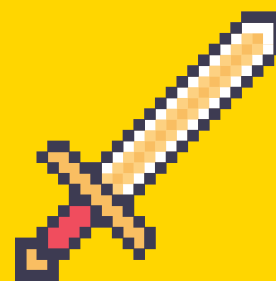
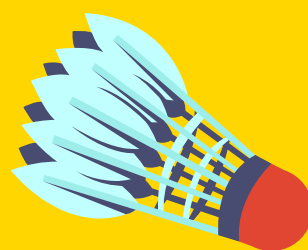


Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física:

Possibilidades Pedagógicas Volume 2

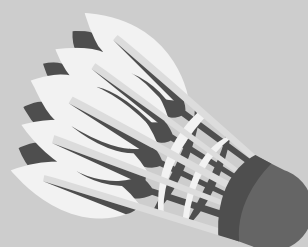
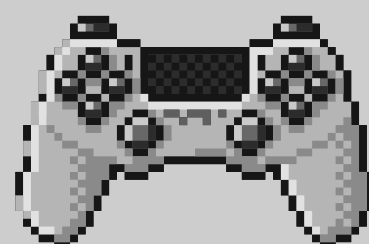
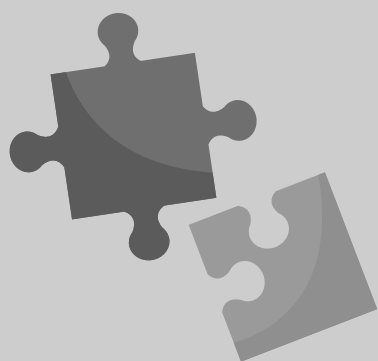
START



Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física:

Possibilidades Pedagógicas Volume 2

START



Organizadores
Arnaldo Sifuentes Leitão
Isadora Carolina Monteiro Santos
Mateus Camargo Pereira

Editor Chefe: Jader Luís da Silveira

Conselho Editorial
Ma. Heloisa Alves Braga, Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais, SEE-MG
Me. Ricardo Ferreira de Sousa, Universidade Federal do Tocantins, UFT
Me. Guilherme de Andrade Ruela, Universidade Federal de Juiz de Fora, UFJF
Esp. Ricael Spirandeli Rocha, Instituto Federal Minas Gerais, IFMG
Ma. Luana Ferreira dos Santos, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC
Ma. Ana Paula Cota Moreira, Fundação Comunitária Educacional e Cultural de João Monlevade, FUNCEC
Me. Camilla Mariane Menezes Souza, Universidade Federal do Paraná, UFPR
Ma. Jocilene dos Santos Pereira, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC
Ma. Tatiany Michelle Gonçalves da Silva, Secretaria de Estado do Distrito Federal, SEE-DF
Dra. Haiany Aparecida Ferreira, Universidade Federal de Lavras, UFLA
Me. Arthur Lima de Oliveira, Fundação Centro de Ciências e Educação Superior à Distância do Estado do RJ, CECIERJ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

	Materiais Didáticos Digitais da/na Educação Física: Possibilidades Pedagógicas - Volume 2
L533m	/ Arnaldo Sifuentes Leitão; Isadora Carolina Monteiro Santos; Mateus Camargo Pereira (organizadores). – Formiga (MG): Forma Educacional Editora, 2024. 208 p. : il.
	Formato: PDF
	Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
	Modo de acesso: World Wide Web
	Inclui bibliografia
	ISBN 978-65-85175-29-6
	DOI: 10.29327/5415676
	1. Educação Física. 2. Materiais Didáticos Digitais. 3. Possibilidades Pedagógicas. I. Leitão, Arnaldo Sifuentes. II. Santos, Isadora Carolina Monteiro. II. Pereira, Mateus Camargo. IV. Título.
	CDD: 372.86
	CDU: 37

Forma Educacional Editora
CNPJ: 35.335.163/0001-00
Telefone: +55 (37) 99855-6001
www.formaeducacional.com.br
formaeducacional@gmail.com
Formiga - MG
Catálogo Geral: <https://editoras.grupomultiatual.com.br/>

Acesse a obra originalmente publicada em:
<https://www.formaeducacional.com.br/2024/08/materiais-didaticos-digitais-2.html>



APRESENTAÇÃO

ARNALDO SIFUENTES LEITÃO
ORGANIZADOR

@ARNALDO_LEITAO13



ISADORA CAROLINA MONTEIRO SANTOS
ORGANIZADORA E AUTORA

@ISADORAMONTEIRO14



MATEUS CAMARGO PEREIRA
ORGANIZADOR

@MATUNICAMP



CARTA AOS QUERIDOS(AS) LEITORES(AS),

É COM IMENSA ALEGRIA QUE APRESENTAMOS O SEGUNDO VOLUME DO LIVRO "MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA: POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS". ESTE PROJETO É RESULTADO DO ESFORÇO E DEDICAÇÃO DE EDUCADORES E PESQUISADORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA QUE, MESMO ENFRENTANDO OS DESAFIOS DA PANDEMIA DE COVID-19, PARTICIPARAM ATIVAMENTE DO CURSO OFERECIDO PELO GRUPO DE ESTUDOS E PESQUISA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA (GEPROFEF).

INSPIRADOS PELO CURSO "EDUCAÇÕES FÍSICAS: TEMAS EMERGENTES PARA MUNDOS (IM)POSSÍVEIS", REALIZADO NO SEGUNDO SEMESTRE DE 2020 PELO INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUL DE MINAS GERAIS, OS PARTICIPANTES SE DEDICARAM À CRIAÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS. ESTA FOI UMA RESPOSTA INOVADORA PARA O ENSINO REMOTO, TRAZENDO FERRAMENTAS PEDAGÓGICAS GRANDIOSAS PARA AS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA EM TEMPOS DE DISTANCIAMENTO.

OS AUTORES DESTE LIVRO INCLUEM ALUNOS, PROFESSORES E PESQUISADORES QUE SE ENGAJARAM PROFUNDAMENTE EM PROGRAMAS COMO O PIBID E CURSOS DE FORMAÇÃO INICIAL E CONTINUADA NO IFSULDEMINAS. O RESULTADO DESTE TRABALHO COLABORATIVO É UMA COLEÇÃO EXTRAORDINÁRIA DE MATERIAIS EDUCATIVOS QUE IRÃO ENRIQUECER A PRÁTICA PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA.

NAS PÁGINAS DESTE VOLUME, VOCÊ ENCONTRARÁ UMA VARIEDADE DE MATERIAIS DIDÁTICOS ABORDANDO TEMAS COMO "DAS PRAIAS PARA A ESCOLA: SURFANDO EM MINAS", "ESPORTES ALTERNATIVOS: SQUASH", "PEDALANDO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: O PERCURSO DA ESCOLA PARA A SOCIEDADE", "AFRO BRASILEIRA: JOGOS E BRINCADEIRAS", "JOGO LUDO: CRIANDO MATERIAIS", "TRILHA DO APRENDIZADO" E "PARKOUR NA ESCOLA: CONCEPÇÃO DE CORPO, CULTURA E NATUREZA". CADA MATERIAL FOI ELABORADO COM MUITO CUIDADO E DEDICAÇÃO, VISANDO PROPORCIONAR UMA EXPERIÊNCIA EDUCATIVA ENRIQUECEDORA.

ESPERAMOS QUE ESTE LIVRO SEJA UMA FONTE DE INSPIRAÇÃO PARA EDUCADORES, AUXILIANDO NA CONSTRUÇÃO DE PRÁTICAS PEDAGÓGICAS CRIATIVAS E INOVADORAS, E CONTRIBUINDO PARA A FORMAÇÃO DOS ESTUDANTES. QUE OS MATERIAIS AQUI APRESENTADOS SEJAM UMA FERRAMENTA PODEROSA PARA TODOS QUE ACREDITAM NA IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O DESENVOLVIMENTO HUMANO.

AGRADECEMOS PROFUNDAMENTE A TODOS OS PROFESSORES, ALUNOS E COLABORADORES QUE TORNARAM ESTE LIVRO POSSÍVEL. DESEJAMOS A VOCÊ UMA LEITURA ANIMADA E CHEIA DE INSPIRAÇÃO.

COM CARINHO,

ARNALDO SIFUENTES LEITÃO

ISADORA CAROLINA MONTEIRO SANTOS

MATEUS CAMARGO PEREIRA

ORGANIZADORES

SUMÁRIO

Produtos Educacionais

Das Praias Para a Escola:
Surfando em Minas **Capítulo 1**

Esportes alternativos: Squash **Capítulo 2**

Pedalando na Educação Física
Escolar: O percurso da Escola
para a Sociedade **Capítulo 3**

Afro Brasileira: Jogos e
Brincadeiras **Capítulo 4**

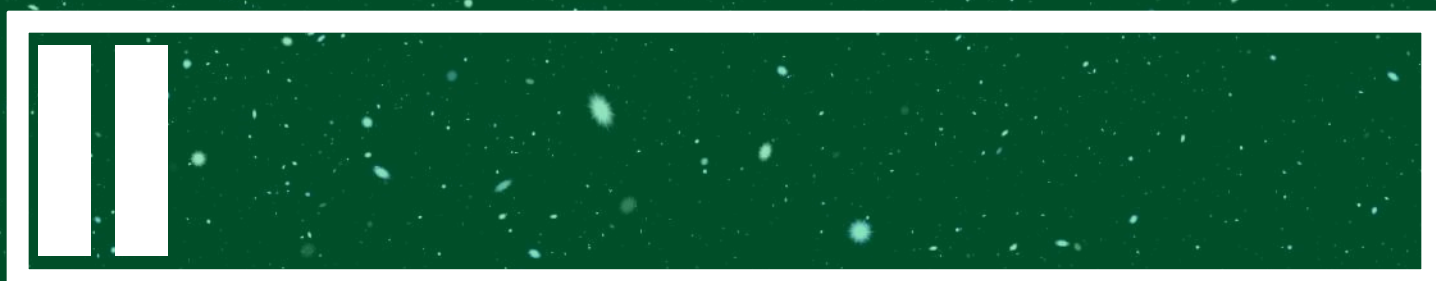
Jogo Ludo: Criando Materiais **Capítulo 5**

Trilha do Aprendizado **Capítulo 6**

Parkour da Escola: concepção de
corpo, cultura e natureza. **Capítulo 7**



Carregando Novas Ideias...



Capítulo 1

Das Praias Para a Escola: Surfando em Minas

ISABELA GARCIA

ISADORA MONTEIRO

ARNALDO LEITÃO

ESTÁ FOI A SEGUNDA VEZ QUE TRABALHAMOS COM E-BOOK DURANTE A NOSSA GRADUAÇÃO, MAS COM A CONSTRUÇÃO DESTE SOBRE O TEMA DO SURFE, PUDEMOS TER MAIS DOMÍNIO DESTA FERRAMENTA POR TERMOS TIDO MAIOR PARTICIPAÇÃO NA CONSTRUÇÃO, VISTO QUE SOMENTE NÓS DUAS FOMOS RESPONSÁVEIS PELA ELABORAÇÃO, COM O APOIO DO NOSSO ORIENTADOR, PROF. DR. ARNALDO.

DESTACAMOS QUE, PELA TEMÁTICA NÃO TER SIDO DO NOSSO DOMÍNIO ANTES DE COMEÇARMOS A TRABALHAR, PRECISAMOS NOS ESFORÇAR PARA ESTUDAR TAMBÉM SOBRE ESTE TEMA QUE IRÍAMOS ABORDAR NO E-BOOK. LOGO, TIVEMOS UM TRABALHO DOBRADO PARA CONSTRUIR O MATERIAL. MAS ESSA FOI UMA DAS QUESTÕES QUE MAIS NOS AGREGARAM QUANTO À APRENDIZAGEM, POIS TIVEMOS QUE LER E PESQUISAR BASTANTE.

SENDO ASSIM, CONCLUÍMOS QUE O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NÃO PRECISA DOMINAR TODOS OS CONTEÚDOS PARA PODER TRABALHAR COM OS ALUNOS, MAS COM PESQUISA E ESTUDO CONSEGUIMOS COMPARTILHAR DIVERSAS PRÁTICAS CORPORAIS PARA QUE OS ESTUDANTES POSSAM TER PELO MENOS UMA VIVÊNCIA SOBRE ELAS.

SEM DÚVIDAS, UMA DAS MAIORES DIFICULDADES QUE ENCONTRAMOS DURANTE O PROCESSO DO E-BOOK FOI SOBRE O QUE DEVERÍAMOS ABORDAR AO LONGO DELE. NOSSA INTENÇÃO NÃO ERA FOCAR EM REGRAS E TÉCNICAS, MAS SIM POSSIBILITAR UMA EXPERIÊNCIA MAIS BÁSICA. PORÉM, QUE FOSSE SIGNIFICATIVA PARA OS ALUNOS OU OUTRAS PESSOAS QUE TIVESSEM CONTATO COM O MATERIAL. ASSIM, FICAMOS COM A PERGUNTA EM MENTE: “POR ONDE COMEÇAR?”.

FIZEMOS MUITAS REUNIÕES E CHEGAMOS À CONCLUSÃO DE ABORDAR TAIS TEMAS ILUSTRADOS NO E-BOOK. OUTRA DIFICULDADE FOI A CONSTRUÇÃO DE ATIVIDADES PARA CADA CONTEÚDO NO MATERIAL DIDÁTICO DIGITAL. MUITAS VEZES QUESTIONAMOS SE DETERMINADA PRÁTICA IRIA FUNCIONAR OU SER SIGNIFICATIVA PARA AS TURMAS, POIS ESTÁVAMOS TRABALHANDO COM UM CONTEÚDO DIFERENTE. AINDA NÃO TÍNHAMOS EXPERIÊNCIA COM AULA PRESENCIAL DEVIDO À PANDEMIA. OUTRO FATO QUE INFLUENCIOU NA CONSTRUÇÃO DO MATERIAL FOI O FATO DELE TER SIDO ELABORADO DURANTE A PANDEMIA, POIS FOI UM MOMENTO DE MUITAS INCERTEZAS E QUE PRECISOU QUE TIVÉSSEMOS SEMPRE O PLANO B EM MÃOS, COM A POSSIBILIDADE DE TRABALHAR ATIVIDADES TANTO NA ESCOLA COMO EM CASA.

DESTACAMOS QUE ESTA EXPERIÊNCIA COM A ELABORAÇÃO DO MATERIAL DIDÁTICO DIGITAL ACONTECEU GRAÇAS À NOSSA PARTICIPAÇÃO NO PIBID E RESIDÊNCIA PEDAGÓGICA, POIS FOI NELES QUE PUDEMOS TER O CONTATO COM AS DIVERSAS POSSIBILIDADES DE FERRAMENTAS PEDAGÓGICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, QUE CONTRIBUÍRAM PARA UM ENSINO E APRENDIZAGEM MAIS DIVERSIFICADO E PRAZEROSO, NO QUAL OS PROFESSORES E ESTUDANTES PODEM SER CONSTRUTORES DO PROCESSO.

DAS PRAIAS PARA A ESCOLA

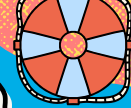
Surfando em Minas



Isabela Garcia
Isadora Monteiro



INSTITUTO FEDERAL DE
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
DO SUL DE MINAS GERAIS
CAMPUS MUZAMBINHO

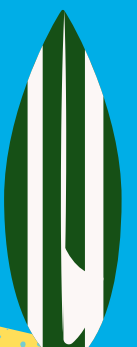


ISABELA LAMBARDOZZI GARCIA
ALUNA DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
@IISABELAGARCIA_

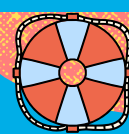
ISADORA CAROLINA MONTEIRO SANTOS
ALUNA DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA
@ISADORAMONTEIRO14



ARNALDO SIFUENTES PINHEIRO LEITÃO
PROFESSOR ORIENTADOR
@ARNALDO_LEITAO13



Colaboradores



PROF. FRANCISCO FINARDI
@CHÃODAQUADRA

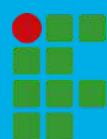


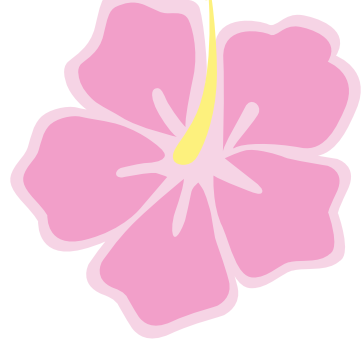
FABIO LEANDRO JUSTUS
@FIRSTWAVE



PROF. ÉRICA RONDINELLI

PROF. FAGNER JOSÉ PASSOS
@FAGUINHO88





NOS CONTE SOBRE VOCÊ

QUAL SEU NOME? _____

IDADE: _____ GÊNERO: _____

VOCÊ SABE NADAR? _____

QUAL A SUA EXPERIÊNCIA COM A ÁGUA?

VOCÊ CONHECE O SURFE? VOCÊ JÁ SURFOU?
CONTE-NOS SUAS EXPERIÊNCIAS.

VOCÊ JÁ FOI À PRAIA? QUAL?



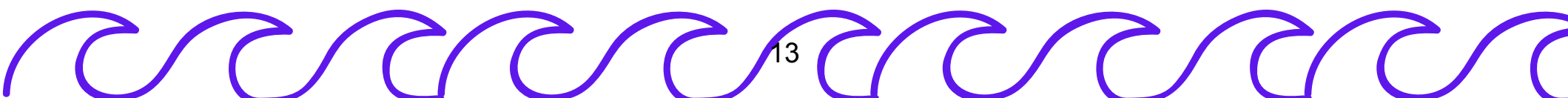
VOCÊ CONHECE OS EQUIPAMENTOS DO SURFE? CITE OS QUE VOCÊ CONHECE.

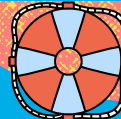
VOCÊ ACREDITA QUE CUIDAR DO MEIO AMBIENTE É IMPORTANTE PARA O SURFE? POR QUÊ?

VOCÊ CONHECE ALGUM ATLETA DO SURFE? QUAL?

VOCÊ TEM SKATE OU PATINETE?

QUAIS SEUS BRINQUEDOS, EQUIPAMENTOS E BRINCADEIRAS FAVORITAS?





