



**EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E
PLANEJAMENTO PARTICIPATIVO: uma
proposta pedagógica para os anos iniciais
do ensino fundamental**



Victor Hugo Miranda da Cruz

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO
FÍSICA

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E PLANEJAMENTO
PARTICIPATIVO: uma proposta pedagógica para os anos
iniciais do ensino fundamental

REALIZAÇÃO

EXECUÇÃO

VICTOR HUGO MIRANDA DA CRUZ

SUPERVISÃO GERAL

VÂNIA DE FÁTIMA MATIAS DE SOUZA

ILUSTRAÇÕES

PINTEREST.COM

IMAGENS

*FOTOS EXTRAÍDAS DA PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR –
PESQUISADOR DEVIDAMENTE AUTORIZADAS PELOS RESPONSÁVEIS LEGAIS.*

Maringá – Paraná

2024



Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)
(Biblioteca Central - UEM, Maringá - PR, Brasil)

C957e

Cruz , Victor Hugo Miranda da

Educação física escolar e planejamento participativo: uma proposta pedagógica para os anos iniciais do ensino fundamental : / Victor Hugo Miranda da Cruz . -- Maringá, PR, 2024.
29 f.

Acompanha a dissertação de mestrado: Educação física escolar e planejamento participativo: uma proposta pedagógica para os anos iniciais do ensino fundamental . 113 f.

Orientadora: Profa. Dra. Vânia de Fátima Matias de Souza .

Produto Educacional - Mestrado Profissional - Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde, Departamento de Educação Física, Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF, 2024.

1. Educação física escolar . 2. Currículo da Rede Estadual Paranaense (Crep). 3. Planejamento participativo . I. Souza , Vânia de Fátima Matias de, orient. II. Universidade Estadual de Maringá. Centro de Ciências da Saúde. Departamento de Educação Física. Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF. III. Título.

CDD 23.ed. 796

Jane Lessa Monção - CRB 9/1173

Referência da Dissertação:

CRUZ, Victor Hugo Miranda da. EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E PLANEJAMENTO PARTICIPATIVO: uma proposta pedagógica para os anos iniciais do ensino fundamental. 113 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Maringá. Orientadora: Profa. Dra. Vânia de Fátima Matias de Souza. Maringá, 2024.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	6
Quadro I. Estruturação da unidade didática	8
Aula 1	11
Aula 2	13
Aula 3	15
Aula 4	17
Aula 5	19
Aula 6	21
Atividades de registro	23
REFERÊNCIAS	29

APRESENTAÇÃO

Esse material didático é o produto final da pesquisa intitulada “Educação física escolar e planejamento participativo: uma proposta pedagógica para os anos iniciais do ensino fundamental”, que foi elaborada e apresentada ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF).

A pesquisa que originou este produto teve por objetivo geral apresentar uma proposta pedagógica pautada no planejamento participativo, a partir dos direcionamentos do Currículo da Rede Estadual Paranaense (CREP) (Paraná, 2019) para intervenção nas aulas de Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental.

Como técnica adotou-se a pesquisa do tipo intervenção pedagógica, visto que, este tipo de pesquisa compreende o planejamento e a implementação de interferências entendidas como mudanças e inovações pedagógicas que são destinadas a produzir avanços e melhorias nos processos de aprendizagem dos sujeitos que delas participam e, posteriormente, avaliação dos efeitos dessas interferências (Damiani, 2015).

Para melhor compreender esta proposta, vale retomar brevemente as inquietações e motivações iniciais que impulsionaram a realização deste trabalho. Considerando que o currículo é um documento de caráter normativo utilizado para definir o conjunto de saberes que são essenciais para a formação das crianças e adolescentes (Stutz, 2020), a estruturação do CREP se baseia na proposta apresentada na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2018). Entretanto, são apontadas fragilidades na implementação efetiva destes documentos oficiais no cenário educacional brasileiro (Betti, 2018; Callai, 2019). Vasconcelos (2023) relata um distanciamento entre os documentos normativos e a esfera de atuação política e docente nas escolas, tanto na organização dos conteúdos quanto no ensino e atribui a isso uma relação conflituosa, visto que as determinações da BNCC podem não expressar a realidade de determinado contexto.

Desta forma, ao fazer uso do CREP, surgiram momentos de reflexão sobre este documento que norteia o planejamento do professor e conseqüentemente os conteúdos abordados em aula e sua sequência

pedagógica, além de indagações e questionamentos relacionados a importância de um currículo que contemple as características locais e as necessidades dos professores e estudantes e proporcione uma abordagem além do fazer, mas que também caminhe em direção ao saber sobre o fazer, visto a dificuldade dos professores abordarem o conhecimento que trata este componente curricular em suas três dimensões na busca por uma formação integral do estudante.

Neste cenário, se percebeu necessário buscar caminhos que aproximem estes documentos da realidade em que se inserem. Nascimento (2020) atrela ao planejamento no âmbito educacional grande importância, sendo uma ação necessária para se obter sucesso e referência para nortear as ações dos professores. Por sua vez, o planejamento participativo é compreendido como um instrumento de organização do processo de ensino aprendizagem em que o poder é descentralizado do professor e o estudante se sente parte do processo educacional (Gandin, 2001). Desta forma, esse modelo de planejamento tem mostrado possibilitar a democratização do ambiente escolar e o favorecimento na construção de um currículo dialógico e libertador (Silva, 2020). Além da aproximação dos conteúdos com o contexto escolar, o aumento da diversificação dos conteúdos e ampliação da temática estudada (Silva, 2019), assim como a criação de um ambiente caracterizado pela sensação de pertencimento, envolvimento e motivação dos estudantes (Nascimento, 2020).

