantes reflitam sobre o papel da escola na formação deles e cheguem à conclusão de que, no espaço escolar, eles aprendem como obter conhecimento de forma embasada.

Em seguida, o boxe **Investigue** incentiva os estudantes a pesquisar outras maneiras de apropriação da dança, voltadas para a saúde, o lazer e a socialização. Conversando com essa perspectiva, no boxe **Biblioteca cultural**, dois filmes são sugeridos: *O lado bom da vida* e *Dança comigo?*, cujos enredos desenvolvem histórias de como a dança de salão pode ser incorporada ao cotidiano das pessoas.

Na sequência, na seção **Bora pra quadra?**, propõe-se aos estudantes uma atividade para experienciarem algumas danças de salão. Essa atividade compreende a realização de etapas diversas, que culminarão na organização de um evento no qual os estudantes oferecerão oficinas de dança de salão. Na primeira etapa, organizados em grupos, eles vão pesquisar vídeos na internet e assistir a eles para conhecer diferentes danças de salão. Depois, cada grupo escolherá uma dança (os estudantes devem ser orientados a escolher as mais simples de serem executadas ou aquelas que melhor se adequarem ao contexto) e fará uma nova pesquisa, a fim de conhecer a história e as características dessa dança. Na segunda etapa, eles devem experimentar alguns passos da dança de seu grupo e produzir um vídeo, no qual falarão sobre ela e ensinarão três passos. Os vídeos serão vistos pela turma na terceira etapa. Na sequência, os grupos deverão avaliar os vídeos uns dos outros, com a finalidade de ajudar a melhorar o trabalho dos colegas, dando dicas de como as informações sobre a dança e a demonstração dos passos podem ser apresentadas de maneira mais clara e objetiva. Na quarta etapa, seguindo as sugestões dos colegas, os grupos terão a oportunidade de ajustar os vídeos, visando à eficiência da estrutura do evento que promoverão ao final do processo. Finalmente, na quinta etapa, os estudantes formarão equipes de trabalho, de modo que cada uma ficará responsável por desenvolver uma tarefa necessária para a viabilização do evento. A ideia é que esse evento seja aberto a toda a comunidade escolar, tanto interna quanto externa.

Na última seção, **E se a gente... criasse uma nova dança?**, os estudantes são convidados a resolver um problema corporal a partir de conteúdos presentes nas redes sociais. A ideia é recuperar as reflexões desenvolvidas no texto 1 com as experiências pessoais dos estudantes nessas plataformas para recriar coreografias.

Biblioteca cultural

Os filmes indicados no boxe podem auxiliar os estudantes a observar a dança contextualizada como uma prática corporal do dia a dia, isto é, como uma opção para o lazer e a socialização, feita por pessoas que não são celebridades. Muitos filmes a colocam como espetáculo (por meio de competições grandiosas, apresentações irretocáveis, entre outros casos). No entanto, esses são exemplos que propiciam a oportunidade de falar sobre ela como uma possibilidade mais próxima da realidade das pessoas. Para dançar, não são necessárias grandes habilidades técnicas; é preciso apenas se identificar, se desafiar e se divertir com a prática. Além de indicar os dois filmes, você pode escolher um deles para exibir na aula.

Bora pra quadra?

Nessa seção, os estudantes, organizados em grupos, farão investigações sobre diversas danças de salão (escolhidas por afinidade). O trabalho será estruturado em algumas etapas e finalizado com pequenas oficinas de dança na escola. Trata-se de uma experiência que se apoiará em passos e evoluções mais simples, com a descoberta guiada durante o processo de aprendizagem e pesquisa. Você atuará como mediador desse processo para que os estudantes se sintam confiantes em descobrir novos conhecimentos e compartilhá-los com a comunidade. No entanto, destacamos que você pode convidar outros professores, em especial o de Arte, para trabalhar de forma conjunta. Membros da comunidade e estudantes que, porventura, tenham experiência com danças de salão podem ser igualmente convidados para fazer parceria com você ou com os grupos. Também seria interessante que um membro da comunidade atuasse em conjunto com cada um dos grupos. Indicamos a seguir algumas estratégias para que, mesmo com limitações, você se sinta apoiado para desenvolver esse conteúdo e para adaptar os elementos técnicos ao contexto escolar. Ao longo dessa seção, trabalharemos principalmente as habilidades EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG503 e EM13LGG601 da Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