EQUILÍBRIO



O EQUILÍBRIO







**PARECE
DIFÍCIL, NÃO?**

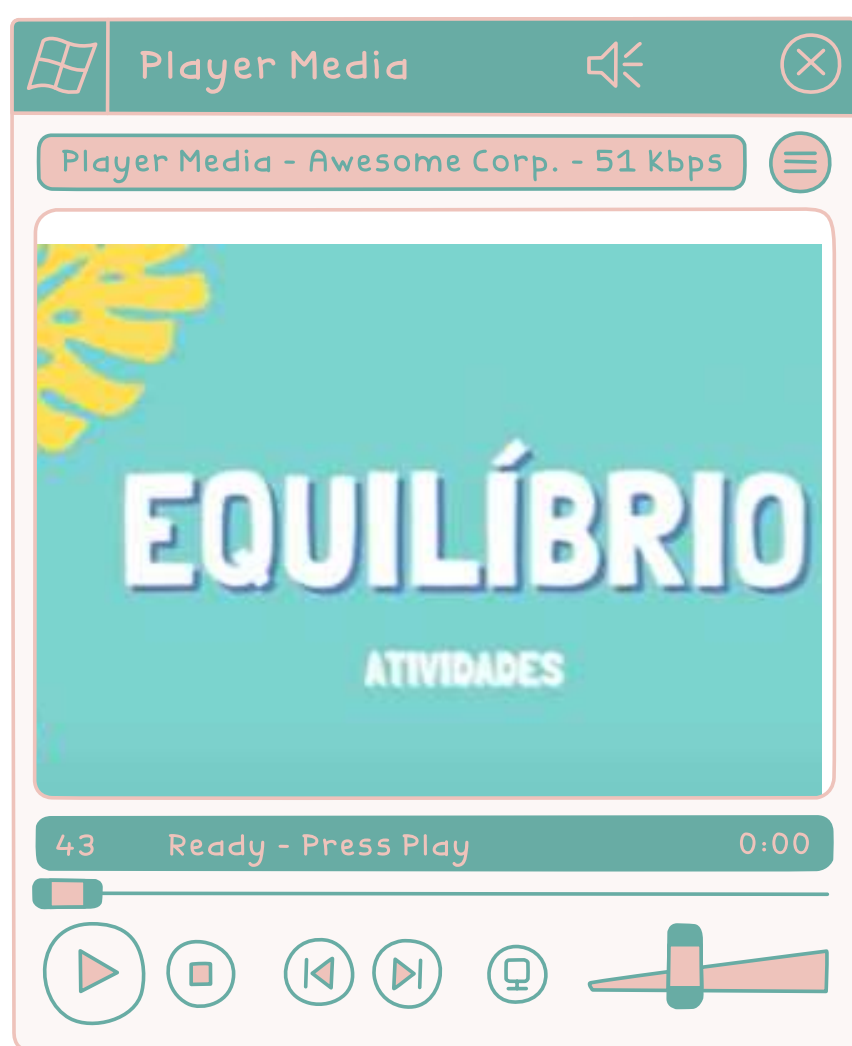


VAMOS PRATICAR ?

COMO É SEU EQUILÍBRIO? VAMOS BRINCAR DE EQUILIBRAR?

PARA ISSO, COLOQUE A MÚSICA "ESTÁTUA DA XUXA" QUANDO ELA DISSER "ESTÁTUA" FAÇA SUA POSIÇÃO DE EQUILÍBRIO. ANTES DISSO, DANCE LIVREMENTE. PARA FICAR MAIS DESAFIADOR TENTE SE EQUILIBRAR APÓS RODAR OU COM OS OLHOS FECHADOS.

QUER IDEIAS DE POSIÇÕES DE EQUILÍBRIO PARA EXPERIMENTAR? ASSISTA O VÍDEO A SEGUIR:



ESCANEIE PELO CELULAR:



CLIQUE AQUI PARA CONFERIR



OUTRA FORMA PARA PRATICARMOS O EQUILÍBRIO É MONTARMOS UM PERCURSO COM FORMAS DIFERENTES DE SE EQUILIBRAR.

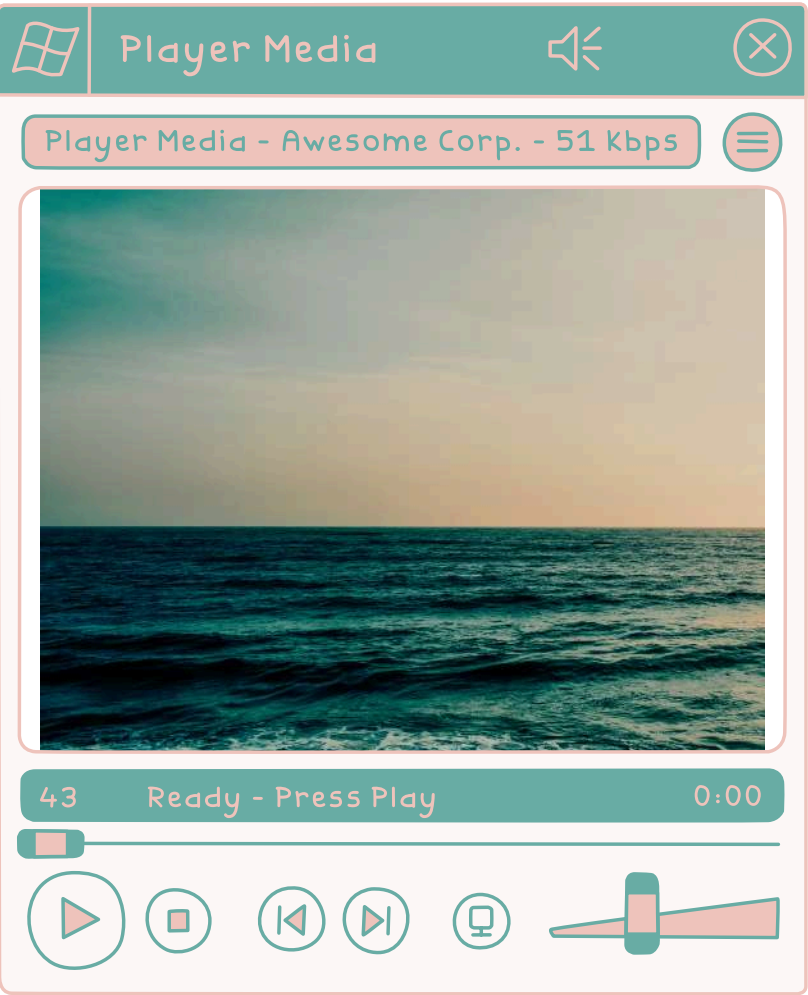
UTILIZE EQUIPAMENTOS COMO BANCOS SUECOS, CADEIRAS, BOLAS, MACARRÃO DE PISCINA, CORDAS, TRAMPOLINS, FITAS, ETC.

PODEMOS BRINCAR EQUILIBRANDO OBJETOS, COM DIVERSAS VELOCIDADES, PLANOS E DIREÇÕES, ALÉM DE BRINQUEDOS COMO PISTOLAS DE ÁGUA PARA DEIXAR A BRINCADEIRA MAIS DIVERTIDA.

PARA MELHORAR A EXPERIÊNCIA, OUÇA O SOM DO MAR NO VÍDEO ABAIXO, TENTANDO IMAGINAR QUE VOCÊ ESTÁ EM CIMA DE UMA PRANCHA.

.....

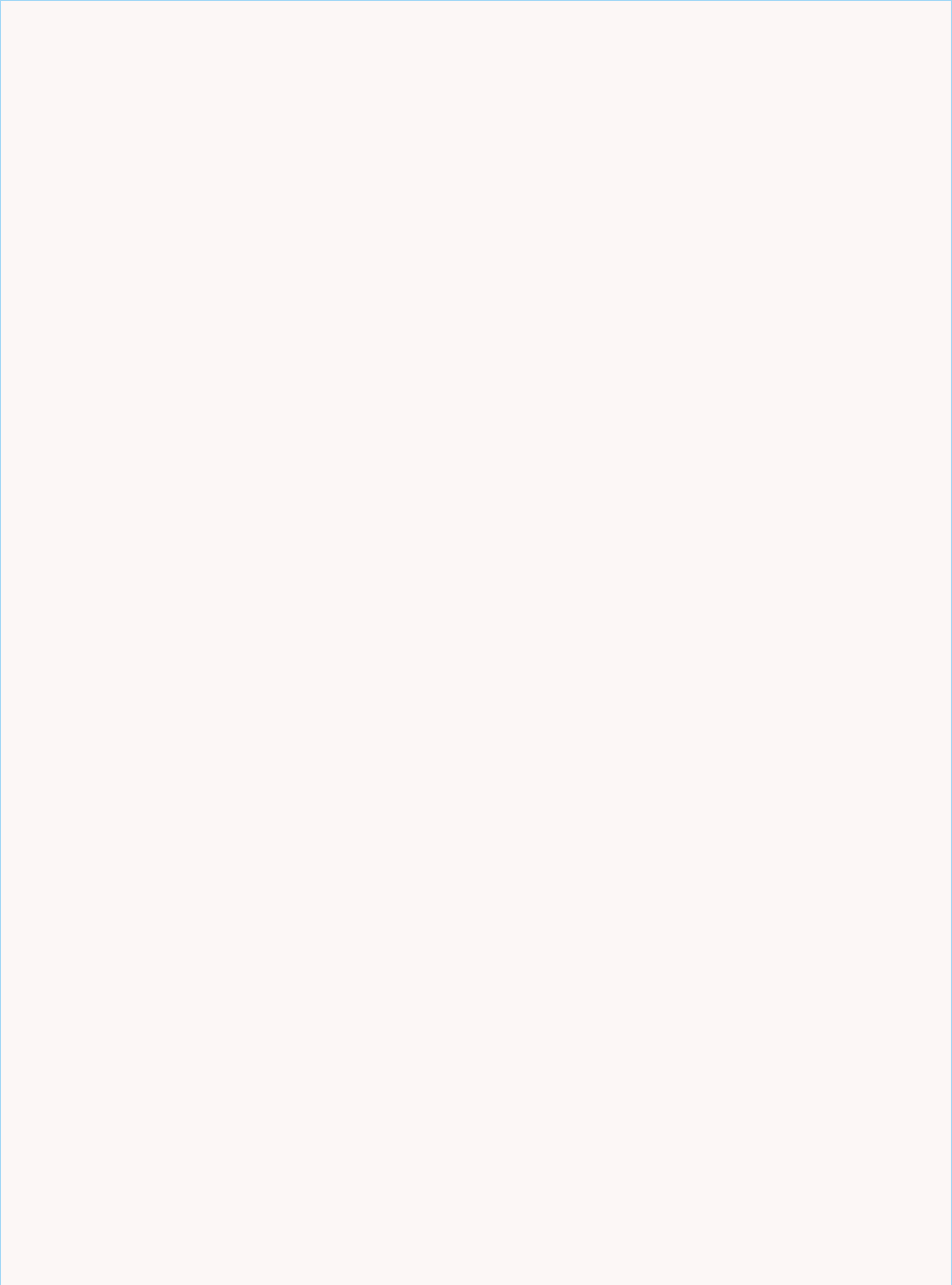
ESCANEIE PELO CELULAR:

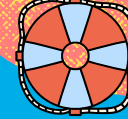


CLIQUE AQUI PARA CONFERIR



**DESENHE ABAIXO: COMO VOCÊ IMAGINA UMA
PRAIA E O SURFE?
APROVEITE E DÊ UM NOME A SUA PRAIA.**





História



E

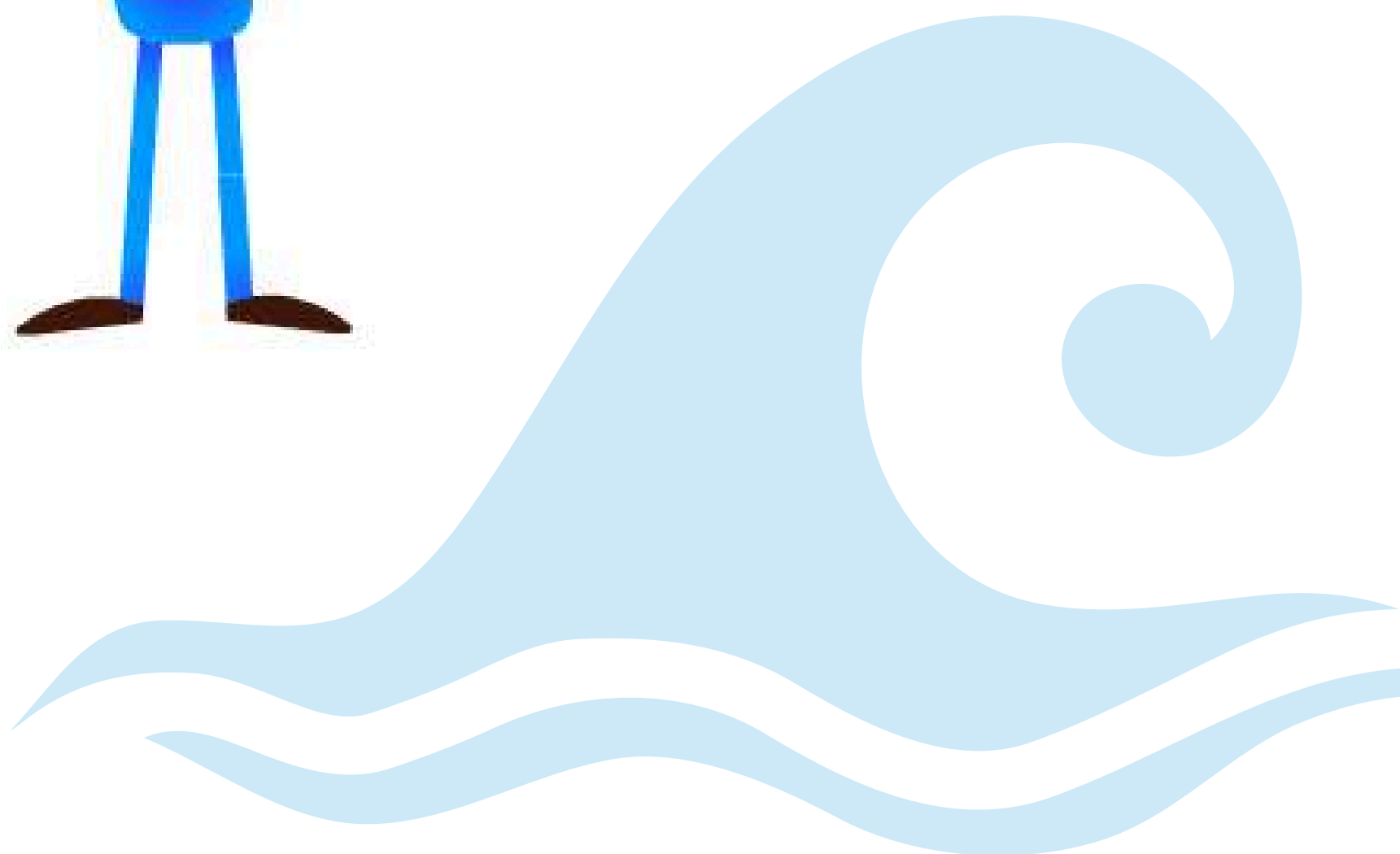
CURIOSIDADES



A HISTÓRIA DO SURFE



Vamos conhecer
sobre a história
do surfe e como
ele chegou ao
Brasil?





O surfe faz muito sucesso nos dias atuais, mas ele pode ter surgido a centenas de anos atrás.



Deslizar sobre as ondas faz parte da cultura dos havaianos. Eles usavam pranchas de diversos tamanhos e materiais.



Olo, Alaia e Paipos eram as pranchas dos Polinésios.

IMAGEM:
[HTTP://MADEIRAEAGUA.BLOGSPOT.COM/2012/12/PRANCHAS-DE-SURF-QUE-MARCARAM-HISTORIA.HTML](http://madeiraeagua.blogspot.com/2012/12/pranchas-de-surf-que-marcaram-historia.html)

IMAGEM:
[HTTPS://WWW.WAVES.COM.BR/ARQUIVO/A-EVOLUCAO-DAS-PRANCHAS/](https://www.waves.com.br/arquivo/a-evolucao-das-pranchas/)

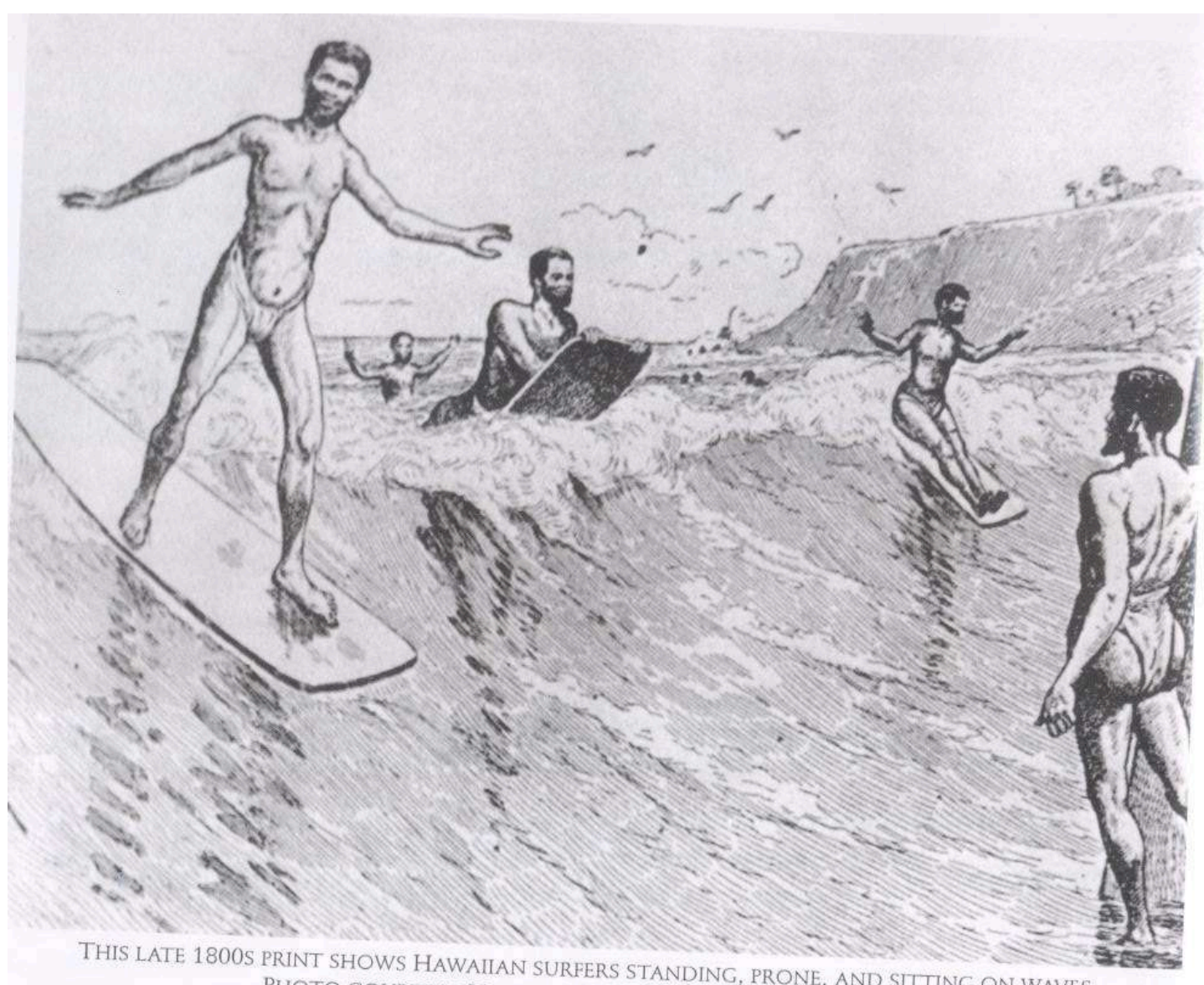
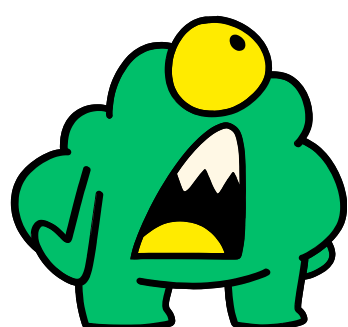
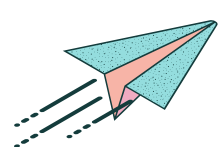


IMAGEM:
[HTTP://TRIBOSNACONTRAMAO.BLOGSPOT.COM/2010/07/JESUS-O-1-SURFISTA-SEM-PRANCHA.HTML](http://tribosnacontramao.blogspot.com/2010/07/jesus-o-1-surfista-sem-prancha.html)





E no Brasil?