A princípio, buscou identificar junto aos professores do município de Mandaguari – PR algumas dificuldades com o uso do CREP no contexto escolar, para então determinar a unidade temática e o ano dos anos iniciais do ensino fundamental (1º ao 5º) em que se desenvolveria a presente pesquisa. Desta forma, a proposta didática apresentada foi desenvolvida com a unidade temática “Práticas corporais de aventura” para o 3º ano, tendo por intencionalidade subsidiar o trabalho docente a partir do planejamento participativo nas aulas de educação física, contribuindo para minimizar algumas dificuldades dos professores e limitações da proposta curricular envolvida. Com isso, foi elaborada e desenvolvida de forma participativa com os estudantes a unidade didática sobre as práticas corporais de aventura, cuja estruturação está apresentada no quadro I e em seguida os planos de aula desta unidade

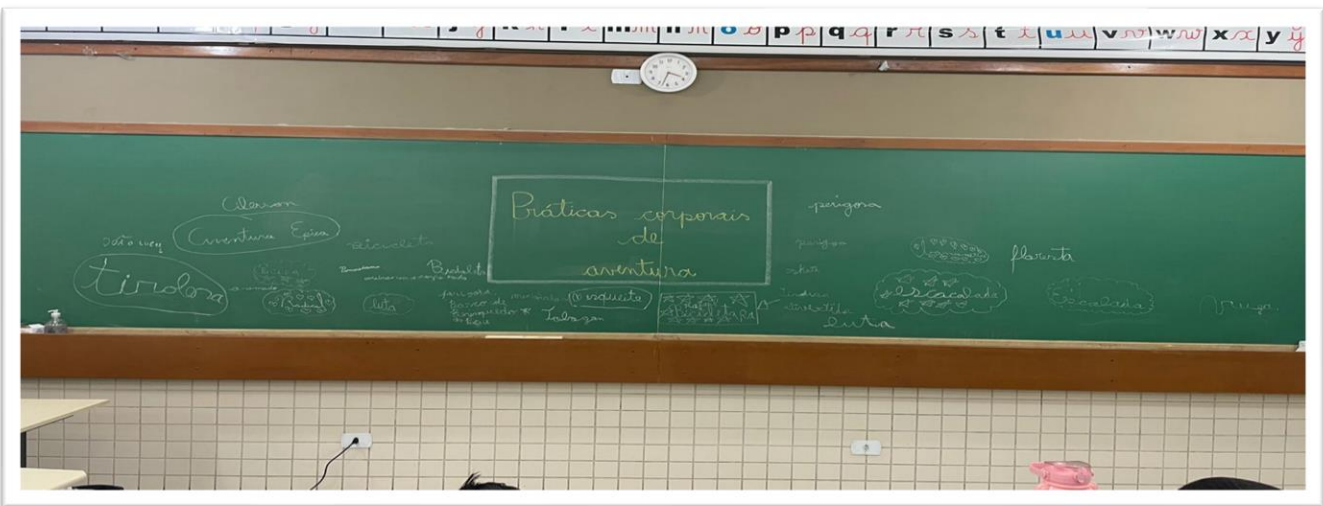
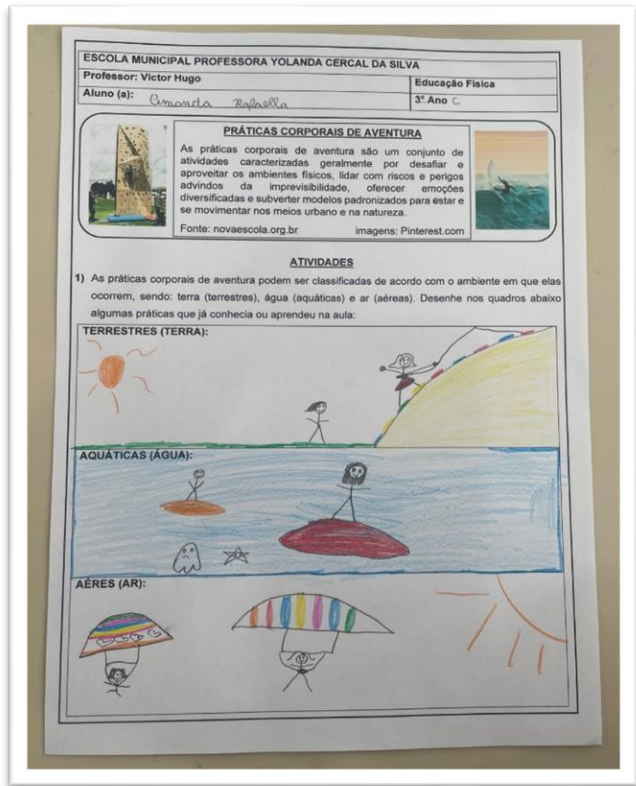
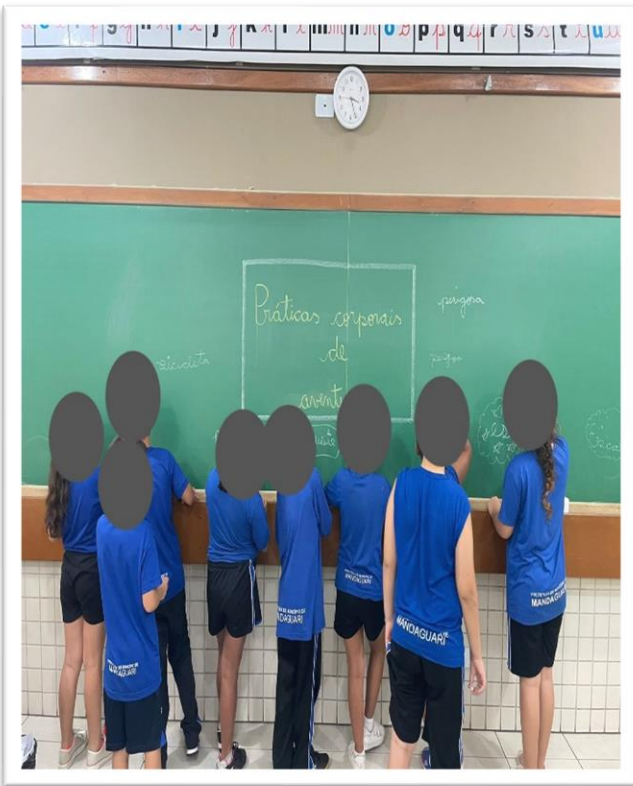
Quadro I. Estruturação da unidade didática