Na etapa 1, auxilie os estudantes no processo de escolha das danças. Como o samba de gafieira foi tema dessa seção no Capítulo 28 (*Me concede uma dança?*) deste volume, indicamos que não seja elencado como opção para esse momento.

É importante avaliar o nível de dificuldade de cada dança sugerida, além das referências que seus estudantes têm. As danças clássicas, por exemplo, podem apresentar maiores desafios. No entanto, avalie cada opção de acordo com o contexto e saberes prévios dos estudantes.

Como não será seguido o rigor técnico das danças de salão, os estudantes que escolherem a valsa podem optar pela valsa lenta, pela valsa vienense ou por uma versão simplificada da dança, que combine elementos dessas duas modalidades. Da mesma forma, o grupo de tango pode apresentar alguns elementos do tango internacional ou uma versão mais simples da dança. Explique que o forró, a lambada, o *zouk*, a salsa e o bolero são danças que não aparecem na classificação internacional, vista anteriormente

no boxe informativo, já que não são "esportivizadas" segundo a Federação Internacional de Dança Esportiva, o que não significa que não sejam danças de salão, ou, mesmo, que tenham menos importância.

Além disso, elas são muito comuns tanto no Brasil quanto em outros lugares do mundo. Abra espaço para que os estudantes pesquisem outras danças e, inclusive, outros métodos de classificação possíveis. Supervisione a pesquisa na internet, garantindo o acesso a *sites* confiáveis e adequados à faixa etária da turma. Caso não seja possível realizar o levantamento pela internet, proponha outras formas de fazê-lo, como a consulta a livros e revistas ou um mapeamento de diferentes aulas de dança que ocorrem na comunidade.

É importante apresentar previamente a ficha de avaliação indicada na etapa 3, pois os estudantes já ficarão atentos aos elementos que precisarão considerar durante as etapas de trabalho. Além dos vídeos, facilmente encontrados na internet, uma boa fonte de pesquisa é o livro de Bettina Ried, *Fundamentos de dança de salão* (Londrina: Midiograf, 2003).

Para a etapa 5, sugerimos a formação de cinco equipes. Essa divisão possibilitará a distribuição das tarefas entre os estudantes. Entretanto, avalie a quantidade de estudantes e grupos e ajuste-a a seu contexto.

Capítulo 30 Cooperação no jogo da vida

O objetivo do capítulo é que os estudantes aprofundem, na teoria e na prática, seus conhecimentos sobre os jogos cooperativos e suas categorias, e discutam a cooperação em diferentes contextos. Eles também são convidados a refletir e debater sobre o *bullying*, tendo os jogos cooperativos como aliados na prevenção e combate desse ato de violência. Ao final, os estudantes são convidados a divulgar suas aprendizagens, contribuindo para a disseminação de conhecimentos sobre jogos cooperativos e *bullying*.

Depois de uma conversa sobre o que conhecem dos jogos cooperativos, proposta no boxe **Fala aí!**, na seção **Leitura** os estudantes são levados a discutir os jogos cooperativos, seus princípios e características, e a relação entre cooperação e competição, a partir de um trecho da dissertação do pesquisador Fábio Otuzi Brotto. Em seguida, os estudantes deverão pesquisar a diferença entre jogos cooperativos e jogos competitivos, conforme proposto no boxe **Investigue**.

Seguindo com a seção **E se a gente... cooperasse e investigasse?**, os estudantes são convidados a ampliar suas experiências em relação aos jogos cooperativos escolhendo uma categoria para uma apresentação oral. Para isso, deverão investigar, organizar e apresentar os conceitos e objetivos dessa categoria e escolher um jogo que a represente para uma vivência. No final, conversam sobre a apresentação, tanto em relação à forma e aos recursos utilizados, como em relação ao conteúdo, e também sobre a vivência, os benefícios e a cooperação que proporcionou.