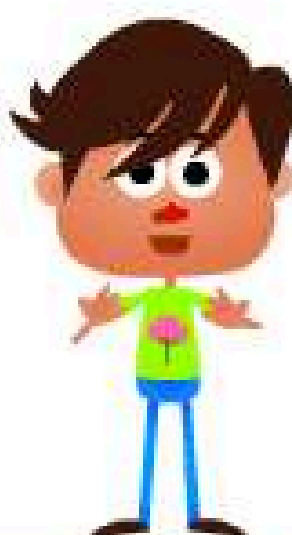


Trabalhadores de companhias aéreas, quando visitavam outro países, viam pessoas praticando o surfe.



Vendo que está era uma prática muito legal, eles começaram a praticar aqui no Brasil, primeiramente em Santos (SP).

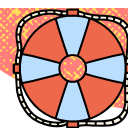
Em 1964, o Australiano Peter Trou visitou o Brasil e trouxe mais informações necessárias para desenvolver o surfe aqui.



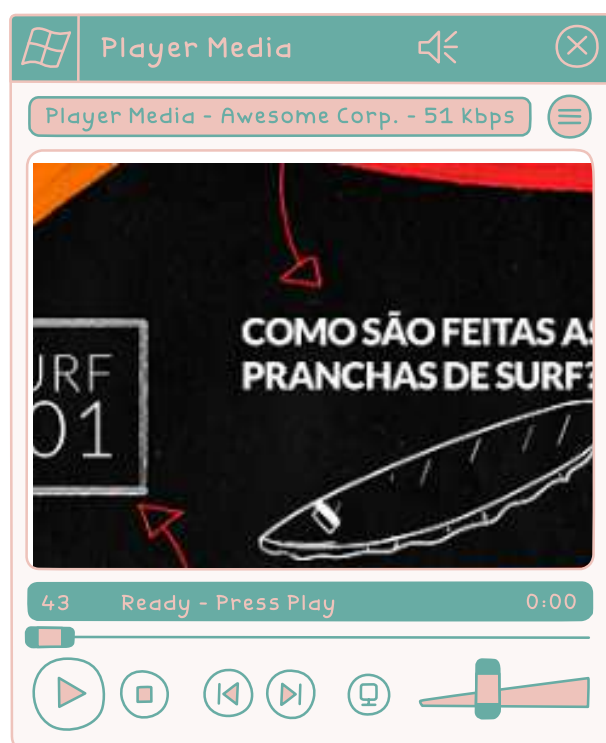
E, aos poucos, o esporte se espalhou pelo litoral no Brasil.



DE ONDE VEM ?



UMA PRANCHA PODE PARECER UM OBJETO SIMPLES, MAS NÃO É. ELA PRECISA PASSAR POR VÁRIAS ETAPAS ANTES DE CHEGAR NA MÃO DO SURFISTA. ASSISTA O VÍDEO A BAIXO PARA CONHECER MAIS SOBRE ESSE PROCESSO.

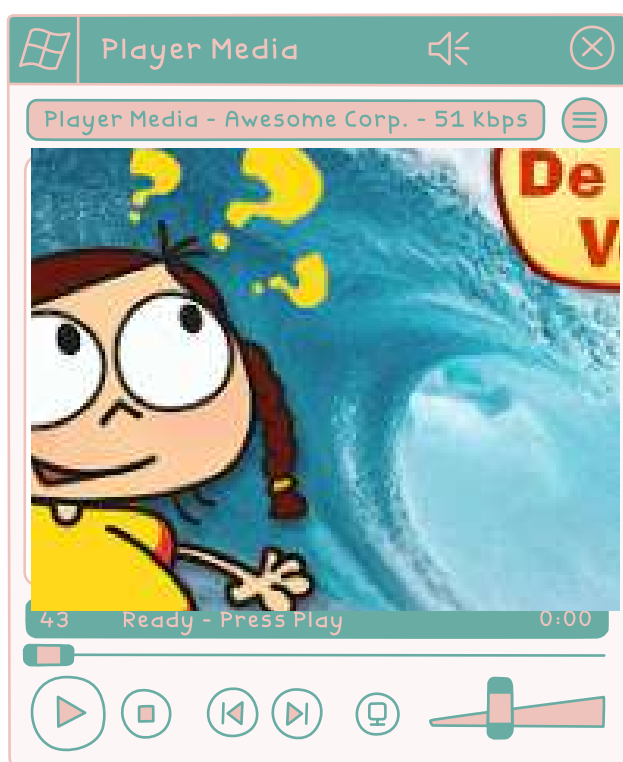


ESCANEIE PELO CELULAR:



**CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR**

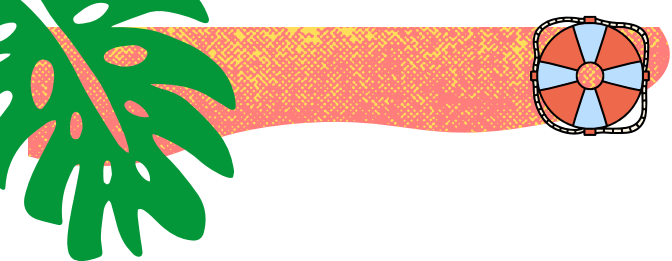
PARA QUE O ATLETA PRATIQUE O SURFE É NECESSÁRIO QUE O MAR TENHA ONDAS. VOCÊ SABE COMO AS ONDAS SÃO FORMADAS? ACESSE O LINK E CONHEÇA MAIS SOBRE ELAS.



ESCANEIE PELO CELULAR.



**CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR**



CURIOSIDADES

A PRÁTICA DO SURFE JÁ FOI DESESTIMULADA EM 1820 COM A CHEGADA DOS PRIMEIROS MISSIONÁRIOS BRANCOS AO HAVAÍ, POIS OS COLONOS NÃO O CONSIDERAVAM UM ESPORTE.



.....



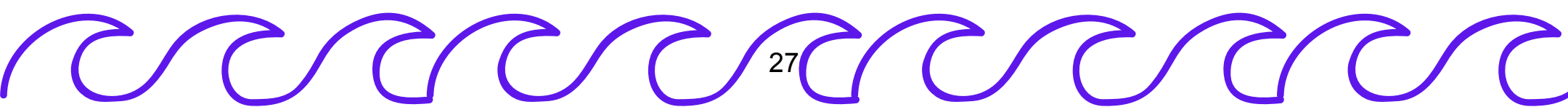
VOCÊ CONHECE ESTE GESTO? ELE SE CHAMA **HANG LOOSE** E É FEITO COM AS MÃOS, SENDO UTILIZADO PELOS SURFISTAS PARA SE CUMPRIMENTAR.

SEGUNDO A LENDA, UM JOVEM REI CHAMADO "TAHITO" TINHA O COSTUME DE SURFAR E ACENAR PARA O PÚBLICO MAS, JUSTAMENTE NA MÃO QUE USAVA PARA DAR "TCHAUZINHO", POSSUÍA APENAS OS DEDOS POLEGAR E MINDINHO.

.....

NATURAL DE SANTOS-SP, ESTE É OSMAR GOLÇALVES, O PRIMEIRO SURFISTA BRASILEIRO.

IMAGEM:
MADEIRAEAGUA.BLOGSPOT.COM/2012/12/PRANCHAS-DE-SURF-QUE-MARCARAM-HISTORIA.HTML



CURIOSIDADES

ISABEL LETHAM, CONSIDERADA A PIONEIRA DO SURFE MODERNO. A AUSTRALIANA CHEGOU A SER TREINADA PELO HAVAIANO DUKE KAHANAMOK.



IMAGEM:
[HTTPS://WWW.SURFERTODAY.COM/SURFING/ISABEL-LETHAM-THE-STORY-OF-THE-MOTHER-OF-AUSTRALIAN-SURFING](https://www.surfertoday.com/surfing/isabel-letham-the-story-of-the-mother-of-australian-surfing)



IMAGEM:
[HTTPS://IF15.COM.BR/ITALO-FERREIRA/](https://if15.com.br/italo-ferreira/)

ÍTALO FERREIRA É UM SURFISTA BRASILEIRO, SENDO O PRIMEIRO CAMPEÃO OLÍMPICO NA MODALIDADE NOS JOGOS OLÍMPICOS DE VERÃO REALIZADO EM 2021.

UM DOS TRÊS MELHORES PICOS DE ONDA NO BRASIL SÃO:



CACIMBA DO PADRE EM Fernando de Noronha-PE

IMAGEM:
[HTTP://WWW.ESPN.COM.BR/NOTICIA/301421_SECRET-SPOT-CACIMBA-DO-PADRE-PARAISO-DO-SURF-NO-BRASIL](http://www.espn.com.br/noticia/301421_secret-spot-cacimba-do-padre-paraiso-do-surf-no-brasil)



Praia da Joaquina em SANTA CATARINA

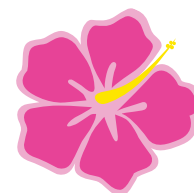
IMAGEM:
[HTTPS://BLOG.IMOBILIARIABUZZ.COM.BR/PRAIA-DA-JOAQUINA-BELEZA-NATURAL-E-SURF-NA-COSTA-LESTE-DE-FLORIANOPOLIS/](https://blog.imobiliariabuzz.com.br/praias-da-joaquina-beleza-natural-e-surf-na-costa-leste-de-florianopolis/)



Maresias - SÃO SEBASTIÃO-SP

IMAGEM:
[HTTPS://BLOG.IMOBILIARIABUZZ.COM.BR/PRAIA-DA-JOAQUINA-BELEZA-NATURAL-E-SURF-NA-COSTA-LESTE-DE-FLORIANOPOLIS/](https://blog.imobiliariabuzz.com.br/praias-da-joaquina-beleza-natural-e-surf-na-costa-leste-de-florianopolis/)

GÍRIAS NO SURFE



VOCÊ SABIA QUE EXISTEM PALAVRAS QUE SÃO USADAS PELOS SURFISTAS E, MUITAS VEZES, PESSOAS QUE NÃO SURFAM NÃO CONHECEM SEUS SIGNIFICADOS?

VAMOS CONHECÊ-LAS?

ALOHA

**OLÁ OU
ADEUS**

VACA

**CAIR
DA
PRANCHA**

RABEAR

**ROUBARR
A
ONDA DO
SURFISTA**

PICO

**MELHOR
PONTO
PARA
SURFAR**

MAHALO

OBRIGADA

LAY DAY

**DIA SEM
ONDA**



CAÔ

MENTIRA

**BROTHER
(BRÔ)**

IRMÃO

VAMOS PRATICAR?



VOCÊ JÁ BRINCOU DE PIQUE FRUTA? PARA BRINCAR ESCOLHA UM PEGADOR QUE DEVE TENTAR TOCAR EM ALGUM COLEGA, SE VOCÊ CONSEGUIR, O COLEGA QUE VOCÊ TOCOU SERÁ O NOVO PEGADOR.

PARA SE SALVAR ABAIXE E TOQUE A MÃO NO CHÃO ENQUANTO FALA O NOME DE UMA FRUTA, PORÉM, AQUI VAMOS MUDAR UM POUQUINHO E, AO SE ABAIXAR, DIGA ALTO ALGUMA GÍRIA DO SURFE QUE VOCÊ APRENDEU E NÃO VALE REPETIR A PALAVRA DO COLEGA.

QUER CONHECER MAIS ALGUMAS PARA PODER BRINCAR ? ACESSE O LINK A SEGUIR:



<https://souesportista.decathlon.com.br/dicionario-do-surfista/>

ALOHA!



VAMOS CRIAR A NOSSA PRAIA?

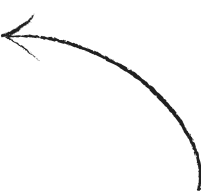
OUTRA FORMA DE VIVENCIAR O SURFE É CRIAR UMA PLATAFORMA DE EQUILÍBRIO, COM UMA BASE FIRME (COMO A MADEIRA) EM CIMA DE UM ROLO (COMO UMA GARRAFA PET CHEIA OU UMA LATA DE LEITE EM PÓ), AO REDOR, COLOQUE UM PANO AZUL, DECORADO DA FORMA QUE QUISER, PARA VOCÊS AGITAREM IGUAL AO MAR.

PREPARE O AMBIENTE PARA SIMULAR UMA PRAIA, PODENDO USAR VÍDEOS EM UMA TELA MOSTRANDO O MAR.

TENTE FICAR O MAIOR TEMPO POSSÍVEL EM CIMA DESTA PRANCHA E VEJA QUEM ENTRE OS SEUS AMIGOS CONSEGUE FICAR POR MAIS TEMPO. QUEM TIVER O MELHOR RECORDE USARÁ UM COLETE AMARELO, E, SE O SEU RECORDE FOR SUPERADO, DEVERÁ ENTREGAR O COLETE PARA O COLEGA.

USE SUA CRIATIVIDADE E BRINQUE COM SEU PRÓPRIO TORNEIO DE SURFE, MAS NÃO DEIXE DE SE PROTEGER AO REALIZAR ESTA PRÁTICA.

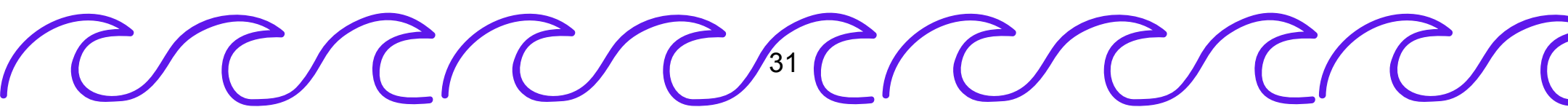
NO VÍDEO A SEGUIR O PROFESSOR **FÁBIO** IRÁ NOS MOSTRAR COMO ESTE EQUIPAMENTO FUNCIONA.



CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR

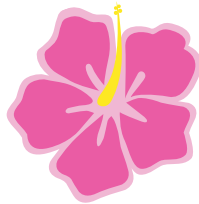


ESCANEE PELO CELULAR:





VAMOS PRATICAR?

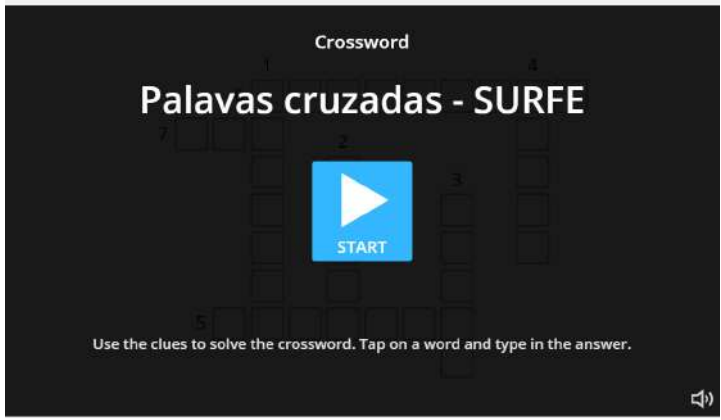


VOCÊ CONHECE O **WORDWALL**? NELE ACESSAMOS DIVERSOS JOGOS PARA TESTAR NOSSOS CONHECIMENTOS.

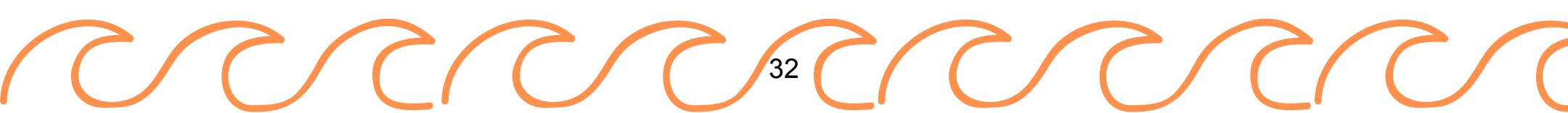
NESTE TÓPICO TROUXEMOS A BRINCADEIRA DAS PALAVRAS CRUZADAS. ACESSE O LINK PARA JOGAR.

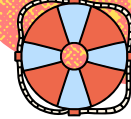
NÃO SE ESQUEÇA DE COLOCAR SEU NOME COMPLETO PARA VERMOS SUA PONTUAÇÃO. PARA ISSO BASTA CLICAR EM "TABELA DE CLASSIFICAÇÃO", COLOCAR SEU NOME E CLICAR EM "ENTER" PARA PARTICIPAR DO RANKING.

ESCANEEIE PELO CELULAR:



CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR





Vamos lembrar o que aprendemos brincando?