Unidade temática: Práticas corporais de aventura			
Objetivo geral: Identificar, conhecer e experimentar as práticas corporais de aventura por meio atividade lúdicas que possibilitem aos estudantes superarem obstáculos e desafios de forma individual e coletiva, identificando os elementos que caracterizam essas práticas.			
Aula	Objeto de conhecimento	Objetivos	Habilidades
1	Jogos de aventura	<ul style="list-style-type: none">• Apresentar a unidade temática que será estudada assim como as principais características e conceitos das práticas corporais de aventura.• Identificar o conhecimento prévio dos estudantes.• Identificar e vivenciar por meio de atividades lúdicas os espaços escolares e as habilidades básicas que possibilitem as práticas de aventura na escola.• Planejar de forma participativa os conteúdos a serem abordados.	<p>PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p>
2	Jogos de aventura: escalada.	<ul style="list-style-type: none">• Apresentar os principais conceitos, características e diferenciar os tipos de escalada;• Vivenciar jogos de aventura relacionados a prática da escalada no espaço escolar;• Explorar situações de escalada em travessia.	<p>PR.EF03EF.n.3.17 Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p>
3	Jogos de aventura: arvorismo.	<ul style="list-style-type: none">• Apresentar os principais conceitos e características do arvorismo;• Identificar os possíveis riscos e propor procedimentos de segurança durante a atividade;	<p>PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> Vivenciar a prática do arvorismo no espaço escolar e desenvolver estratégias para transpor os obstáculos realizando algumas técnicas de passagem (decúbito ventral, decúbito dorsal e falsa baiana). 	PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.
4	Jogos de aventura: slackline.	<ul style="list-style-type: none"> Apresentar os conceitos e características do slackline, assim como os principais equipamentos para prática e segurança. Explorar e vivenciar jogos de aventura relacionados a prática do slackline. 	<p>PR.EF03EF.n.3.17 Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.</p>
5	Jogos de aventura: corrida de obstáculos.	<ul style="list-style-type: none"> Apresentar os principais conceitos e características da corrida de obstáculos. Conhecer alguns tipos de obstáculos. Vivenciar a corrida de obstáculos de forma adaptada ao espaço e materiais da escola. Elaborar e refletir sobre estratégias corporais para transpor os obstáculos com segurança. 	<p>PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.</p>
6	Jogos de aventura: parkour.	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer os principais conceitos e características do parkour; Vivenciar de forma lúdica, adaptada e segura o parkour; Identificar os principais riscos dessa prática e buscar estratégias para minimiza-los; 	<p>PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.</p> <p>PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua</p>

	<ul style="list-style-type: none">• Conhecer os locais onde essa prática é realizada;• Relacionar o parkour com a preservação dos espaços públicos e urbanos.	superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.
--	--	---

Aula 1	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais. PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico. PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentar a unidade temática que será estudada assim como as principais características e conceitos das práticas corporais de aventura. • Identificar o conhecimento prévio dos estudantes. • Identificar e vivenciar por meio de atividades lúdicas os espaços escolares e as habilidades básicas que possibilitem as práticas de aventura na escola. • Planejar de forma participativa os conteúdos a serem abordados. 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa inicial com apresentação da unidade temática. - Nuvem de palavras: solicitar que os estudantes se dirijam ao quadro em pequenos grupos e escrevam em uma ou duas palavras o que entendem por práticas de aventura. – - Vídeo introdutório sobre as práticas de aventura (https://www.youtube.com/watch?v=gA3SZ4k-nGI). - Atividade de registro sobre as práticas corporais de aventura já conhecidas e/ou aprendidas na aula e o local em que ocorrem. <p>2º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminhada pelo espaço escolar buscando identificar locais que possibilitem a realização destas práticas, assim como vivenciar algumas habilidades (escalar, subir, descer, saltar, pendurar, entre outras). <p>3º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa final com a participação dos estudantes na escolha dos conteúdos e encaminhamentos para as próximas aulas. Formar grupos para conversa sobre seus interesses e curiosidades relacionadas a esse conteúdo. Disponibilizar imagens diversificadas de práticas corporais de aventura para que cada grupo faça indicação dos conteúdos de interesse e apresente aos demais. - Montar um cartaz com os conteúdos escolhidos apresentando a divisão de acordo com o local em que ocorre determinada prática. 	
<p>Momento avaliativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocorrerá de forma contínua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro. - Os estudantes demonstraram conhecer alguma prática de aventura. - Os estudantes realizaram a atividade de registro. - Os estudantes participaram efetivamente das atividades. - Os estudantes apresentaram alguma (as) dificuldade (s). 	