Na seção **Bora pra quadra?** são propostos alguns jogos cooperativos nas quatro categorias: jogos sem perdedores; jogos de resultado coletivo; jogos de inversão; jogos semicooperativos. As atividades poderão ser realizadas logo após cada apresentação oral correspondente ao tipo de jogo cooperativo, ou em outra sequência que você considerar melhor. Ao término, é importante que se discutam mais uma vez os valores cooperativos, como os estudantes reagiram à proposta e se houve transferência dessas aprendizagens para outros momentos dentro e fora da escola. A roda de conversa sobre a atividade faz os estudantes retomarem a resposta que deram no início do capítulo sobre os benefícios dos jogos cooperativos, comparando a percepção deles antes e depois das vivências.

Por fim, na seção **Meu corpo, minha identidade**, os estudantes vão refletir sobre as ações que podem ser tomadas diante de um caso de *bullying* que possa ocorrer na escola e como os jogos cooperativos podem ser aliados contra essa prática. É proposto o jogo cooperativo "A torre no abismo" e após a vivência os estudantes devem discutir como esse jogo pode auxiliar na prevenção e no combate ao *bullying*. Para concluir, indica-se que os estudantes criem um *vlog* relatando as experiências, aprendizagens e discussões que tiveram durante o capítulo, de modo especial sobre o *bullying*.

E se a gente... cooperasse e investigasse?

O tempo estipulado para a apresentação e a vivência deverá adequar-se a seu planejamento. Indicamos que haja disponibilidade de uma a duas aulas por grupo. Você pode também complementar as informações dos estudantes e apresentar mais duas possibilidades de jogo cooperativo de cada tipo ao final de cada apresentação, conforme o que é descrito na seção **Bora pra quadra?**. Assim, será necessário que as vivências com os jogos cooperativos sejam mais longas, pois demandam muita conversa e até mesmo ajustes. Em alguns momentos podem surgir conflitos, pois muitos estudantes não conseguem compreender a lógica cooperativa e automaticamente vão querer competir.

Meu corpo, minha identidade

"A torre no abismo" é um jogo cooperativo de resultado coletivo. Para esse jogo, será necessário ter peças que possam ser empilhadas formando uma torre que tenha de seis a dez partes com tamanhos diferentes entre si, que se encaixam ou não. Você pode fazer essas peças com papéis mais resistentes, EVA, madeira, potes, entre outros. O importante é que tenham o mesmo formato, conforme os exemplos da figura a seguir.



PAULO MANZI/ARQUIVO DA EDITORA

Marque um **X** no chão, como centro do abismo, e, a 1,5 metro desse ponto, em lados opostos, demarque uma linha limitante, com giz ou com fita crepe. É importante medir a distância entre as linhas e o **X** de acordo com a altura dos estudantes, considerando um tamanho médio entre eles, de modo que, quando inclinados, eles consigam alcançar a marcação em **X** no centro do abismo e nela colocar a peça.

Marque o tempo que eles levarão para concluir essa atividade na primeira tentativa. Caso haja tempo de aula disponível, estipule um período menor para concluírem a tarefa, a fim de que se sintam mais estimulados para executá-la com rapidez e para que todos possam comemorar a vitória juntos.

Educação midiática: *Bullying* e *cyberbullying*

Nesta seção **Educação midiática**, será abordado o *bullying* e, principalmente, o *cyberbullying*. Por tratar-se de temas sensíveis, é importante estar preparado para abordá-los com a turma, garantindo mediações e intervenções adequadas e significativas. Algumas referências que podem ajudá-lo são:

- EDUCAÇÃO PÚBLICA. ***Bullying* e *cyberbullying***: atualizações científicas sobre um tema que não pode ser ignorado pelos professores. Disponível em: https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/29/bullying-e-cyberbullying-atualizacoes-cientificas-sobre-um-tema-que-nao-pode-ser-ignorado-pelos-professores. Acesso em: 27 jul. 2024.
- SAFERNET. **Professores trocam experiências sobre como lidar com violências *online* em sala de aula**. Disponível em: https://new.safernet.org.br/content/professores-trocam-experiencias-sobre-como-lidar-com-violencias-online-em-sala-de-aula. Acesso em: 27 jul. 2024.