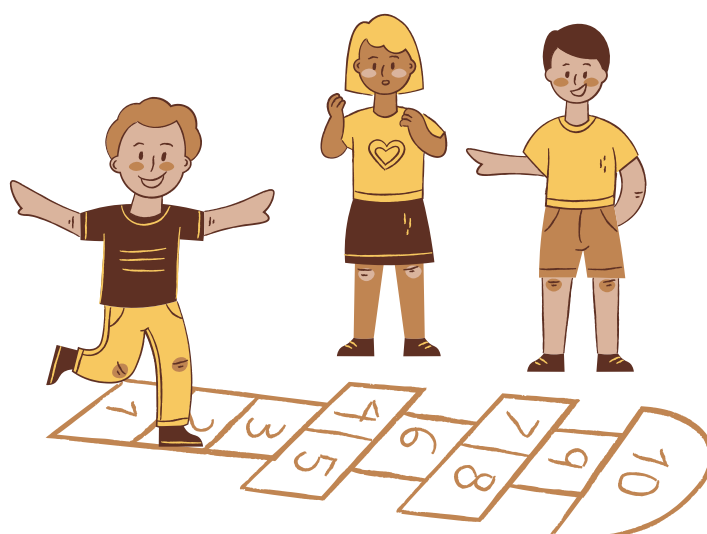
- VOCÊ E SEUS AMIGOS SÃO SURFISTAS HAVAIANO, BRINCANDO NO MAR OU PESCANDO. DESENHE NO CHÃO PRANCHAS PARA TODOS OS SEUS AMIGOS E TENDE TROCAR DE PRANCHA COM ELES AO SINAL QUE VOCÊS ESCOLHEREM, MAS CUIDADO, NÃO DEIXE OS TUBARÕES (OUTROS AMIGOS) PEGAREM VOCÊS.

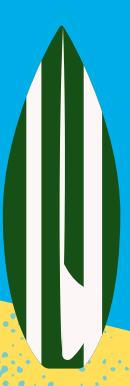
.....

- VIMOS, NAS CURIOSIDADES DO SURFE, QUE ESTA PRÁTICA JÁ FOI DESENCORAJADA E, POR MUITO TEMPO, O SURFISTA FOI MAL VISTO PELA SOCIEDADE. POR ISSO, DIVIDA SEUS AMIGOS EM DOIS GRUPOS, OS SURFISTAS E OS POLICIAIS, ONDE, OS SURFISTAS DEVEM SE MOVIMENTAR LIVREMENTE, MAS QUANDO A MÚSICA PARAR, TODOS FICAM EM ESTÁTUA, FINGINDO NÃO FAZER NADA PARA O POLICIAL NÃO VER. QUEM MEXER SERÁ PRESO E VAMOS ESPERAR PARA VER O GANHADOR.

.....

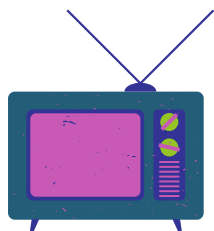
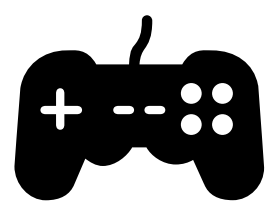
- E NOS DIAS ATUAIS? O SURFE CRESCE CADA VEZ MAIS, POR ISSO, EXISTEM DIVERSAS TECNOLOGIAS PARA AUXILIAR A MODALIDADE, SENDO ELE RETRATADO EM JOGOS, FILMES, SERIES, ETC. CONFIRAM ALGUNS QUE DEIXAREMOS A SEGUIR.





MÍDIAS DIGITAIS

CULTURA DO SURFE NAS MÍDIAS E COM AS MÍDIAS



EXISTEM DIVERSOS JOGOS QUE MOSTRAM O SURFE, FAZENDO A GENTE SENTIR COMO SE ESTIVÉSSEMOS NA PRAIA. AQUI DEIXAREMOS ALGUMAS SUGESTÕES PARA VOCÊS:



TRUE SURF É UM DOS JOGOS REALISTAS DE SURFE. ONDE VOCÊ ESTARÁ DENTRO DO MAR E PODERÁ PEGAR VÁRIAS ONDAS E SOMAR PONTOS.

NÃO DEIXE DE JOGAR!!

IMAGEM:
PLAY STORY

CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR

ACESSE A "PLAYSTORE" NO CELULAR E PESQUISE POR "TRUE SURF". APÓS ACHAR, É SÓ INSTALAR EM SEU CELULAR.



ESCANEE PELO CELULAR

VOCÊ CONSEGUE JOGAR GRATUITAMENTE!



TAMBÉM EXISTEM JOGOS PARA **VIDEOGAME** PARA SIMULAR O SURFE.

START

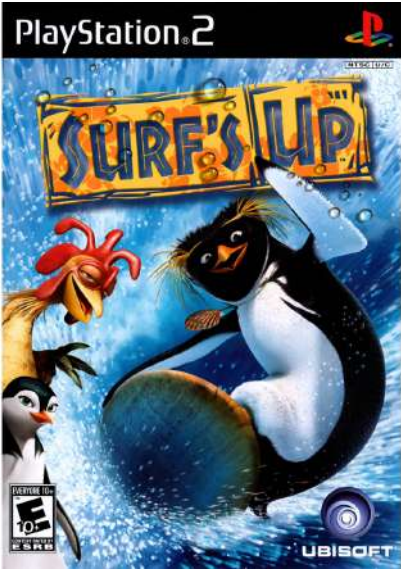


IMAGEM:
[HTTPS://SHOPEE.COM.BR/SURFS-UP-JOGO-PLAYSTATION-PS2-FINI-I.332539301.9533191097](https://shopee.com.br/surfs-up-jogo-playstation-ps2-fini-i.332539301.9533191097)

BASEADO NO FILME SONY PICTURES, ESTE É O GAME "SURF'S UP". ELE SEGUE A HISTÓRIA DO CADU MAVERICK, UM PINGUIN QUE SOHA EM SER UM GRANDE SURFISTA. VOCÊ PODE ENCONTRÁ-LO PARA JOGAR TANTO NO NINTENDO WII, COMO TAMBÉM PARA PLAYSTATION

.....

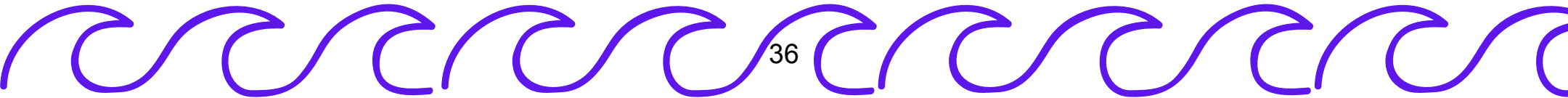
NESTE JOGO É POSSÍVEL PEGAR GRANDES ONDAS E VISITAR AS 5 MELHORES PRAIAS PARA SURFAR: BELL’S BEACH (AUSTRÁLIA), WAIMEA BAY (HAVAI), SUPERTUBOS (PORTUGAL), CACIMBA DO PADRE (BRASIL) E JEFFREYS BAY (ÁFRICA DO SUL).

TUDO ISSO ATRAVÉS DA SUA TV.



IMAGEM:
[HTTPS://WWW.AMERICANAS.COM.BR/PRODUTO/52118858](https://www.americanas.com.br/produto/52118858)

VAMOS JOGAR, DIVERTIR E APRENDER!!



VAMOS PRATICAR?

QUE TAL ASSISTIR ESSES FILMES E JOGAR NA SALA DE AULA OU NA QUADRA?

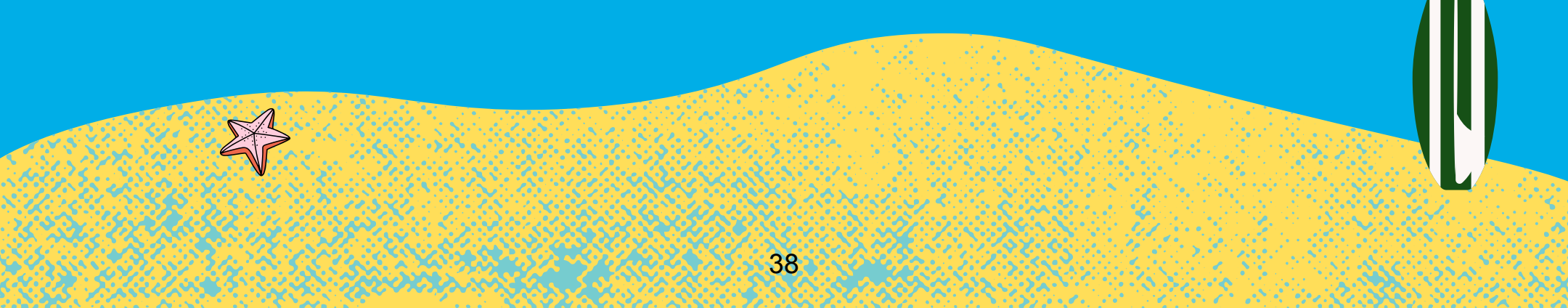
O JOGO ELETRÔNICO TAMBÉM FAZ PARTE DA EDUCAÇÃO FÍSICA E PODEMOS APRENDER MUITO COM ELES.

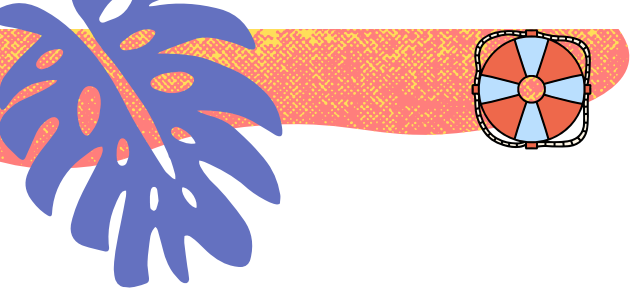
JOGUE E ASSISTA COM SEUS COLEGAS E PROFESSORES, DEPOIS CONVERSEM SOBRE AS SEMELHANÇAS E DIFERENÇAS ENTRE O QUE VOCÊS VIRAM NESSAS MÍDIAS O QUE APRENDEMOS NAS AULAS ANTERIORES E O QUE VOCÊS JÁ CONHECEM SOBRE O SURFE.





PRANCHA

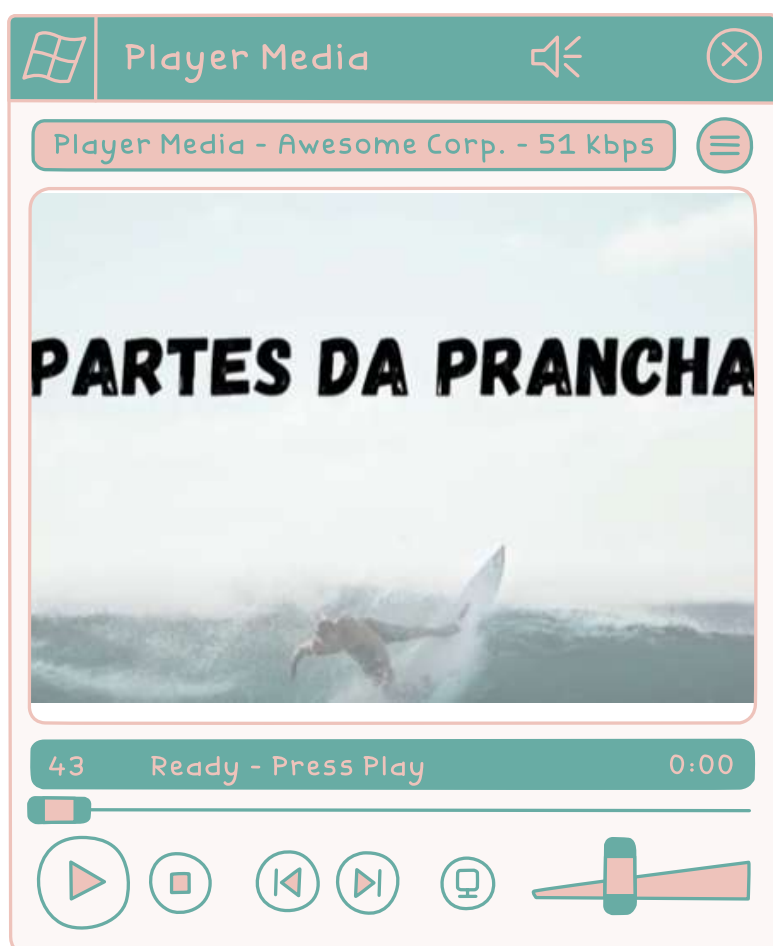




PRANCHA

COMO VIMOS, A PRANCHA É UM EQUIPAMENTO FUNDAMENTAL PARA PODERMOS SURFAR. MAS VOCÊ SABIA QUE A PRANCHA POSSUI VÁRIAS PARTES?

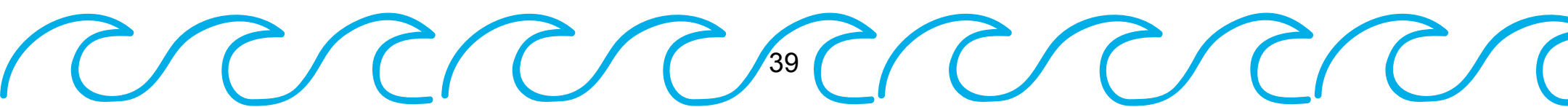
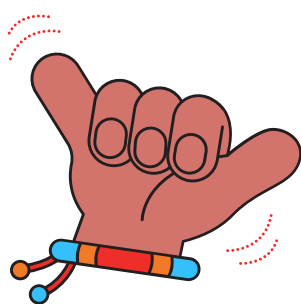
ACESSE O VÍDEO A BAIXO PARA CONHECER QUAIS SÃO AS PARTES DA PRANCHA E AS FUNÇÕES DE CADA UMA JUNTO COM A PROFESSORA **ISABELA GARCIA:**

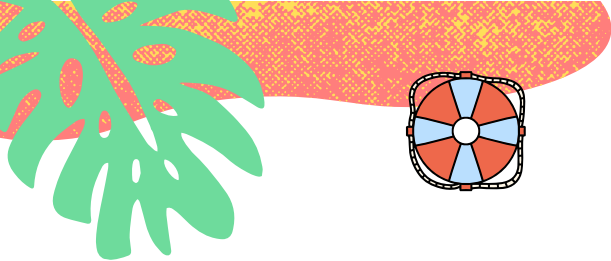


ESCANEIE PELO CELULAR:



CLIQUE AQUI PARA CONFERIR





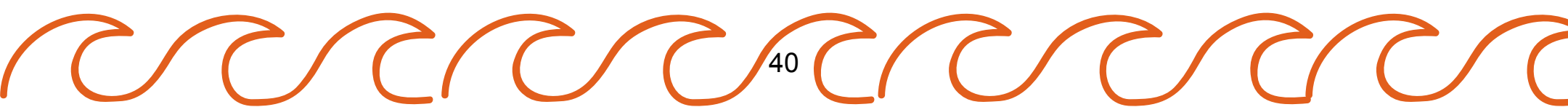
VAMOS PRATICAR?

AGORA VOCÊ CONHECE COMO SUBIR NA PRANCHA, VAMOS TENTAR REPETIR NA PRÁTICA? PODEMOS USAR UM TECIDO GRANDE E COLOCAR UMA PRANCHA, UMA PRANCHA RECICLADA OU UM SKATE SEM RODAS. CONSTRUA OBSTÁCULOS (PARA ABAIXAR OU PULAR) E PUXE O SEU AMIGO PELO PERCURSO.

MAS NÃO SE ESQUEÇA DE USAR OS EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA!



NÃO DEIXE DE USAR OS MOVIMENTOS QUE APRENDEMOS.



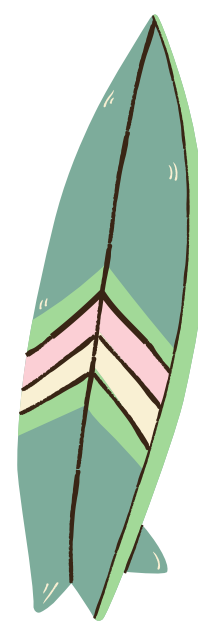
VAMOS PRATICAR?

PARA PRATICARMOS MAIS E NOS DIVERTIMOS DESENHE NO CHÃO UMA PRANCHA CONFORME APRENDEMOS NAS AULAS ANTERIORES (PODE SER COM GIZ DE QUADRO) OU NO PAPELÃO.

COLOQUE UMA MÚSICA E, CONFORME A MÚSICA TOCA, VOCÊS FAZEM O MOVIMENTO QUE VOCÊS ESCOLHEREM. POR EXEMPLO:

OLHA A ONDA

**VOU TE PEGAR, ESSA É A GALERA DO AVIÃO
SE LIGUE AGORA NESSA NOVA ONDA
SOU UM PIRATA JOGANDO A MARCAÇÃO, Ô Ô Ô**



(SEJA CRIATIVO E CRIE SEUS MOVIMENTOS DE SURFISTA)

**VOU NAVEGAR, CUMPRINDO AS ORDENS DO MEU CAPITÃO
CAPITÃO JOGA VEM DANÇANDO COM A GALERA
NESSA AVENTURA QUE É PURA EMOÇÃO, OLHA A ONDA!**

(CONTINUE A FAZER OS MOVIMENTOS QUE QUISER)



**ONDA, ONDA, OLHA A ONDA
ONDA, ONDA, OLHA A ONDA
ONDA, ONDA, OLHA A ONDA
ONDA, ONDA, OLHA A ONDA.**

**(O TUBARÃO ESTÁ CHEGANDO, FAÇA UM DROP PARA
PEGAR A ONDA E IR PARA LONGE)**



VAMOS PRATICAR?



CAPITÃO MANDOU O MARUJO SIM SENHOR
CAPITÃO MANDOU O MARUJO SIM SENHOR
E O CAPITÃO MANDOU O MARUJO SIM SENHOR

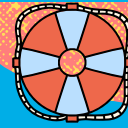
(SIGA OS MOVIMENTOS DO SEU CAPITÃO)

ANDOU NA PRANCHA, CUIDADO O TUBARÃO VAI TE PEGAR
ANDOU NA PRANCHA, CUIDADO O TUBARÃO VAI TE PEGAR
ANDOU NA PRANCHA, CUIDADO O TUBARÃO VAI TE PEGAR
ANDOU NA PRANCHA, CUIDADO O TUBARÃO VAI TE PEGAR

(REME PARA LONGE DO TUBARÃO)



VAMOS SURFAR, DANÇAR E NOS DIVERTIR !!



EQUIPAMENTO





EQUIPAMENTOS DO SURFE

ALÉM DA PRANCHA, NO SURFE PRECISAMOS DE OUTROS EQUIPAMENTOS. ELES SÃO FUNDAMENTAIS PARA O NOSSO DESEMPENHO NO ESPORTE, MAS NÃO SÓ ISSO. PRECISAMOS DESTES EQUIPAMENTOS PARA MANTER NOSSA SEGURANÇA E ATÉ PARA NOSSA SAÚDE. VAMOS DESCOBRIR MAIS?