Aula 2	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura: escalada
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.17 Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico. PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentar os principais conceitos, características e diferenciar os tipos de escalada; • Vivenciar jogos de aventura relacionados a prática da escalada no espaço escolar; • Explorar situações de escalada em travessia. 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento</p> <p>- Conversa inicial sobre o conhecimento prévio dos estudantes e apreciação de vídeo introdutório abordando alguns conceitos, características e tipos de escalada (https://www.youtube.com/watch?v=1Fifa4w9PG8);</p> <p>2º momento</p> <p>- No espaço da quadra, montar um circuito com jogos de aventura relacionados a escalada ex: desenhar linhas no chão que os estudantes deverão percorrer de quatro apoios; realizar marcações com giz, fita ou tênis onde os estudantes só poderão se deslocar em quatro apoios se apoiando nessas marcações; deslocar o corpo deitado sobre um colchonete puxando uma corda fixa, entre outros;</p> <p>- Utilizando as grades da quadra, orientar os estudantes a utiliza-las para deslocamento lateral em travessia de uma extremidade a outra. Como variação pode ser realizada em forma de estafeta com duas equipes e jokenpô;</p> <p>3º momento</p> <p>- Conversa sobre a realização das atividades;</p> <p>- Atividade de registro sobre os tipos de escalada.</p>	
<p>Momento avaliativo:</p> <p>- Ocorrerá de forma continua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro.</p> <p>- Os estudantes realizaram a atividade de registro.</p> <p>- Os estudantes participaram efetivamente das atividades.</p> <p>- Os estudantes reconhecem os diferentes tipos de escalada.</p>	



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA YOLANDA CERCAL DA SILVA
 Professor: Victor Hugo
 Aluno (a): Pietro Bonatti
 Educação Física
 3º Ano C

ESCALADA
 A escalada é a atividade de escalar pedras, montanhas e fendas, com ou sem o auxílio de cordas e equipamentos especiais. O objetivo é atingir um ponto final ou um cume de uma face pedregosa ou de uma estrutura. Isso é feito utilizando equipamentos específicos, dependentes da dificuldade da escalada. A imagem ao lado mostra alguns tipos de escalada.
 Fonte: wikipedia.com, blogdescalada.com
 Imagens: Pinterest.com

ESCALADA

ESCALADA EM CORDA	ESCALADA EM PEDRA	ESCALADA TRADICIONAL EM PEDRA

ATIVIDADE

1) Observe as imagens abaixo e escreva qual o tipo de escalada de acordo com as suas características:

<u>De corda</u>	<u>em pedra</u>
<u>tradicional</u>	<u>tradicional em rocha</u>



Aula 3	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura: arvorismo.
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico. PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espaços.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentar os principais conceitos e características do arvorismo; • Identificar os possíveis riscos e propor procedimentos de segurança durante a atividade; • Vivenciar a prática do arvorismo no espaço escolar e desenvolver estratégias para transpor os obstáculos realizando algumas técnicas de passagem (decúbito ventral, decúbito dorsal e falsa baiana). 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa inicial sobre o conhecimento prévio dos estudantes e apreciação de vídeo introdutório abordando alguns conceitos, características e equipamentos do arvorismo (https://www.youtube.com/watch?v=IAZbUrNRy7I); - Promover a reflexão e identificação de espaços na escola em que possam ser desenvolvidas as atividades de arvorismo; <p>2º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - No espaço escolhido, montar um circuito de arvorismo utilizando duas cordas amarradas em árvores ou pilares em níveis diferentes para que os estudantes transpassem de uma extremidade a outra; - Possibilitar que os estudantes vivenciem a passagem de forma livre buscando identificar as dificuldades, possíveis riscos e medidas de segurança; - Demonstrar e possibilitar a vivência dos estudantes das técnicas de passagem decúbito ventral, decúbito dorsal e falsa baiana; <p>3º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa sobre a realização das atividades; - Atividade de registro sobre o arvorismo. 	
<p>Momento avaliativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocorrerá de forma continua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro. - Os estudantes realizaram a atividade de registro. - Os estudantes participaram efetivamente das atividades. - Os estudantes desenvolveram estratégias para passar pelo obstáculo. - Os estudantes realizaram as técnicas ensinadas. 	



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA YOLANDA CERCAL DA SILVA	
Professor: Victor Hugo	Educação Física
Aluno (a): <i>gabriel</i>	3º Ano <i>C</i>

ARVORISMO

O arvorismo privilegia o contato com a natureza, sua prática se constitui por travessias entre plataformas montadas em regiões altas das árvores, ultrapassando diferentes tipos de obstáculos como escadas, pontes suspensas, tirolesas e outras atividades que podem ser criadas, também pode ser praticado em instalações adaptadas a outros espaços disponíveis. É uma modalidade muito interessante, mas diversos cuidados com segurança devem ser tomados e equipamentos de proteção são indispensáveis. Os materiais utilizados para o arvorismo são: cabo de aço, cadeirinha (baudrier), mosquetão de rosca, polias ou roldanas, fita tubular, luvas e capacete. Em dias de chuva ou de ventos fortes deve-se evitar a prática desse esporte.

Fonte: portaldoprofessor.mec.gov.br imagens: Pinterest.com

ATIVIDADE

1) Observe a floresta abaixo, use a criatividade, crie diferentes obstáculos para a prática do arvorismo e pinte.



Fonte: arquivo pessoal do autor.

Aula 4	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura: slackline
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.17 Experimentar e fruir diferentes jogos de aventura, baseados em práticas corporais de aventura urbanas e da natureza, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais, reconhecendo e respeitando a pluralidade de ideias e a diversidade cultural humana, evidenciando a manifestação do lúdico. PR.EF03EF.n.3.19 Identificar o meio em que as práticas ocorrem: terra, água ou ar e quais os equipamentos necessários para minimizar os riscos, respeitando os próprios limites e os dos demais. PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentar os conceitos e características do slackline, assim como os principais equipamentos para prática e segurança. • Explorar e vivenciar jogos de aventura relacionados a prática do slackline. 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa inicial e apreciação de vídeo introdutório abordando alguns conceitos, características e equipamentos do slackline (https://www.youtube.com/watch?v=bVh6l_AwGjk). - Possibilitar o contato e manuseio pelos estudantes dos equipamentos básicos do slackline (fita, catraca, protetor de árvore e corda de backup). <p>2º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explorar jogos de equilíbrio. Ex: se manter em pé em uma superfície instável; caminhar de um ponto ao outro sobre uma linha ou corda no chão; caminhar de um ponto ao outro sobre uma linha e agachar para pegar um objeto no chão, entre outras. - Explorar a fita de slackline presa entre duas arvores ou pilares (sentar, balançar, caminhar com auxílio de um ponto ao outro). <p>3º momento</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conversa sobre os possíveis riscos e dificuldades sentidas nessas atividades. - Atividade de registro sobre os equipamentos para prática do slackline. 	
<p>Momento avaliativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocorrerá de forma continua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro. - Os estudantes realizaram a atividade de registro. - Os estudantes participaram efetivamente das atividades. - Os estudantes apresentaram alguma (as) dificuldade (s). 	