Antes de iniciar o trabalho com a seção, verifique se não há casos de *bullying* envolvendo a turma, comunicados ou não à escola, o que pode interferir no desenvolvimento da atividade. Também faça um levantamento dos conhecimentos prévios da turma sobre o assunto. Observe como os estudantes reagem diante do tema e, com base nisso, defina a melhor abordagem. É importante promover um ambiente em que eles se sintam seguros para falar, garantindo que suas experiências e opiniões sejam acolhidas. Cuide para que os estudantes não sejam expostos ou constrangidos, e não exponham colegas.

É possível que algum estudante se sinta encorajado a denunciar que é vítima de *bullying* ou *cyberbullying*. Nesse caso, ouça-o com atenção e respeito, proponha uma conversa reservada para entender melhor o caso e, junto à família e à direção da escola, tome as providencias necessárias. Monitorar o andamento do caso e oferecer apoio à vítima também são passos indispensáveis.

A seção inicia com um levantamento sobre o que os estudantes pensam sobre o *bullying* e o *cyberbullying* e sua criminalização. A atividade pode ser feita com a turma toda ou com os estudantes organizados em grupos.

Incentive a participação de todos e procure criar um ambiente de respeito à pluralidade de ideias e aos direitos humanos. Considerando que crianças e adolescentes estão entre os principais praticantes e alvos de *bullying* e *cyberbullying*, as questões 3 e 4 procuram fazer uma abordagem crítica e complexa sobre a criminalização desses atos, propondo caminhos que possam evitar punições, quando possível. Pode-se sugerir, por exemplo, a educação, para o uso respeitoso e consciente das mídias digitais, e o apoio às crianças e adolescentes envolvidos em casos de *cyberbullying*, para que encontrem formas não violentas de se expressar ou eventualmente de lidar com problemas.

Ao final da seção, é proposta a produção de uma *performance*, que pode envolver dança, sobre *bullying* e *cyberbullying*. A ideia é que os movimentos corporais sejam a principal linguagem empregada. Para oferecer referências aos estudantes, pode-se propor que assistam a *performances* como:

- APART / bullying choreography / Carolina Cantinho. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=ZsBZjQcnx4c. Acesso em: 27 jul. 2024.

Na etapa de pesquisa, ajude a turma a se organizar em grupos e oriente os estudantes na busca de informações em fontes confiáveis. Fontes que podem ser sugeridas:

- UNICEF. ***Cyberbullying***: o que é e como pará-lo. O que os adolescentes querem saber sobre *cyberbullying*. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/cyberbullying-o-que-eh-e-como-para-lo. Acesso em: 26 jul. 2024.
- AGÊNCIA BRASIL EBC. **IBGE**: um em cada dez estudantes já foi ofendido nas redes sociais. Disponível em: https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2021-09/ibge-um-em-cada-dez-estudantes-ja-foi-ofendido-nas-redes-sociais. Acesso em: 26 jul. 2024.

Auxilie os estudantes na sistematização das ideias e informações para a composição da *performance*. Incentive o protagonismo deles e ofereça apoio quando julgar necessário. Acompanhe os ensaios propondo ajustes e aprimoramentos que julgar pertinentes. Ofereça suporte também na fase de edição dos vídeos, caso optem por essa estratégia. Na internet, é possível encontrar editores de vídeo gratuitos. Conduza a turma na busca e uso desses aplicativos. Cuide para acompanhar a edição do material até a versão final e solicite autorização da escola para a divulgação dele.

ISBN 978-85-16-14144-8