Dorinha



Amiga. Descobri que a praia foi limpa semana passada e agora podemos ir surfar. Vamos?



Belinha

Eu soube, fui ontem com minhas primas, mas por algum motivo estou toda vermelha e minha pele está ardendo.



Dorinha



Você não usou o protetor solar?



Belinha

O que é isso?



Dorinha



Mas porque o lixo
atrapalha?



Belinha

Com a praia toda poluída a
água fica muito suja, com
muitos vírus e bactéria,
ficando perigosa para a
saúde, podendo causar
várias doenças como por
exemplo a hepatite.



Belinha

Nas praias, podemos nos
machucar por conta do lixo 
jogado na areia, além de
também correremos o risco
de ficarmos doentes.

Dorinha



Nossa, nunca pensei que sujar uma praia poderia afetar tanto a nossa saúde e que me deixaria sem surfar.



Belinha

Sim! Mas não somente a nossa, mas como a vida dos outros seres vivos que moram na praia.



Belinha



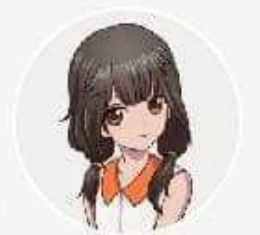


Belinha

Veja como é triste.



Dorinha



Se continuar assim
iremos perder a nossa
praia.

Dorinha



O que podemos fazer para
ajudar?



Belinha

Existem diversas pessoas que ajudam a limpar as praias. Mas o principal é não jogar lixo em nenhum ambiente, sejam as praias, praças ou parques. Todo lixo precisa ser jogado no lixo, mas existem aqueles que podem ser reciclados, ou seja, usados para outras coisas para não ser jogado no lixo.



Dorinha



Muito obrigada pela ajuda. Vamos criar brinquedos com garrafas e outros materiais?



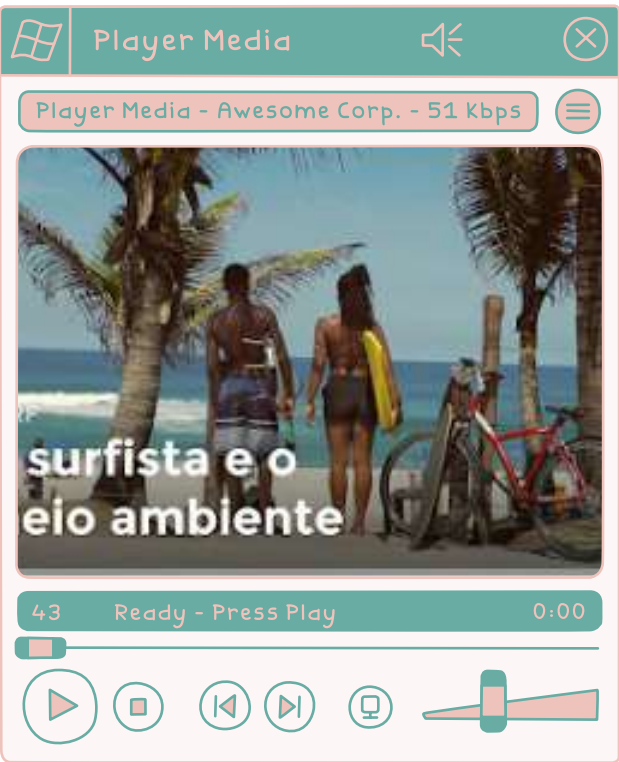
Belinha

Vamos. Logo estarei aí.
Um abraço.



VIMOS QUE NOSSAS AMIGAS TIVERAM PROBLEMAS POR CONTA DA POLUIÇÃO DAS PRAIAS, NÃO PODENDO IR SURFAR NAQUELE DIA.

VAMOS CONHECER MAIS SOBRE COMO A POLUIÇÃO PODE PREJUDICAR A PRAIA, A VIDA MARINHA E O SURFE?

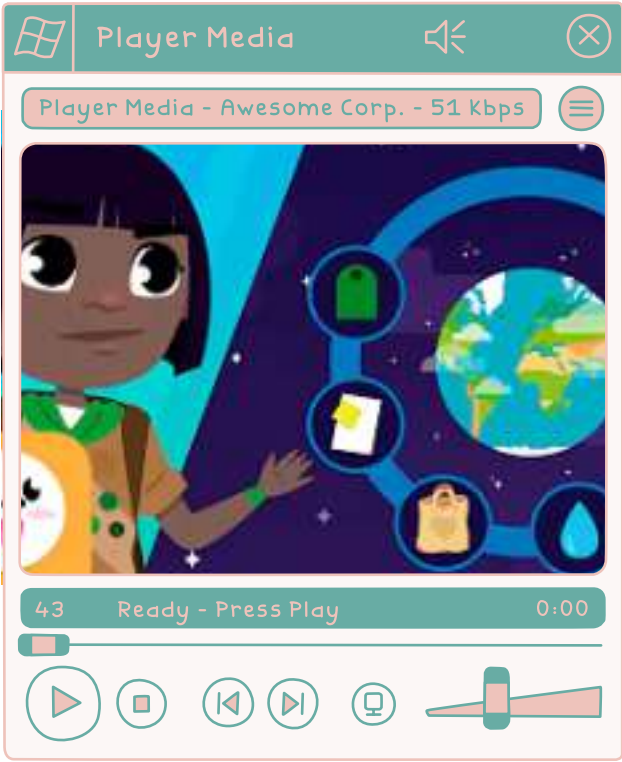


CLIQUE AQUI PARA CONFERIR

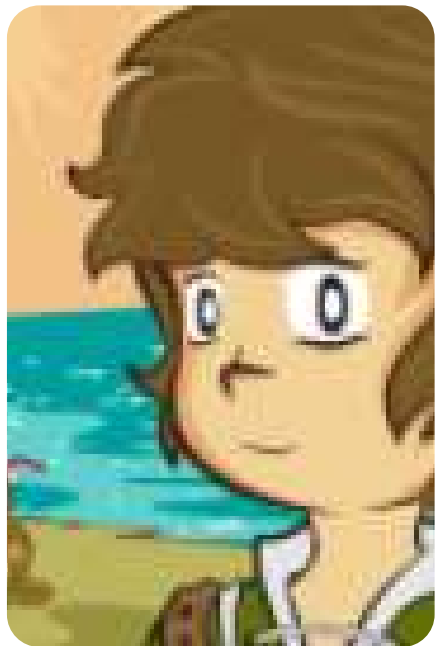
ESCANEEIE PELO CELULAR:



ESCANEEIE PELO CELULAR:



VAMOS PRATICAR?



UMA ILHA MUITO DISTANTE, CHAMADA ILHA DO PARAÍSO FOI INVADIDA PELOS MONSTROS DO LIXO. AJUDE NOSSO AMIGO ELFO A LIMPAR A ILHA E MANTER A NATUREZA EQUILIBRADA.

**CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR**



ESCANEIE PELO CELULAR:

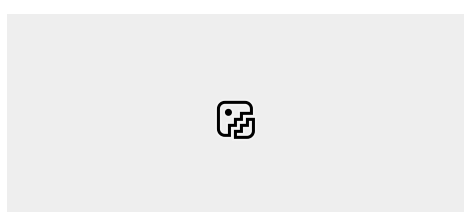


VAMOS APRENDER SOBRE A COLETA SELETIVA? COLOQUE OS LIXOS NAS CESTAS CORRETAS PARA MARCAR PONTO.

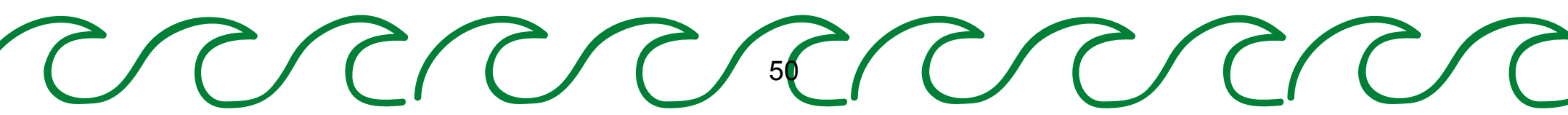
**CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR**



ESCANEIE PELO CELULAR:



VAMOS JOGAR, DIVERTIR E APRENDER!!





SESSÃO PIPOCA



IMAGEM:

[HTTPS://WWW.ADOROCINEM
A.COM/FILMES/FILME-123734/](https://www.adorocinem.com/filmes/filme-123734/)

ANIMAÇÃO LANÇADA EM 2008 CONTA A HISTÓRIA DE UM SIMPÁTICO ROBOZINHO (WALL-E) QUE PROCURA FORMAS DE LIMPAR O PLANETA TERRA QUE FOI COBERTA POR LIXOS, ENQUANTO OS SERES HUMANOS ESTÃO EM UMA NAVE LONGE DA TERRA. TUDO MUDA QUANDO UM ROBOZINHO MAIS MODERNO (EVA) CHEGA A TERRA E O WALL-E SE APAIXONA POR ELA.

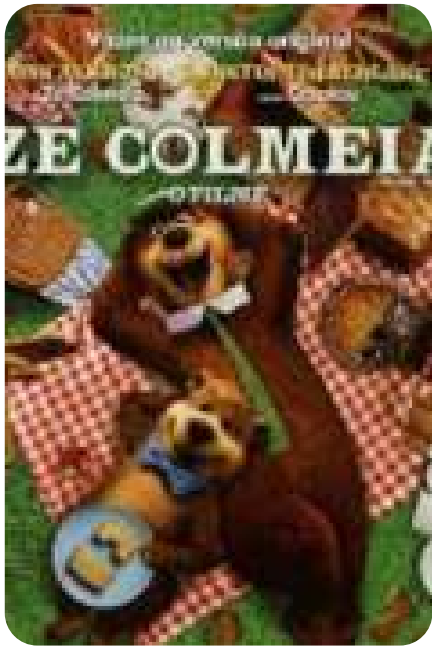


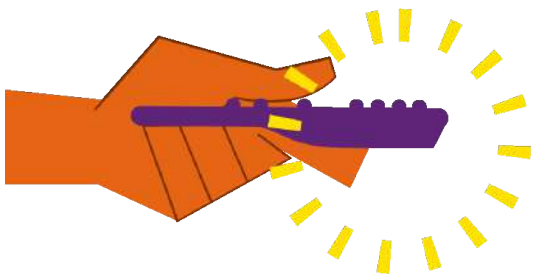
IMAGEM:

[HTTPS://DUBLAGEMPEDIA.FANDOM.COM/PT-
BR/WIKI/Z%C3%A9_COLMEIA:_O_FILME](https://dublagempedia.fandom.com/pt-br/wiki/Z%C3%A9_Colmeia:_o_filme)

ZÉ COLMEIA É UM URSO QUE AMA PIQUE NIQUE E VIVE EM UM LINDO PARQUE. PORÉM, CERTO DIA, O PREFEITO DA CIDADE DECIDE FECHAR O PARQUE E VENDE-LO PARA UMA MADEIREIRA. POR ISSO, ZÉ COLMEIA E SEU AMIGO CATATAU PRECISÃO UNIR FORÇAS PARA SALVAR SEU LAR.

CHAME UM(A) AMIGO(A) OU FAMILIARES PARA ASSISTIREM COM VOCÊ, SE FOR POSSÍVEL.

BOM FILME!



VAMOS PRATICAR?



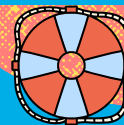
POLUIR UM AMBIENTE É MUITO FÁCIL, MAS LIMPAR É BEM MAIS DIFÍCIL.

PARA SENTIRMOS UM POUCO ESSA DIFICULDADE VAMOS PRECISAR DE UM SKATE E MUITO LIXO (PAPEIS, COPOS, GARRAFAS, ETC). ALGUNS ALUNOS FICARÃO NO SKATE, FAZENDO A REMADA E TENTANDO COLETAR OS LIXOS JOGADOS PELOS COLEGAS. DEPOIS DE UM TEMPO TROCAMOS AS POSIÇÕES.

AGORA CONTE PARA NÓS, FOI MAIS FÁCIL JOGAR O LIXO OU PEGA-LO?

COMO FOI PRATICAR A ATIVIDADE EM UM AMBIENTE SUJO?





O SURFISTA

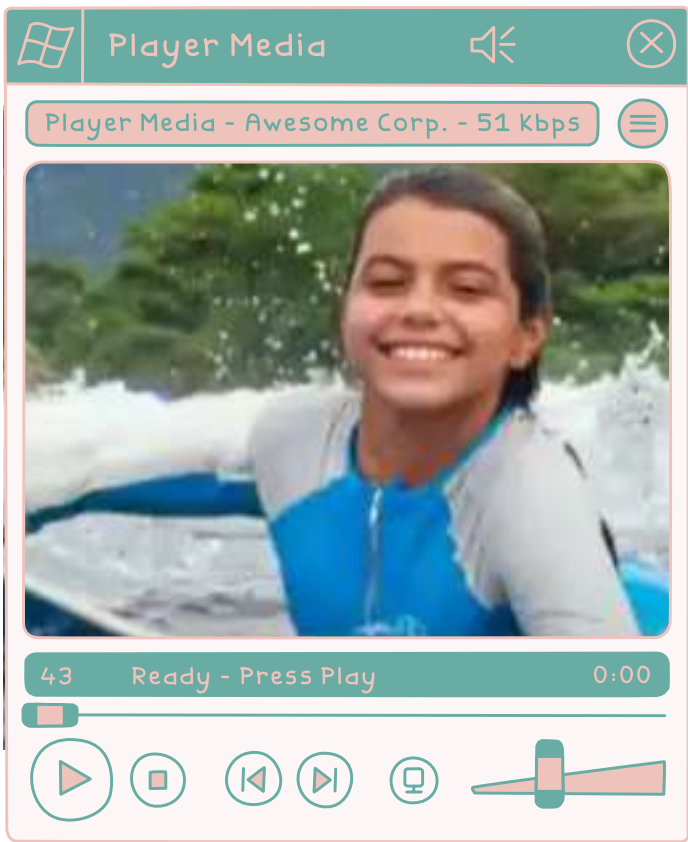




CONHECENDO SURFISTAS

VOCÊ CONHECE ALGUÉM QUE JÁ SURFOU OU ALGUM SURFISTA PROFISSIONAL?
NO PRIMEIRO LINK VAMOS CONHECER A JOVEM **MAEVA** DE 11 ANOS QUE MORA EM UBATUBA/ SP.

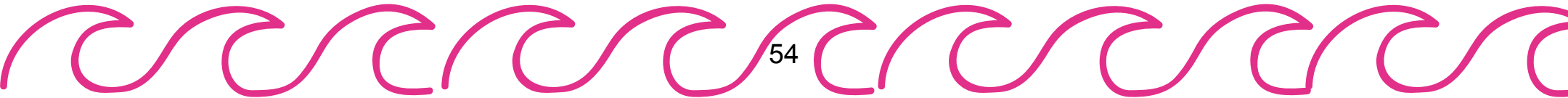
ELA TAMBÉM ESTÁ NO INSTAGRAM E VOCÊS PODEM CONHECE-LA E VER MAIS SOBRE SUA ROTINA NO SURFE: **@MAEVA_S_G**

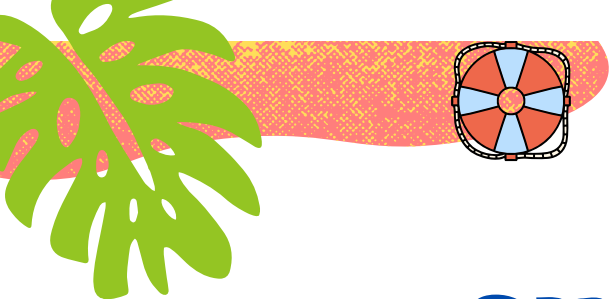


ESCANEEIE PELO CELULAR:



CLIQUE AQUI
PARA CONFERIR



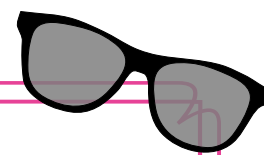


SURFISTA POR UM DIA

VOCÊ AGORA CONHECEM AS PRANCHAS, OS MOVIMENTOS DO SURFE E COMO SE PROTEGER DENTRO DO MAR. POR ISSO, VOCÊ ESTÁ PRONTO PARA EXPERIMENTAR SURFAR NA ÁGUA.

SE VOCÊ NÃO MORA NA PRAIA TENTE SURFAR EM UMA PISCINA, POIS, JÁ TEREMOS NOÇÃO DE COMO É SUBIR EM UMA PRANCHA EM UM AMBIENTE INSTÁVEL.

SE VOCÊ NÃO TEM PRANCHA, PEÇA PARA UM ADULTO TE AJUDAR A FAZER UMA PRANCHA RECICLADA IGUAL A DO VÍDEO A SEGUIR.



AGORA PEGUE SEU ÓCULOS DE SOL, SE VISTA COMO VOCÊ IMAGINA QUE UM SURFISTA SE VESTE E VAMOS SURFAR!



**DESENHE ABAIXO: VAMOS DESENHAR NOVAMENTE
UMA PRAIA E O SURFE? NÃO DEIXE DE DAR UM
NOME A SUA PRAIA.**



NESTA APOSTILA PUDEMOS APRENDER MAIS SOBRE ESTE MUNDO FANTÁSTICO QUE É O SURFE. ESPERAMOS QUE TENHAM GOSTADO E, ANTES DE NOS DESPEDIRMOS QUE TAL REVERMOS TUDO O QUE APRENDEMOS?

PARA ISTO, FAÇA UM CARTAZ BEM COLORIDO COM TUDO O QUE VOCÊ ACHOU DE MAIS LEGAL DO QUE APRENDEMOS.

AO FINALIZAR, ESCANEIE O QRCODE PARA BAIXAR O CERTIFICADO.

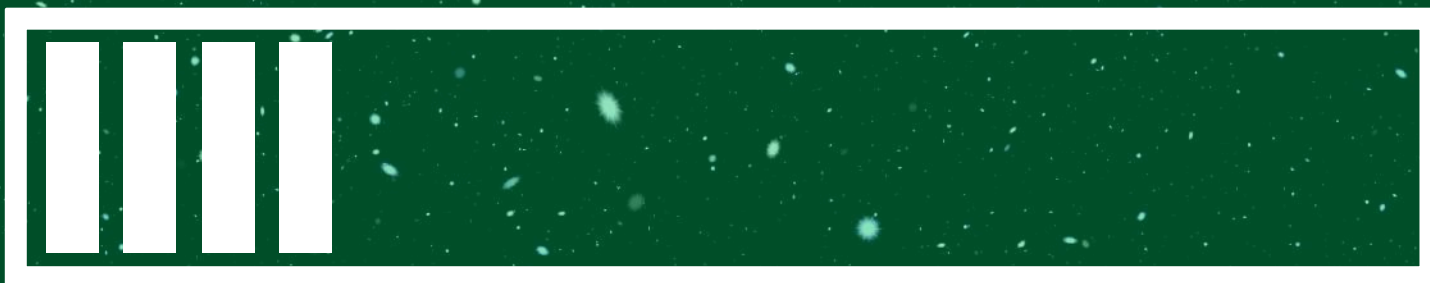


Aloha





Carregando Novas Ideias...