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA YOLANDA CERCAL DA SILVA

Professor: Victor Hugo

Aluno (a): *Emanda Rafaela*

Educação Física

3º Ano C

SLACKLINE

Unindo resistência física, consciência corporal e concentração, o slackline ganhou o seu espaço no mundo dos esportes e é realizado sobre uma fita elástica esticada e presa entre dois pontos fixos, para que a pessoa ande e faça manobras praticando o equilíbrio. Existe ainda algumas variações que adicionam dificuldade ao esporte como "Waterline" (slackline sobre água) e "Highline" (em grandes alturas), além de "Trickline" (somente para fazer manobras) e "Longline" (slackline de distância longa, normalmente acima de 40 metros).
 Fonte: www.esporte.pr.gov.br/jogos/aventura/natureza/Slackline
 imagens: Pinterest.com

ATIVIDADES

1) Identifique e nomeie os equipamentos básicos para a prática do slackline vistos na aula:
 CATRACA – CORDA DE BACKUP – FITA – PROTETOR DE ÁRVORE

<i>fita</i>	<i>catraca</i>	<i>corda de backup</i>	<i>protetor de árvore</i>

2) Complete e pinte o desenho abaixo com os equipamentos básicos para a prática do slackline:



Aula 5	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura – corrida de obstáculos
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico. PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentar os principais conceitos e características da corrida de obstáculos. • Conhecer alguns tipos de obstáculos. • Vivenciar a corrida de obstáculos de forma adaptada ao espaço e materiais da escola. • Elaborar e refletir sobre estratégias corporais para transpor os obstáculos com segurança. 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento - Conversa inicial e apreciação de vídeo introdutório abordando alguns conceitos, características e tipos de obstáculos (https://www.youtube.com/watch?v=e1a411Vb7w4);</p> <p>2º momento - Exploração e experimentação da pista de obstáculos adaptada a realidade e materiais escolares (desviar de cones; rastejar por baixo da corda; passar entre as cordas; saltar os bambolês; caminhar sobre cadeiras/bancos; saltar obstáculos; deslocar de um lado para o outro se pendurando; entre outros); - Realizar individualmente, em duplas, em trios prezando pela cooperação;</p> <p>3º momento - Conversa final sobre as principais dificuldades em superar os obstáculos, refletir e identificar novas formas de se passar pelos obstáculos; - Atividade de registro sobre a corrida de obstáculos.</p>	
<p>Momento avaliativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocorrerá de forma continua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro. - Os estudantes realizaram a atividade de registro. - Os estudantes participaram efetivamente das atividades. - Os estudantes apresentaram alguma (as) dificuldade (s). 	



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA YOLANDA CERCAL DA SILVA	
Professor: Victor Hugo	Educação Física
Aluno (a): Bryan Felipe Cabral de Silva	3º Ano

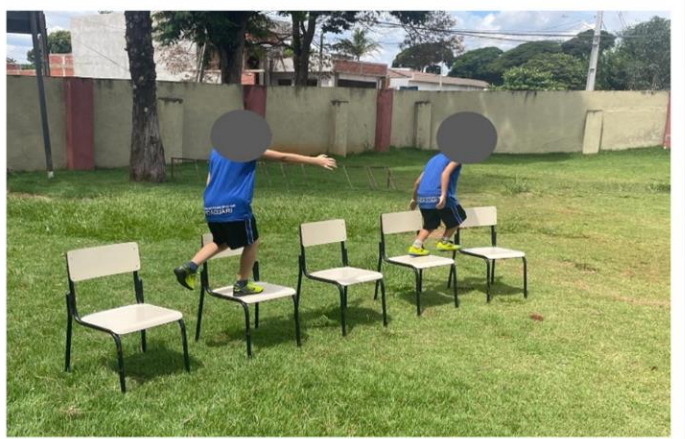
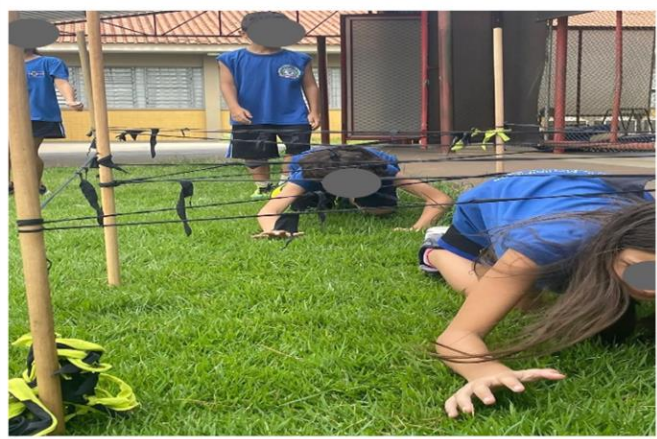
CORRIDA DE AVENTURA

Também conhecida como Black Trunk é uma corrida inspirada em exercícios militares e nas corridas com obstáculos. Os obstáculos são ligados a geografia local, incorporando elementos de escalada, rastejo, muita lama e diversão. Contando com paradas onde o participante precisa rastejar sobre arames farpados, cruzar barreiras de água, escalar paredes, entre outros. Além disso, os participantes podem se ajudar para enfrentar esses obstáculos.

Fonte: blacktrunkrace.com.br
Imagens: Pinterest.com

ATIVIDADE

1) Vimos que as corridas de aventura geralmente acontecem em ambientes naturais que envolvem a geografia local. No espaço abaixo, use sua criatividade e o que aprendemos na aula para criar uma pista com diferentes tipos de obstáculos.

 A hand-drawn map of an obstacle course on a white sheet of paper. The map shows a path starting from a point labeled 'início' (start) and ending at a point labeled 'chegada' (finish). The path includes several obstacles: a cluster of trees, a building, a bridge-like structure, and a winding path. The drawing is done in black ink with some color highlights.


Aula 6	Turma: 3º ano
Componente curricular: Educação Física	Total de alunos (as):
Professor:	Duração: 120 min
Unidade temática: Práticas corporais de aventura	Objeto de conhecimento: jogos de ventura – parkour
<p>Habilidades (Paraná, 2019): PR.EF03EF.n.3.20 Experimentar e fruir os jogos de aventura, respeitando o patrimônio público, privado e o meio ambiente, utilizando alternativas para a prática segura e consciente, em diversos tempos/espacos. PR.EF03EF.n.3.18 Identificar e compreender os riscos durante a realização dos jogos de aventura e planejar estratégias para sua superação, reconhecendo os protocolos básicos de segurança das práticas corporais propostas como conteúdo específico.</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os principais conceitos e características do parkour; • Vivenciar de forma lúdica, adaptada e segura o parkour; • Identificar os principais riscos dessa prática e buscar estratégias para minimiza-los; • Conhecer os locais onde essa prática é realizada; • Relacionar o parkour com a preservação dos espaços públicos e urbanos. 	
<p>Encaminhamentos metodológicos:</p> <p>1º momento - Conversa inicial e apreciação de vídeo introdutório abordando alguns conceitos e características do parkour (https://www.youtube.com/watch?v=5Kh4Z5jPqTg);</p> <p>2º momento - Explorar pequenas alturas subindo e descendo de cadeiras, mesas, arquibancada, etc e situações de desequilibrar e reequilibrar com a brincadeira “o chão é lava”; - Dividir os estudantes em pequenos grupos, cada grupo ficará responsável por compor um trajeto ou obstáculo de parkour, numerar os obstáculos e propor que os estudantes passem por todos;</p> <p>3º momento - Durante a prática questionar os principais riscos e estratégias para minimizá-los assim como para superar os obstáculos; - Questionar sobre a preservação dos ambientes urbanos refletindo sobre as práticas negativas de depredação do mesmo; - Atividade de registro sobre o parkour.</p>	
<p>Momento avaliativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ocorrerá de forma continua durante o desenvolvimento da unidade por meio de observação e registro. - Os estudantes realizaram a atividade de registro. - Os estudantes participaram efetivamente das atividades. - Os estudantes apresentaram alguma (as) dificuldade (s). 	



ESCOLA MUNICIPAL PROFESSORA YOLANDA CERCAL DA SILVA

Professor: Victor Hugo

Aluno (a): *Bryan Felipe*

Educação Física

3º Ano

PARKOUR

O Parkour consiste em usar o próprio corpo como equipamento e tem como objetivo transpor obstáculos urbanos ou naturais das cidades – como degraus, rampas, árvores, muros e outros – fazendo movimentos diversos que unem força e velocidade.

Fonte: <https://all.accor.com/pt-br>
 Imagens: Pinterest.com

ATIVIDADE

1) Durante a realização das atividades, identificamos alguns riscos com a prática do parkour. Observe o quadro de palavras abaixo e transcreva para o quadro ao lado alguns riscos dessa prática:

FRATURAS	LESÕES NAS ARTICULAÇÕES	RISCO	Quedas Fraturas Lesões articulares Lesões musculares
QUEDAS	LESÕES MUSCULARES		
AFOGAMENTO	FLEXIBILIDADE		

2) Escreva abaixo algumas estratégias de segurança para minimizar os riscos da prática do parkour:

Alongar e aquecer, não fazer sozinho, realizar em lugar adequado, conhecer e respeitar os limites.

3) Vimos que o parkour é praticado principalmente em ambientes urbanos. Observe as imagens abaixo e faça um X nas que você identifica depreciação desses espaços:



ESCOLA	
Professor:	Educação Física
Aluno (a):	3° Ano



PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

As práticas corporais de aventura são um conjunto de atividades caracterizadas geralmente por desafiar e aproveitar os ambientes físicos, lidar com riscos e perigos advindos da imprevisibilidade, oferecer emoções diversificadas e subverter modelos padronizados para estar e se movimentar nos meios urbano e na natureza.

Fonte: novaescola.org.br

imagens: Pinterest.com



ATIVIDADES

- 1) As práticas corporais de aventura podem ser classificadas de acordo com o ambiente em que elas ocorrem, sendo: terra (terrestres), água (aquáticas) e ar (aéreas). Desenhe nos quadros abaixo algumas práticas que já conhecia ou aprendeu na aula:

TERRESTRES (TERRA):

AQUÁTICAS (ÁGUA):

AÉRES (AR):

ESCOLA

Professor:

Educação Física

Aluno (a):

3º Ano

ECALADA

A escalada é a atividade de escalar pedras, montanhas e fendas, com ou sem o auxílio de cordas e equipamentos especiais. O objetivo é atingir um ponto final ou um cume de uma face pedrosa ou de uma estrutura. Isso é feito utilizando equipamentos específicos, dependentes da dificuldade da escalada. A imagem ao lado mostra alguns tipos de escalada.

Fonte: wikipedia.com; blogdescalada.com.

Imagens: Pinterest.com

TIPOS DE ESCALADA

Existem diversos tipos de escaladas e equipamentos nela utilizados. A escalada é um esporte que pode apresentar grandes riscos. Porém com equipamentos adequados pode ser praticado com segurança. Cada tipo de escalada se adequa às condições climáticas e ambientais, e limites físicos de cada pessoa. Aqui mostraremos apenas algumas de suas modalidades.