Capítulo 2

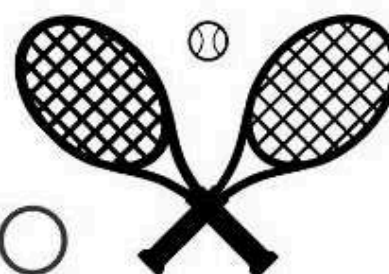
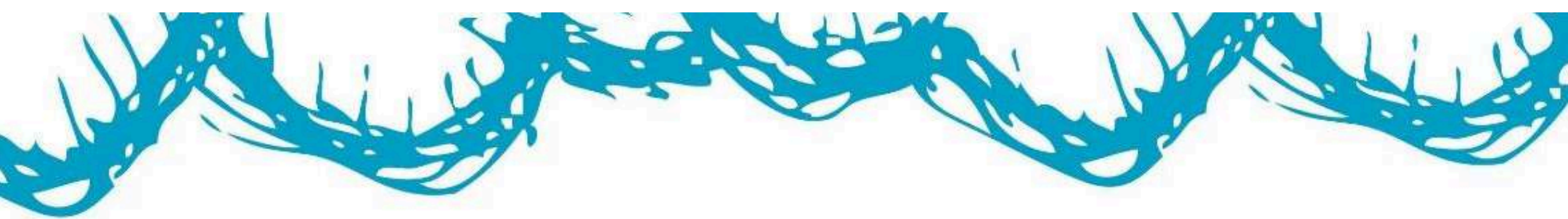
Esportes alternativos: Squash

ALEX VITOR ▪ ALINE AVELAR ▪ ANTÔNIO MACHADO
IAGO OLIVEIRA ▪ LUIZ FELIPE DA SILVA
MARIA EDUARDA FRANCO ▪ PEDRO LUCAS SILVA

NO PROCESSO DE ENSINO REMOTO ADOTADO NAS ESCOLAS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 A PRODUÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS POR BOLSISTAS DO PIBID DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO IFSULDEMINAS, CAMPUS MUZAMBINHO FOI UMA ALTERNATIVA COM GRANDES POSSIBILIDADES PARA O MOMENTO.

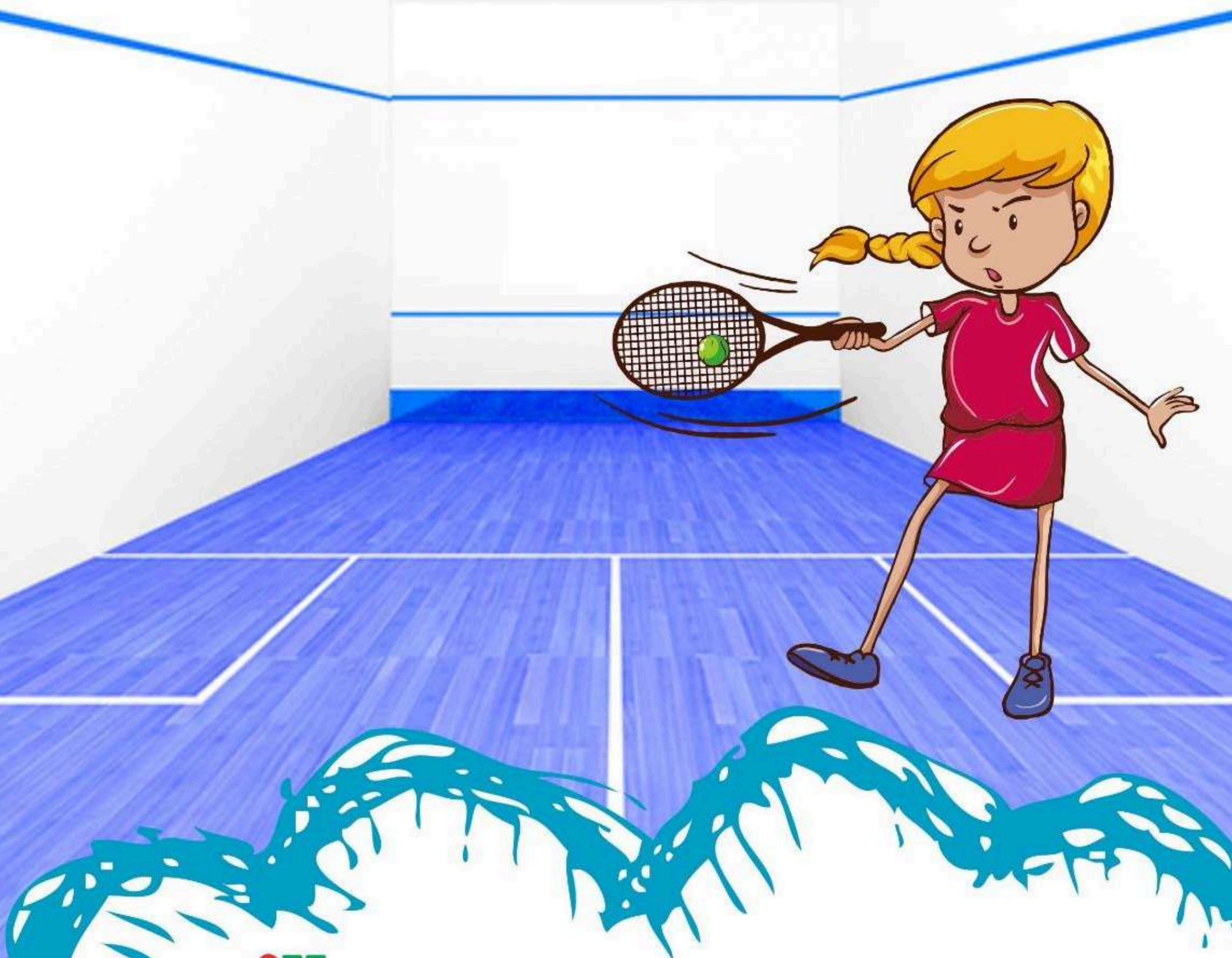
A CADA ENCONTRO VIRTUAL DO PIBID DEBATÍAMOS E REFLETÍAMOS SOBRE A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA, MESMO EM TEMPOS DE DISTANCIAMENTO SOCIAL, FOI ENTÃO QUE A ELABORAÇÃO DE MATERIAIS A PARTIR DESSA DISCUSSÃO, ALÉM DE MOTIVAR A PRODUÇÃO AUTORAL DE BOLSISTAS E PROFESSORES, TAMBÉM ESTIMULAVA A APLICABILIDADE DA DIVERSIDADE DE CONTEÚDOS NAS AULAS.

O E-BOOK SOBRE O SQUASH SURTIU DESSA NECESSIDADE, DE SER UM JOGO PRÁTICO DE FÁCIL ENTENDIMENTO, COM A POSSIBILIDADE DE SER CONFECCIONADO COM MATERIAL DE BAIXO CUSTO, MAS ACIMA DE TUDO, DE SER UM GUIA DE ORIENTAÇÕES PARA OS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA PLANEJAR SOBRE ESTE ESPORTE ALTERNATIVO NAS AULAS.



ESPORTE ALTERNATIVO

SQUASH



**INSTITUTO
FEDERAL**
SUL DE MINAS - CÂMPUS MUZAMBINHO
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



BOLSISTAS

Alex Vitor de Assis
Aline Avelar Silva Felis
Antônio Bernardes Machado
Iago Oliveira Garroni de Souza
Luiz Felipe da Silva
Maria Eduarda Franco da Silva
Pedro Lucas Silva Oliveira

SUPERVISÃO

Fagner José Passos

COORDENAÇÃO

Arnaldo Sifuentes Pinheiro Leitão

APRESENTAÇÃO

Saudações!

Caro leitor, este projeto faz parte de uma iniciativa do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência – PIBID, do Curso Superior de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais - Campus Muzambinho.

O projeto foi desenvolvido por bolsistas do PIBID e orientado pelos professores Arnaldo Leitão e Fagner Passos (Coordenador e Supervisor, respectivamente) com intuito de auxiliar os profissionais de Educação Física a desenvolver em suas aulas os Esportes Alternativos, contribuindo com sugestões e ações pedagógicas para que o conteúdo possa ser aplicado no âmbito escolar de maneira efetiva.



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

AULA 1

INTRODUÇÃO AOS ESPORTES ALTERNATIVOS

A Educação Física Escolar através da cultura corporal de movimento tem por objetivo transmitir diversos conhecimentos que auxiliem no desenvolvimento integral dos alunos. Os aprendizados são construídos sobretudo através das vivências, reflexões e debates acerca de diversos temas dentro dos esportes, jogos, brincadeiras, lutas, danças, ginásticas e etc. A Base Nacional Comum Curricular – BNCC orienta sobre as possibilidades de unidades temáticas a serem trabalhadas na Educação Física Escolar, entre os jogos e brincadeiras, ginástica, lutas, práticas corporais, temos os esportes que são muito mais amplos do que imaginamos, por isso, trataremos dos Esportes Alternativos. Seguindo este referencial didático são sugeridos dentro do conteúdo esportes algumas classificações de modalidades esportivas que se caracterizam por possuírem alguns princípios singulares constituindo estes conjuntos.

São 7 classificações apontadas pela BNCC, vamos saber quais são!

Esportes de invasão: São os esportes que tem por objetivo atingir a meta adversária (Gol, cesta, etc.) levando o objeto de jogo (bola, frisbee, etc.) e ao mesmo tempo proteger sua própria meta. (Ex: futebol, Handebol, Basquete, etc.)

IMAGEM DISPONÍVEL EM GE.GLOBO
[HTTPS://GE.GLOBO.COM/OLIMPIADAS/NOTICIA/BRASIL-DOMINA-A-HUNGRIA-E-GARANTE-PRIMEIRA-VITORIA-DO-HANDEBOL-FEMININO-EM-TOQUIO.GHTML](https://ge.globo.com/olimpiadas/noticia/brasil-domina-a-hungria-e-garante-primeira-vitoria-do-handebol-feminino-em-toquio.ghtml)



IMAGEM DISPONÍVEL EM SETE LAGOAS
[HTTPS://SETELAGOAS.COM.BR/NOTICIAS/ESPORTES/31856-ALIVIAR-O-ESTRESSE-E-AINDA-FICAR-EM-FORMA-ESSE-E-O-ESTILO-DO-SQUASH](https://setelagoas.com.br/noticias/esportes/31856-aliviar-o-estresse-e-ainda-ficar-em-forma-esse-e-o-estilo-do-squash)

Esportes de rede e parede: Estes esportes são caracterizados pelo ato de lançar, arremessar ou rebater uma bola em direção ao campo adversário de forma que ele não consiga devolvê-la da mesma forma. Os esportes de rede possuem

um implemento no meio da quadra (rede) que divide o espaço dos jogadores, enquanto os de parede não há essa divisão no meio da quadra, geralmente os jogadores se posicionam em frente a uma parede e tentam rebater a bola lançada pelo adversário. (Ex: Tênis de campo, Peteca, **Squash**, Pelota basca, etc).



IMAGEM DISPONÍVEL EM BR CICLISMO
[HTTPS://BRCICLISMO.COM.BR/4-DICAS-PARA-ESCOLHER-BICICLETA-INFANTIL-IDEAL/](https://BRCICLISMO.COM.BR/4-DICAS-PARA-ESCOLHER-BICICLETA-INFANTIL-IDEAL/)

Esporte de marca: Os esportes de marca são aqueles onde são comparadas as marcas (segundos, metros ou quilos), que os competidores atingem durante a realização das provas, sendo no modelo individual ou equipes. (Ex: Salto em distância, Corrida 100m raso, Lançamento de peso, etc).



IMAGEM DISPONÍVEL EM GRACIEMAG
[HTTPS://WWW.GRACIEMAG.COM/PAIS-E-PROFESSORES-EXPLICAM-POR-QUE-O-JIU-JITSU-E-PERFEITO-PARA-AS-CRIANCAS/](https://WWW.GRACIEMAG.COM/PAIS-E-PROFESSORES-EXPLICAM-POR-QUE-O-JIU-JITSU-E-PERFEITO-PARA-AS-CRIANCAS/)



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

Esportes de Precisão: São aqueles que tem como objetivo acertar o implemento em um alvo específico, seja ele móvel ou fixo. (Ex: Tiro ao alvo, Bocha, Arco e flecha, etc).

Esportes Técnico-combinatório: Estes esportes são definidos pela comparação dos movimentos realizados com padrões técnico- combinatórios (Ginástica artística, ginástica rítmica, saltos ornamentais, etc).



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM



IMAGEM DISPONÍVEL EM LANCE
HTTPS://WWW.LANCE.COM.BR/SANTOS/MEN
INOS-BEISEBOL-REATIVA-TIME-COM-
GAROTOS-ACAO-SOCIAL.HTML

Esportes de campo e taco: Estes esportes são caracterizados pelo lançamento e rebatida do implemento a fim de percorrer a maior distância. Enquanto o adversário não recupera a posse do implemento a outra equipe percorre as bases com intuito de somar pontos.
(Ex: Beisebol; Críquete, Bets).

Se
Liga

Os exemplos apresentados aqui são apenas para representar as características específicas das categorias às quais as modalidades se encaixam, não sendo necessário priorizar ou tratar de forma exclusiva a tematização desses esportes em aula.

Download: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>
BNCC em PDF (Pág. 215 - 217)



Desse modo, apresentamos um conteúdo chamado Esportes Alternativos. Segundo Neves (2017), não é possível encontrar um conceito definido sobre, porém percebemos este conteúdo como os esportes que possuem pouca visibilidade na mídia, são de outros países ou até mesmo os esportes da própria cultura, mas que não são muito difundidos dentro da sociedade e/ou são desconhecidos.

Portanto, se faz necessário entendermos que o fator determinante para que se possa classificar um esporte como alternativo é a própria vivência cultural de cada comunidade.

Os esportes alternativos estão inseridos dentro das 7 classificações apontadas acima, pois nota-se que existem modalidades alternativas que apresentam características de cada uma das categorias.



IMAGEM DISPONÍVEL EM FREEPIK
[HTTPS://BR.FREEPIK.COM/VETORES-PREMIUM/ICONES-
CRIATIVOS-DA-MENTE-DEFINIDA_1972972.HTM](https://br.freepik.com/vetores-premium/icones-criativos-da-mente-definida_1972972.htm)

PARA REFLETIR!

Quais são os esportes alternativos que você conhece? Na sua comunidade existe algum movimento de popularização de alguma modalidade alternativa? Você já praticou algum esporte assim? Já desenvolveu em suas aulas?

Conte-nos!

AULA 2

ESCOLHEMOS O SQUASH

História do Squash

No encontro de hoje vamos conhecer a história do Squash e suas orientações de jogo. Vamos lá?!

Segundo De Lima Costa e Da Silva (2013), o Squash surgiu em meados do século XIX na Inglaterra em uma prisão chamada The Fleet, em Londres. Os prisioneiros tinham o hábito de praticar atividades com bola, de modo a rebater este implemento na parede com o auxílio de uma baquete. Inicialmente o jogo era denominado como rackets.

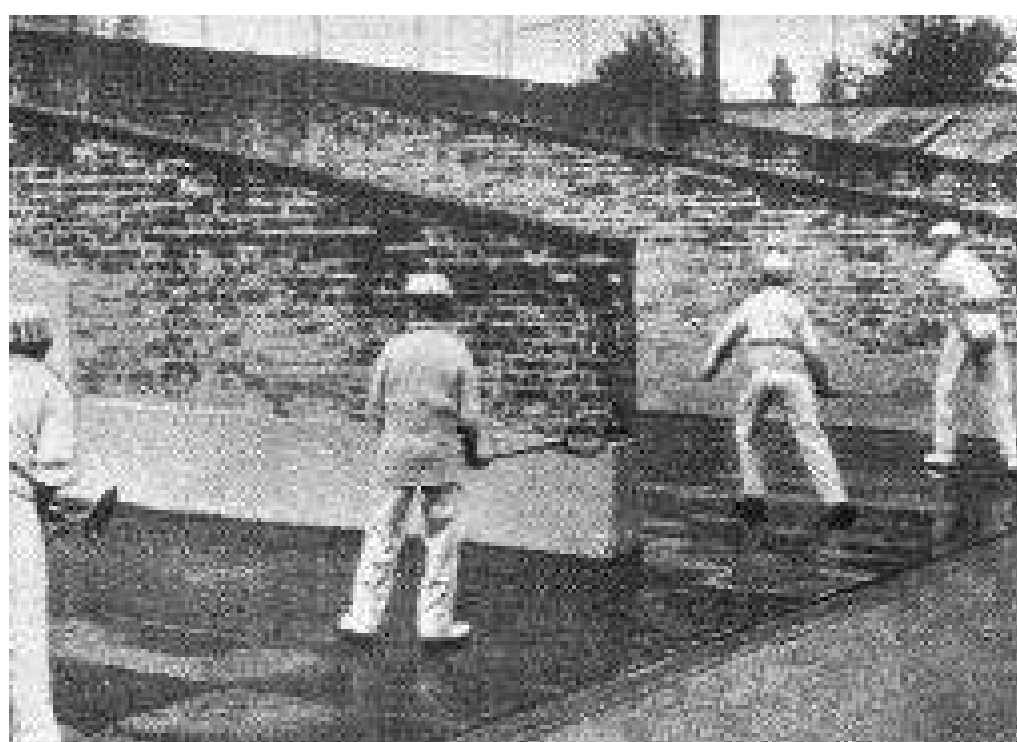


IMAGEM DISPONÍVEL KVIVA
[HTTP://WWW.KVIVA.COM.BR/HISTORIASQ.HTM](http://www.kviva.com.br/historiasq.htm)

Com o passar dos anos o jogo se difundiu na região e passou a ser realizado também nas escolas, onde inclusive passou pela sua primeira modificação desde seu surgimento. Na Harrow School, em 1920 o esporte passou a finalmente se chamar Squash, pois alguns alunos ao praticarem o jogo perceberam que quando a bola estava furada fazia um barulho semelhante a squash (squashed) ao tocar na parede, e que tornava o jogo muito mais imprevisível além de forçar os jogadores a se movimentarem mais.

Gostaram? É bem legal entendermos o surgimento de uma modalidade e suas transformações ao longo do tempo. Então vamos continuar!



IMAGEM DISPONÍVEL SANTA MONICA
[HTTPS://SANTAMONICA.REC.BR/BLOG/2019/11/01/SAIBA-MAIS-SOBRE-OS-BENEFICIOS-DO-SQUASH/](https://santamonica.rec.br/blog/2019/11/01/saiba-mais-sobre-os-beneficios-do-squash/)

No Brasil, o Squash é considerado uma modalidade esportiva alternativa pelo fato de não ser tão disseminado dentro de nosso país, entretanto, ele pode ser uma boa possibilidade pedagógica para as aulas de Educação Física Escolar, além de ser de fácil desenvolvimento e adaptação. O jogo tem como objetivo rebater a bola contra uma parede frontal, podendo essa tocar a parede lateral e a parede dos fundos segundo as regras e delimitações do espaço de jogo.

Para que vocês visualizem melhor a dinâmica de esportes que envolvem parede e rebote, que é o caso do Squash, apresentamos um vídeo disponível na plataforma Youtube, que exemplifica bem os movimentos deste jogo.



Esportes de rede divisória ou de parede rebote Link:
<https://www.youtube.com/watch?v=OS1H9HqqVp8>

Vamos aprender mais! Entre várias modalidades possíveis de serem trabalhadas nas aulas de Educação Física, iremos apresentar uma possibilidade, seu surgimento, regras, materiais adaptados, jogo digital e dicas para aplicar na sua escola, vamos lá?



Introdução aos Esportes Alternativos (Squash) Link:
<https://youtu.be/JTX15EgzNa>



Estamos na região do Sul de Minas Gerais, você sabe onde é possível jogar o Squash oficial por aqui?

Se respondeu Caldense, em Poços de Caldas-MG você acertou! O professor Ailton que é instrutor da modalidade de Squash no clube gravou um vídeo com informações bem legais sobre o esporte, vamos assistir!

Link: <https://youtu.be/axACVn51Qp4>



IMAGEM DISPONÍVEL CALDENSE
[HTTP://CALDENSE.COM.BR/WORDPRESS/INDEX.PHP/INSTITUCIONAL/ESCUDO/](http://CALDENSE.COM.BR/WORDPRESS/INDEX.PHP/INSTITUCIONAL/ESCUDO/)



PARA REFLETIR!

Após ter uma breve apresentação do esporte alternativo na modalidade Squash. É possível de ser aplicado na sua escola? Quais são as limitações?

IMAGEM DISPONÍVEL EM FREEPIK
[HTTPS://BR.FREEPIK.COM/VETORES-PREMIUM/ICONES-CRIATIVOS-DA-MENTE-DEFINIDA_1972972.HTM](https://br.freepik.com/vetores-premium/icones-criativos-da-mente-definida_1972972.htm)

AULA 3

SQUASH: CONFECCIONANDO MATERIAIS ADAPTADOS

Vamos começar o nosso 3º encontro, trataremos da confecção de materiais para uso nas vivências práticas que podem ser realizadas em casa ou na escola.

A utilização de materiais alternativos nas aulas de Educação Física pode ser uma estratégia muito interessante não só para lidar com a falta de materiais em algumas ocasiões, mas também para trabalhar o lúdico, a criatividade e a autoestima dos alunos (ASSUMPÇÃO; ARRUDA; SOUZA, 2010).

A elaboração de material pedagógico de forma colaborativa, a partir das experiências do professor, propicia a organização e reflexão sobre as possibilidades de ensino e aprendizagem do saber escolar (SCAPIN et al., 2020).



Chegou a hora de confeccionarmos o nosso material!

Para a raquete vamos precisar de:

- *Um pedaço de papelão;*
- *Tesoura;*
- *Barbante (ou qualquer outro material alternativo que dê para fazer um suporte apoiando a nossa mão no papelão).*

Criamos um vídeo tutorial da construção da raquete do jogo. O primeiro passo é assistir ao vídeo todo.



Opção 1: Confeção da Raquete adaptada para o Squash Link:

https://drive.google.com/file/d/1wi5_-SE2RIX4SDasLA2cAF94LkXE-jKC/view?usp=sharing

Para ficar ainda mais claro, vamos colocar o passo a passo da montagem do material. Preste atenção!

Primeiro passo: Apoie a mão sobre o papelão, para verificar a dimensão que o deverá recortar em um formato mais circular, na qual se assemelha com uma raquete.



(Recorte baseado na linha preta destacada na imagem)

Segundo passo: Agora vamos realizar dois furos no papelão, sendo um entre o espaço do dedo polegar ao indicador, e o outro furo um pouco abaixo do dedo mindinho, conforme a imagem abaixo.



Terceiro passo: Por fim, vamos passar a (sacolinha, barbante, pedaço de linha), ou qualquer outro material alternativo que dê para passar entre os furos e servir como uma ponte de apoio entre a mão e o papelão. Não esqueça de dar um nó na ponta da sacolinha para evitar que ela solte das mãos. Veja o exemplo na imagem abaixo.



E aí, conseguiu criar a raquete com material adaptado? Lembre-se que a montagem do material de uso pode fazer parte do seu plano de aula, e com isso, instigar seus alunos na produção do seu próprio material.

Antes se passarmos para os próximos itens para a prática da modalidade, vamos aprender mais uma forma de confeccionar uma raquete. Neste caso você irá de papelão, tesoura e cola.

Primeiro passo: pegue um papelão e faça o molde da raquete como representada na imagem abaixo. Com uma caneta ou lápis faça o contorno na raquete para facilitar na hora de recortar.



Segundo passo: recorte o papelão fazendo o formato da raquete, e em seguida faça outro recorte em outro papelão, para fazer duas camadas para a raquete ter uma resistência maior, e utilize uma cola para fixar as duas partes. Veja o vídeo abaixo que auxilia a construção deste material:



Opção 2: Confeção da Raquete adaptada para o Squash

Link: https://drive.google.com/file/d/19-9Qz1BjN8Q8tCC4_EiOa9PNsGqzxkTs/view?usp=sharing

Ainda não acabou! Agora vamos falar sobre a bola.

Para a bola, sugerimos o uso de algumas variedades de baixo custo, por exemplo: bola de dente de leite (pequena), bolinha de plástico (piscina), bolinhas de frescobol, bolinha de desodorante, importante é que seja uma bola que quica para que as regras do jogo sejam vivenciadas pelos alunos, por isso não recomendamos a bolinha feita de papel. Uma que encontramos para utilizar foi a de plástico como na imagem abaixo.



Já aprendemos a confeccionar a raquete e escolher a bola para o jogo, falta organizar um espaço para a prática. Então vai algumas dicas! Lembre-se que o aluno precisa vivenciar a modalidade e seus movimentos, essa experimentação é muito importante para a aprendizagem de um novo jogo.



Opção 3: A bola e o espaço de jogo

Link: <https://drive.google.com/file/d/1M-vZbXKgrMUiymL-qJwvcDsCOo6x31ns/view?usp=sharing>

*Vamos agora organizar o local de
jogo!*

**Se
Liga**

Chegou a hora de organizarmos o espaço de
vivência!

Para isso vamos precisar:

- *Fita, giz ou corda para marcação.*

O local a ser usado pode ser organizado na escola, caso tenha paredes que possa servir para o rebote, ou em tempos de ensino remoto/híbrido a nossa casa também se transforma em uma alternativa. Ao escolher um espaço plano de frente para uma parede, organize com algumas marcações, que podem ser feitas de fita isolante, fita crepe, barbante ou corda. Aqui apresentamos uma modelo de uma quadra marcada. Veja com atenção!

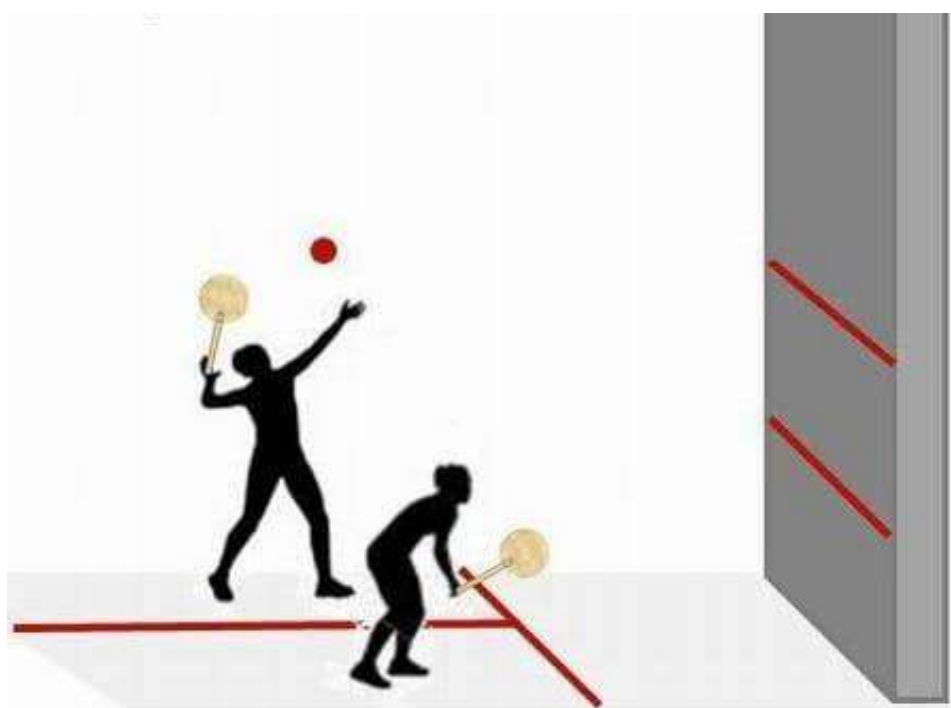


IMAGEM DISPONÍVEL EM LINGUAGEM E AFINS
[HTTPS://LINGUAGEMEAFINS.BLOGSPOT.COM/2012/06/OLIMPIADAS-2012LINGUAGEM-ESPORTIVA.HTML?M=1](https://linguagemeafins.blogspot.com/2012/06/olimpiadas-2012linguagem-esportiva.html?m=1)



Opção 4: Espaço adaptado para o jogo Link:

<https://drive.google.com/file/d/1N0fY2JpNKgviY6QoFWri8JhmzL7SJLhh/view>



Agora que já sabe como confeccionar uma raquete, escolher a bola para o jogo e adaptar o espaço,
NÓS TE DESAFIAMOS!

Brinque de Squash, confeccione o seu material, organize o local e divirta-se. Nós somos a melhor referência para nossos alunos. Depois de experimentar, saberá melhor as condições do jogo e o que pode fazer para potencializar a aprendizagem desta modalidade.

AULA 4

O SQUASH NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Olá professores, seguimos com o conteúdo Squash. Na proposta de hoje iremos falar sobre a possibilidade de aplicação do conteúdo na escola e algumas dicas bem legais. Vamos lá?

A seguir são listadas algumas dicas que podem contribuir no processo de desenvolvimento do conteúdo.



- Aproveite bem o tempo da aula, além disso aproveite o espaço que será utilizado para a prática;
- Como é uma modalidade que na maioria das vezes é jogada em duplas é importante que haja variação entre as duplas, para que ocorra interação de toda a sala;
- Trabalhe de forma que todos os alunos participem das práticas elaboradas, respeitando seus limites e particularidades;
- Utilize uma linguagem clara e simplificada quando no momento de passar as instruções aos alunos;
- Manter a organização e o controle da atenção dos alunos é essencial para o bom desenvolvimento da prática.

Algo que não podemos deixar de lado é a forma como trabalhar conteúdos com os alunos, pois existem inúmeras possibilidades de passar estas práticas pedagógicas. Agora listamos também algumas

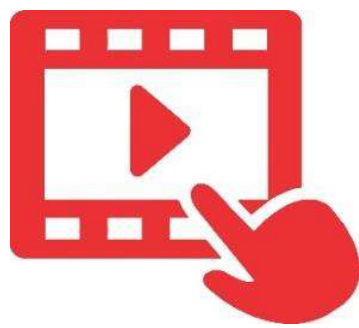
orientações que podem ser de grande ajuda para o desenvolvimento da prática.



- Recomendamos ensinar as regras e alguns movimentos básicos do Squash através de atividades lúdicas;
- Respeite sempre o tempo de aprendizado de cada aluno;
- Caso haja dificuldade dos alunos em desempenhar certa tarefa, identifique o que está impedindo a aplicação e realize adaptações;
- Sempre controle a situação para que os mínimos de imprevistos aconteçam, no que se trata da realização da prática;
- É indispensável o domínio completo do assunto pelo professor.

A realidade brasileira no campo da educação, muitas das vezes é desafiadora para nós professores, em muitas vezes não vamos ter os materiais necessários para desenvolver um esporte com suas regras e equipamentos originais. Com isso surge a ideia de adaptar o esporte a nossa realidade, o que torna possível que nossos alunos tenham contato com diferentes modalidades de esportes, no nosso caso trabalharemos o Squash de maneira adaptada, com regras mais flexíveis e materiais acessíveis.

Você já aprendeu a confeccionar raquetes para nossa prática, agora vamos passar para vocês por meio de um vídeo tutorial da plataforma Youtube possibilidades de trabalhar o Squash de forma adaptada com uma ou duas pessoas, utilizando as raquetes confeccionadas.



Squash Adaptado

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=KVBWiP1drg4>

São várias as maneiras de trabalhar conceitos do Squash, além dessa maneira proposta pelo vídeo acima. Agora trazemos a vocês duas outras atividades alternativas para trabalhar alguns conceitos do Squash, usando versões adaptadas do jogo.



Atividade 1: Paredão: o squash sem raquete

Duração: 25 minutos

Material: bola de vôlei e bolinha de borracha

Local: quadra ou pátio

Para dar início às atividades o(a) professor(a) poderá propor o "Paredão", uma brincadeira tradicional muito presente em alguns contextos escolares. Essa brincadeira pode ser feita com os pés ou as mãos. Nesta aula trabalharemos com a modalidade que utiliza as mãos para estabelecer uma relação entre esta brincadeira e o Squash. As regras do paredão são as seguintes:

Os jogadores tirarão par ou ímpar para decidir quem começará o jogo;

O jogador que ganhou deverá iniciar a brincadeira golpeando a bola (ex: bola de vôlei) em direção ao solo para que, em seguida, esta toque à parede;

- Na sequência o outro jogador deverá repetir o mesmo movimento sem deixar a bola parar;
- Após tocar na parede a bola pode dar até um quique no chão antes que o outro jogar a golpeie novamente;
- Se a bola quicar mais de uma vez o jogador que a golpeou por último marcará um ponto;
- Se o jogador golpear a bola direto na parede sem que ela toque o solo anteriormente o jogador adversário também marcará um ponto;
- O jogador que marcar 10 pontos primeiro vence a partida.

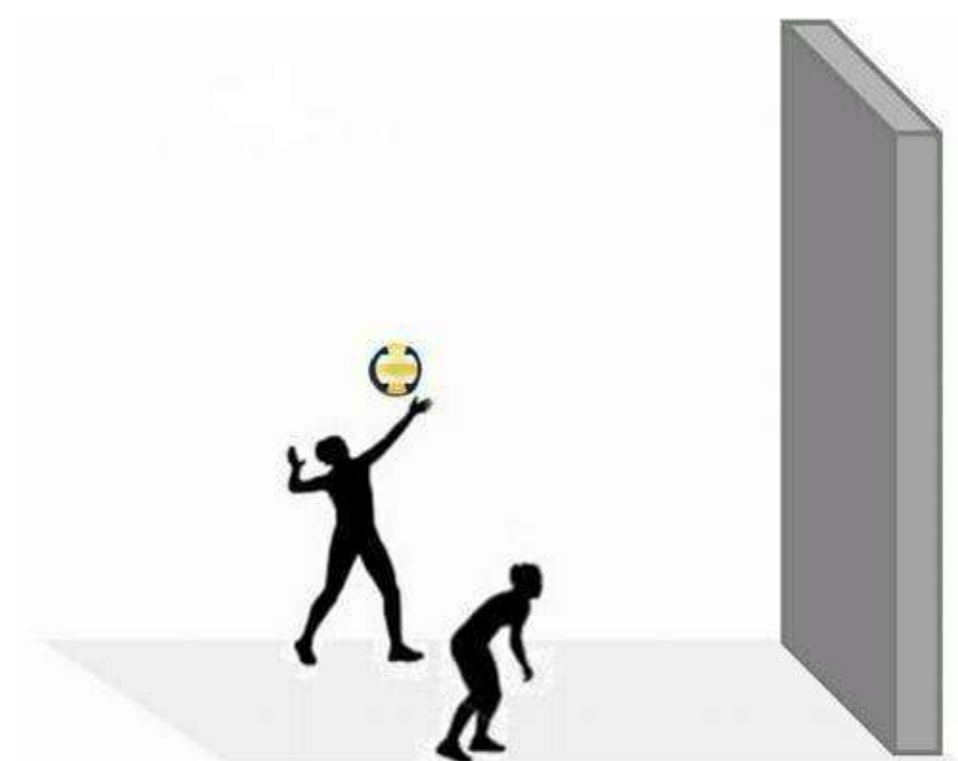


IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

Não podemos esquecer que em uma determinada atividade conseguimos fazer inúmeras variações, a seguir podemos destacar uma forma de variação da atividade anterior.

Sugestões de Variação

Esta modalidade do jogo em duplas também pode ser feita utilizando-se bolinhas de borracha (ex.: bolinha de squash) para que as crianças acostumem com o quique da bolinha que será utilizada no jogo de squash.



SAIBA MAIS!

A seguir apresentamos dois artigos para pesquisa e leitura que mostra o conteúdo Squash como uma proposta na escola.

Sabemos que através da interação com a raquete, ocorre a relação com a bola que é fundamental para que o praticante de Squash aprenda a ter percepção de tempo e de espaço no momento do alcance na bola.

Desta forma, apresentamos a seguir algumas análises sobre o Squash que podemos evidenciar tanto em suas características fundamentais relacionadas à lógica interna em suas regras, assim como compreender as diferentes formas de os indivíduos se relacionarem no jogo a partir da observação da atuação de jogadores.

ARTIGO 1



Título: A lógica Interna do squash e as aprendizagens do jogo

Autores: Erick Lisboa de Mesquita, Rodrigo Wanderley de Sousa-Cruz, Silvester Franchi e Leys Eduardo dos Santos Soares.