TRADICIONAL EM ROCHA
Escalada feita com uso de cordão sobre as montanhas rochosas. É o tipo mais conhecido visto em filmes e documentários.

ESPORTIVA
Similar a tradicional, porém as peças de proteção são parafusadas às rochas. Não se carrega proteções. (Mais seguro, rápido e menos caro).

LIVRE
Não se utiliza a corda. Perigoso, queda pode ser fatal.

NOGEO
Escalada feita sob formação de gelo (cachoeiras congeladas ou glaciais). São necessários equipamentos especiais para o gelo.

BOULDERING
Escalada em blocos de pedra e roanços urbanos. Exemplos: laterais de chaminés e prédios. Pode ser feito em baixas alturas, cordas não são necessárias.

INDOOR
Escalada feita sob estruturas de concreto ou madeira compensada. Vantagem: alturas fixas e sem preocupações quanto ao tempo.

DESENHO: LAURA KIM
BLOG DE ESCALADA
BLOGDESCALADA.COM

ATIVIDADE

1) Observe as imagens abaixo e escreva qual o tipo de escalada de acordo com as suas características:



ESCOLA

Professor:

Educação Física

Aluno (a):

3º Ano



ARVORISMO

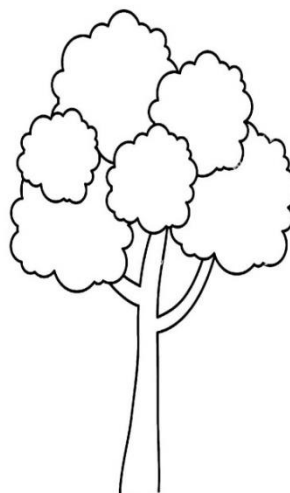
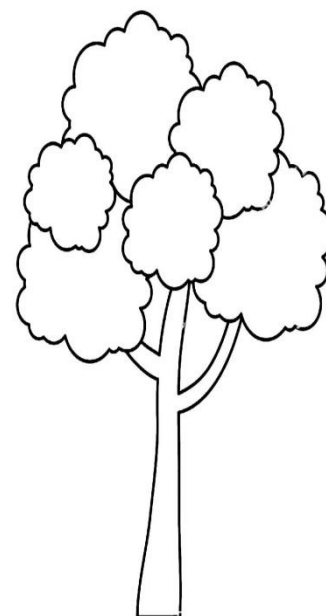
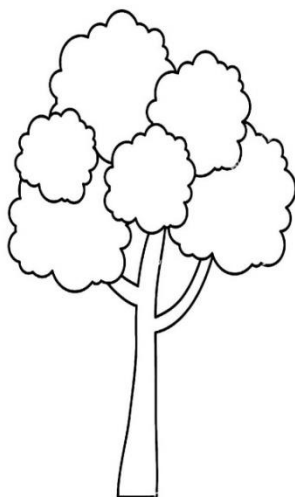
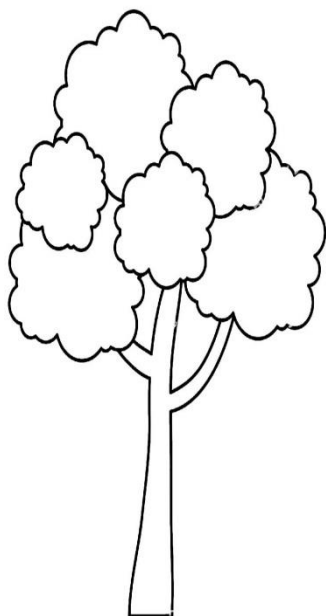
O arvorismo privilegia o contato com a natureza, sua prática se constitui por travessias entre plataformas montadas em regiões altas das árvores, ultrapassando diferentes tipos de obstáculos como **escadas, pontes suspensas, tirolesas e outras atividades que podem ser criadas**, também pode ser praticado em instalações adaptadas a outros espaços disponíveis. É uma modalidade muito prazerosa, mas diversos **cuidados com segurança devem ser tomados e equipamentos de proteção são indispensáveis**. Os materiais utilizados para o arvorismo são: **cabo de aço, cadeirinha (baudrier), mosquetão de rosca, polias ou roldanas, fita tubular, luvas e capacete**. Em dias de chuva ou de ventos fortes deve-se evitar a prática desse esporte.

Fonte: portaldoprofessor.mec.gov.br

imagens: Pinterest.com

ATIVIDADE

- 1) Observe a floresta abaixo, use a criatividade, crie diferentes obstáculos para a prática do arvorismo e pinte:



ESCOLA

Professor:

Educação Física

Aluno (a):

3° Ano



SLACKLINE

Unindo resistência física, consciência corporal e concentração, o slackline ganhou o seu espaço no mundo dos esportes e é realizado sobre uma fita elástica esticada e presa entre dois pontos fixos, para que a pessoa ande e faça manobras praticando o equilíbrio. Existe ainda algumas variações que adicionam dificuldade ao esporte como “Waterline” (slackline sobre água) e “Highline” (em grandes alturas), além de “Trickline” (somente para fazer manobras) e “Longline” (slackline de distância longa, normalmente acima de 40 metros).

Fonte: www.esporte.pr.gov.br/jogosaventuraenatureza/Slackline
imagens: Pinterest.com

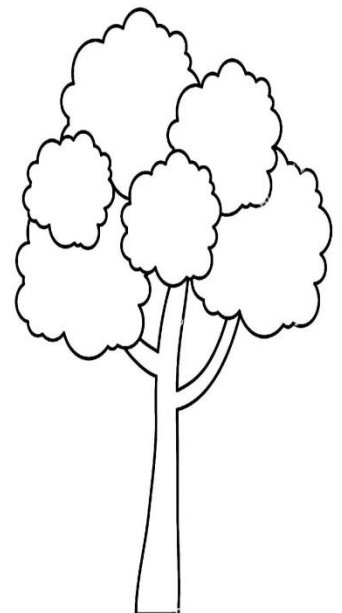
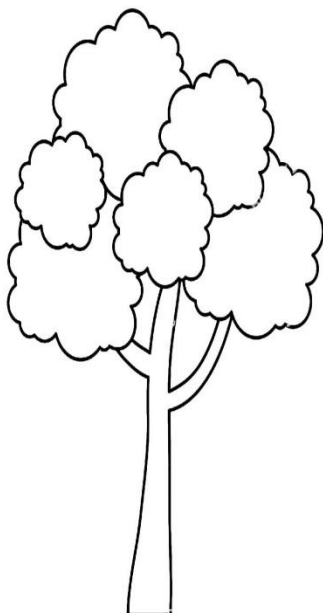
ATIVIDADES

1) Identifique e nomeie os equipamentos básicos para a prática do slackline vistos na aula:

CATRACA – CORDA DE BACKUP – FITA – PROTETOR DE ÁRVORE



2) Complete e pinte o desenho abaixo com os equipamentos básicos para a prática do slackline:



ESCOLA

Professor:

Educação Física

Aluno (a):

3º Ano

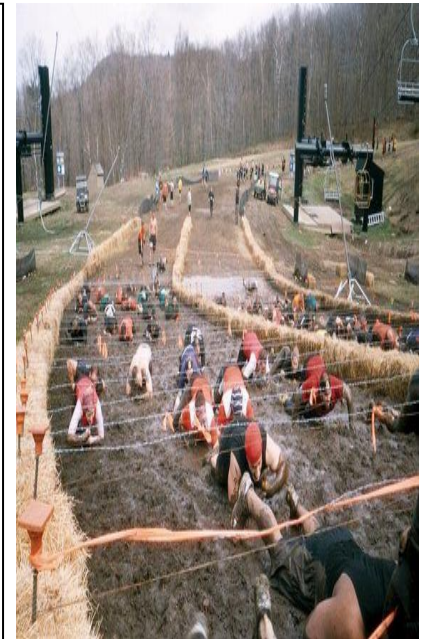


CORRIDA DE AVENTURA

Também conhecida como Black Trunk é uma corrida inspirada em exercícios militares e nas corridas com obstáculos. Os obstáculos são ligados a geografia local, incorporando elementos de escalada, rastejo, muita lama e diversão. Contando com paradas onde o participante precisa rastejar sobre arames farpados, cruzar barreiras de água, escalar paredes, entre outros. Além disso, os participantes podem se ajudar para enfrentar esses obstáculos.

Fonte: blacktrunkrace.com.br

Imagens: [Pinterest.com](https://www.pinterest.com)



ATIVIDADE

- 1) Vimos que as corridas de aventura geralmente acontecem em ambientes naturais que envolvem a geografia local. No espaço abaixo, use sua criatividade e o que aprendemos na aula para criar uma pista com diferentes tipos de obstáculos:

ESCOLA

Professor:

Educação Física

Aluno (a):

3° Ano



PARKOUR

O Parkour consiste em usar o próprio corpo como equipamento e tem como objetivo transpor obstáculos urbanos ou naturais das cidades – como degraus, rampas, árvores, muros e outros – fazendo movimentos diversos que unem força e velocidade.

Fonte: <https://all.accor.com/pt-br>

Imagens: Pinterest.com

ATIVIDADE

- 1) Durante a realização das atividades, identificamos alguns riscos com a prática do parkour. Observe o quadro de palavras abaixo e transcreva para o quadro ao lado alguns riscos dessa prática:

<p>FRATURAS</p> <p>LESÕES NAS ARTICULAÇÕES</p> <p>QUEDAS</p> <p>AFOGAMENTO</p> <p>LESÕES MUSCULARES</p> <p>FLEXIBILIDADE</p> <p>SALTAR</p>	
--	--

- 2) Escreva abaixo algumas estratégias de segurança para minimizar os riscos da prática do parkour:

- 3) Vimos que o parkour é praticado principalmente em ambientes urbanos. Observe as imagens abaixo e faça um X nas que você identifica depreciação desses espaços:



REFERÊNCIAS

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Ministério da Educação, 2018.

GANDIN, D. A posição do planejamento participativo entre as ferramentas de intervenção na realidade. Currículo sem Fronteiras, v. 1, n. 1, 81-95, 2001.

NASCIMENTO, J. K. Planejamento participativo: uma possibilidade para superação do afastamento dos estudantes das práticas corporais nas aulas de Educação Física. Dissertação (mestrado) – Pós Graduação em Educação Física em Rede Nacional. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

NASCIMENTO, J. K. Planejamento participativo: uma possibilidade para superação do afastamento dos estudantes das práticas corporais nas aulas de Educação Física. Dissertação (mestrado) – Pós Graduação em Educação Física em Rede Nacional. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

PARANÁ. Secretaria de Estado da Educação. Referencial curricular do Paraná. Curitiba, PR: SEED/PR, 2019.

SILVA, A. J. F. Classificação dos esportes e o uso das mídias: desenvolvendo uma unidade didática nas aulas de educação física no Ensino Médio Noturno. Dissertação (mestrado) – Pós Graduação em Educação Física em Rede Nacional. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2019.

SILVA, P. A. Planejamento Participativo nas aulas de educação física Escolar: significados existentes nesta proposta. Dissertação (mestrado) – Pós Graduação em educação: currículo. Pontifca Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2020.

STUTZ, L; MORAIS, M; KLINPOVOUS, R. Um estudo sobre o currículo rede estadual do Paraná: a oralidade no ensino de línguas. Interface, Vol. 11 n. 4, 2020.