LINK:

https://drive.google.com/file/d/1NZKrxtyPCF7_QE48d6l6ApYn6BO0KUQw/view?usp=sharing

ARTIGO 2

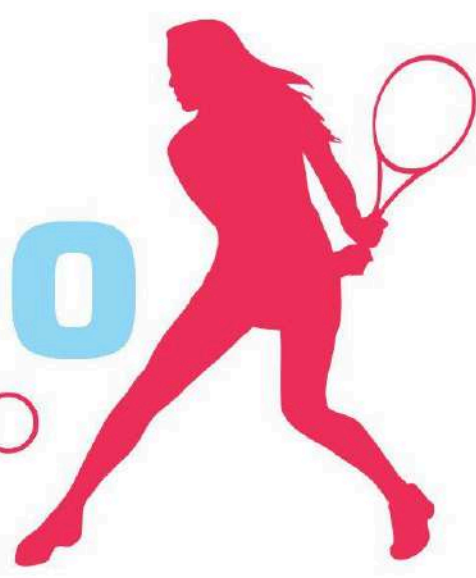
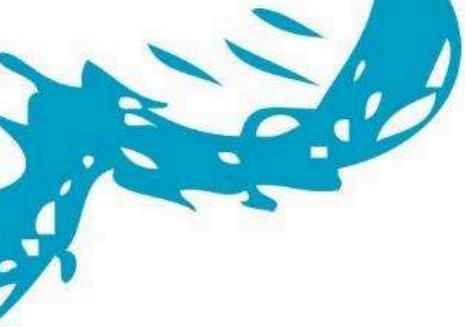


Título: O ensino da técnica de squash: uma abordagem metodológica.

Autores: Marina Luisa de Lima Costa e Mauro Amâncio da Silva.

LINK:

<https://drive.google.com/file/d/1xnvfi3SLZHDMlJCOjOtbbgQd6RfwYrCd/view>



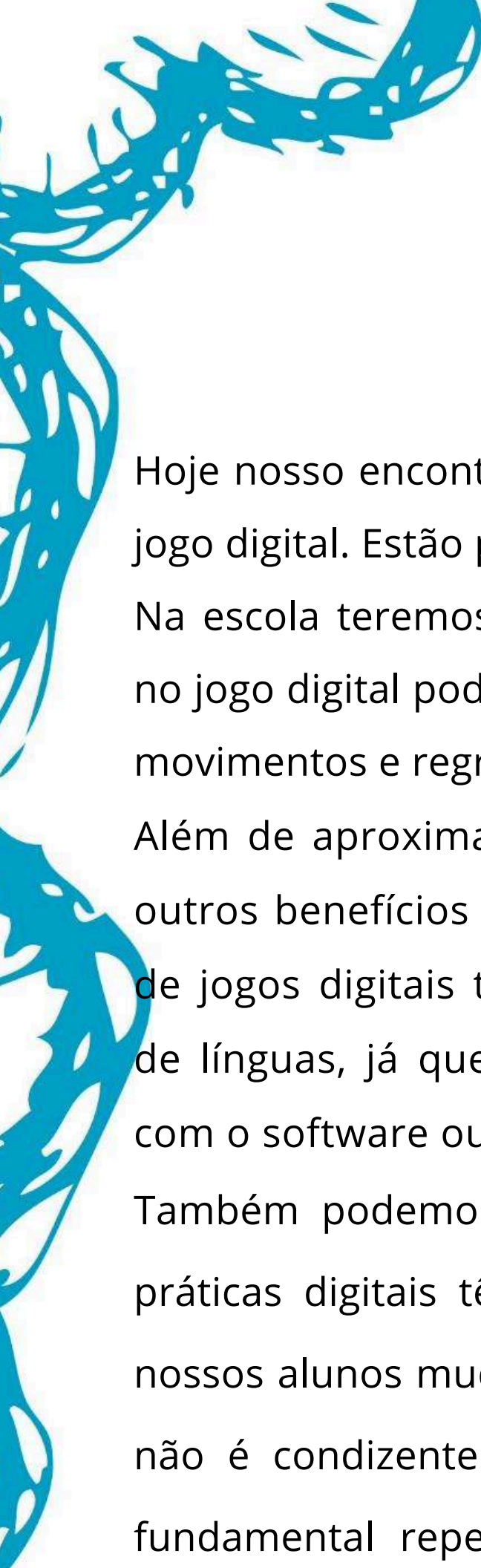
Desafio

FAÇA VOCÊ MESMO

Depois de apresentarmos a vocês algumas sugestões de práticas, chegou a sua vez!

Após todo conhecimento adquirido até agora, te desafiamos a elaborar uma aula de Squash adaptado na escola.

E aí, como seria a sua aula? Hora de planejar!



AULA 5

O SQUASH E O JOGO DIGITAL

Hoje nosso encontro trará o esporte alternativo com uma possibilidade de jogo digital. Estão prontos?

Na escola teremos que adaptar o espaço e utilizar materiais alternativos, no jogo digital podemos fazer com que os alunos tenham uma vivência dos movimentos e regras do Squash.

Além de aproximar os alunos da prática, os jogos digitais podem trazer outros benefícios para o aprendizado, como cita Rodrigues (2017), o uso de jogos digitais tem um grande potencial para o ensino/aprendizagem de línguas, já que a interação nos jogos, tanto entre jogadores quanto com o software ou a máquina, se dá através de linguagens.

Também podemos destacar autores que relatam a importância que as práticas digitais têm nos dias de hoje. Prensky (2001, p. 1) afirma que nossos alunos mudaram radicalmente, e que nosso sistema educacional já não é condizente com suas capacidades de aprender”. Então, torna-se fundamental repensar nossas práticas educativas, de modo a atender esses “novos” alunos que, segundo o autor, são os chamados “nativos digitais”, que recebem esse nome por estarem em contato mais próximo com o mundo digital (PRENSKY, 2001).

Jukes et al. (2010, p. 21) citando Johnson (2005) argumentam que devido à grande exposição a esse mundo digital, as crianças dessa nova geração chegam às escolas com um conjunto de habilidades cognitivas completamente diferente das crianças da geração anterior, e que seus dispositivos tecnológicos se tornaram extensões de si mesmos, sendo um acessório social e de aprendizagem indispensável. Diante dessas afirmações fica evidente a utilização de jogos digitais, pois se adaptam melhor a realidade de nossos alunos e também

contribui, de forma significativa, no aprendizado das crianças da era atual, então porque não unir o útil ao agradável, ou seja, squash a jogos digitais? De conhecimento disso, agora iremos utilizar um jogo digital gratuito disponível para smartphones com Android, o aplicativo em questão é o **Squash 3D**, seu uso é fácil e prático. Preparamos um vídeo tutorial que está disponível na plataforma Youtube, para que vocês passem aos alunos a fim de que eles compreendam como instalar e entender as funcionalidades do jogo digital.



TUTORIAL

Acesso ao vídeo tutorial disponível na plataforma Youtube.

Link: <https://youtu.be/ScseP-TXIIk>

Você também pode baixar o jogo em smartphones pelo **Link:**
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.SoloArtsCGSOMAFXSquash3DFree>

Celular para esta imagem!



Ou pelo QR Code! Aponte a Câmera do seu Celular para esta imagem!

Após os alunos terem contato e praticado o jogo digital, podemos aproximar ainda mais o conteúdo teórico aprendido com a prática. A seguir traremos um modelo de prática que pode ser desenvolvida dentro da sala de aula e que se relaciona também a um jogo digital. Neste jogo vamos trabalhar algumas atividades relacionadas a prática do Squash. As atividades presentes no jogo são formas adaptadas do Squash original, para que assim seja possível trabalhá-las em sala de aula. Então vamos lá!

Ao contrário do jogo digital passado anteriormente, este agora pode ser trabalhado em grupos de alunos e de forma individual.



A proposta consiste em um Jogo da Memória Interativo, este jogo foi criado por nós e pensado para que possa se adaptar às diferentes realidades das escolas.

Pode ser trabalhado em salas de aula onde há vários aparelhos smartphones ou computadores com acesso à internet, também pode ser trabalhado em uma sala de aula que possua apenas um computador ou smartphone com acesso à internet, e ainda, a prática pode ser aplicada sem o uso de aparelhos eletrônicos pois disponibilizamos o material em PDF para que vocês possam imprimi-lo e jogar de forma tradicional com cartas. Preparamos um vídeo tutorial onde explicamos todas as mecânicas do jogo, além de como acessá-lo e se guiar dentro da plataforma onde se encontra o jogo. Então a seguir vão estar os links do vídeo tutorial, link e QR code de acesso ao jogo e link de acesso ao material em PDF, necessário para aplicar a prática sem uso de aparelhos digitais.

Acesso ao vídeo tutorial disponível na plataforma Youtube:

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=gWjzQzGpyhU>

Acesso ao jogo disponível na plataforma EducaPlay:

Link: https://www.educaplay.com/learningresources/11098777jogo_moria_com_praticas.html

QR Code para acesso ao jogo disponível na plataforma EducaPlay:



Acesso ao material do jogo em PDF:

Link:

<https://drive.google.com/file/d/1j1LbJKTdz8AjbqbypUpxqMZXwHd2RaG/view?usp=sharing>

Desafio

FAÇA VOCÊ MESMO



Depois de apresentarmos a vocês uma sugestão de como trabalhar o jogo digital juntamente com a prática presencial, desafiamos você professor a elaborar uma prática relacionada ao jogo digital e se divertir junto com os seus alunos!

Chegamos ao final da nossa oficina, não se esqueça que o que sugerimos aqui é um grão de areia entre as diversas possibilidades de esportes alternativos que temos, o importante é se organizar e experimentar essas modalidades e analisar a aceitação dos alunos.



SAIBA MAIS!

Gostou de conhecer sobre os Esportes Alternativos? Se interessou pelo conteúdo? Então continue se aperfeiçoando e deixe a sua aula mais dinâmica, interativa e rica.

Para encerramos vamos deixar a sugestão de algumas modalidades alternativas para pesquisa: *Rugby, Beisebol, Frisbee, Badminton, Tchoukball, Flagball, Corfebol, Slackline, Goalball, Bocha* e muitas outras.

REFERÊNCIAS

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

DE LIMA COSTA, Marina Luisa; DA SILVA, Mauro Amâncio. O ensino da técnica de squash: uma abordagem metodológica. **DO CORPO: ciências**

e artes, v. 1, n. 3, 2013.

DE OLIVEIRA ASSUMPÇÃO, Claudio. **Utilização de materiais alternativos nas aulas de educação física: exercitando a criatividade.**

CEP, v. 13, p. 181, 2010.

JUKES, Ian; MCCAIN, Ted; CROCKETT, Lee. **Compreendendo a geração digital: ensino e aprendizagem no novo cenário digital.** Corwin Press, 2010.

NEVES, André Moura. Educação física no ensino médio: **o esporte alternativo na visão dos professores.** 2017.

PRENSKY, M. **Aprendizagem baseada em jogos digitais.** São Paulo: Senac, 2001.

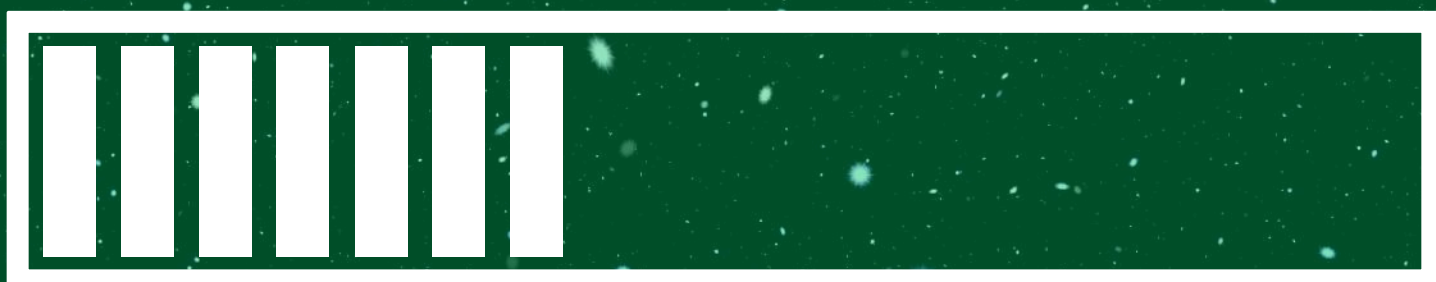
RODRIGUES, Jeanne Jesuíno Cardoso et al. **JOGOS DIGITAIS: uma experiência de aprendizagem de língua inglesa em uma escola pública.**

2017.

SCAPIN, Gislei José et al. **A construção de material pedagógico para o ensino do jogo e o processo educativo na Educação Física crítico-superadora.** Motrivivência, v. 32, n. 61, p. 01-20, 2020.



Carregando Novas Ideias...



Capítulo 3

Pedalandando na Educação Física Escolar: O percurso da Escola para a Sociedade

ALEX VITOR • IAGO OLIVEIRA • ISABELA GARCIA

LUIZ FELIPE DA SILVA • MARIA EDUARDA FRANCO

MIRYAN ISIS

A CONSTRUÇÃO DO PROJETO PEDALANDO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR SURTIU DOS ENCONTROS DO PROGRAMA INSTITUCIONAL DE BOLSAS DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA – PIBID LIGADO A COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR – CAPES EM PARCERIA COM O CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO SUL DE MINAS GERAIS, CAMPUS MUZAMBINHO.

EM MEIO A PANDEMIA DA COVID-19 FOMOS DESAFIADOS A ELABORAR PROPOSTAS QUE PUDESSEM SER APLICADOS DURANTE O ENSINO REMOTO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

EM ENCONTROS VIRTUAIS NOSSO GRUPO COMEÇOU A DEBATER POSSIBILIDADES SOBRE VÁRIOS TEMAS, E AO VERIFICARMOS QUE A BICICLETA FAZ PARTE DE TODO UNIVERSO INFANTIL, MAS É POUCO EXPLORADO NO ÂMBITO ESCOLAR DECIDIMOS PELA ELABORAÇÃO DE UM E-BOOK QUE PUDESSE CHEGAR AOS ALUNOS, E RELATIVAMENTE, OFERECESSE A OPORTUNIDADE DE APRENDER SOBRE O USO DA BICICLETA NA COMUNIDADE.

ENTÃO COMEÇAMOS A DEFINIR UMA SEQUÊNCIA DE AULAS COM SUBTEMAS QUE APRESENTAVAM INFORMAÇÕES TEÓRICAS, JOGOS PEDAGÓGICOS, ATIVIDADES PRÁTICAS E DIGITAIS SOBRE O USO DA BICICLETA.

O PROJETO FOI APLICADO NAS CIDADES DE MONTE BELO – MG E JURUAIA – MG ATINGINDO MAIS DE 600 CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL I DA REDE PÚBLICA E 6 PROFESSORES RECEBERAM APERFEIÇOAMENTO PARA PARTICIPAR DE FORMA EFETIVA DA APLICAÇÃO DA PROPOSTA.

O PEDALANDO FOI UM GRANDE DESAFIO PARA NÓS ELABORADORES, POIS SENTIMOS A NECESSIDADE DE REPRESENTAR UM CONTEÚDO POUCO DIFUNDIDO NA ESCOLA, MAS AO MESMO TEMPO TÃO NECESSÁRIO, NÃO APENAS POR QUESTÕES DE SAÚDE, MAS TAMBÉM POR VALORES SOCIAIS. POR ESSE MOTIVO, O PROJETO GANHOU RECONHECIMENTO NACIONAL PELA CAPES E CLASSIFICAÇÃO EM PRÊMIO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, ALÉM DO INCENTIVO NA PRODUÇÃO ACADÊMICA QUE GARANTE A EXPANSÃO DA NOSSA PRÁTICA E MOTIVE OUTROS PROFESSORES A CONHECER AS POSSIBILIDADES DO MUNDO DA BICICLETA.

Pedalandando na Educação Física Escolar

O percurso da Escola para a Sociedade



ORGANIZADORES

Alex Vitor de Assis
Iago Oliveira Garroni de Souza
Isabela Lambardozzi Garcia
Luiz Felipe da Silva
Maria Eduarda Franco Silva
Miryan Isis Miranda

Supervisão: Fagner José Passos
Coordenação: Arnaldo Sifuentes Pinheiro Leitão

APOIO



Apresentação

Olá, somos bolsistas do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência – PIBID, vinculado ao curso de Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas, Campus Muzambinho – MG.



@duda.sillvaah

Maria Eduarda

Graduanda em Educação Física
Muzambinho - MG



@isabelagarcia_

Isabela Garcia

Graduanda em Educação Física
Muzambinho - MG



@miranda.miryan

Miryan Miranda

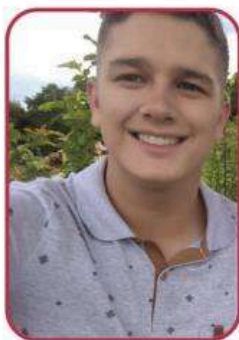
Graduanda em Educação Física
Muzambinho - MG



@faguinho88

Fagner Passos

Profissional em Educação Física
Monte Belo - MG / Juruaia - MG
Supervisor



@luiz_felipe2506

Luiz Felipe

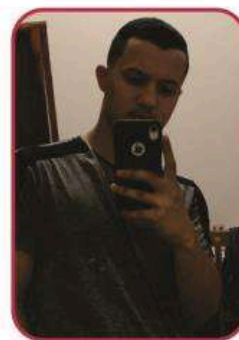
Graduando em Educação Física
Muzambinho - MG



@iago_oliveira10

Iago Garroni

Graduando em Educação Física
Muzambinho - MG



@alexvitor22

Alex Vitor

Graduando em Educação Física
Muzambinho - MG



@arnaldo_leitao13

Arnaldo Leitão

Profissional em Educação Física
IFSULDEMINAS Muzambinho - MG
Coordenador

Nossa proposta é apresentar uma sugestão de conteúdo para as aulas de Educação Física em ensino remoto ou presencial. Assim como muitas outras modalidades, o ciclismo apresenta critérios fundamentais de desenvolvimento motor além de sua ligação as questões sociais emanadas as comunidades que estamos inseridos.

É relevante destacar que cada localidade, ao aplicar o projeto, deve adotar adaptações que atendam às suas necessidades, portanto, o que apresentamos neste documento é uma possibilidade de trabalho na Educação Física.

Projeto: Pedalando na Educação Física Escolar – O percurso da Escola para a Sociedade

Escolas Municipais de Juruaia - MG

Ensino Fundamental I - 4º e 5º Anos

Quantidade aproximada de Alunos: 280

Planejamento de aulas: Aproximadamente 9 aulas

Aplicação: Ensino Remoto

Unidade temática: Esportes.

Objeto de Conhecimento: Esportes de Marca: Ciclismo e Paraciclismo.

Objetivo: Oferecer oportunidade de conhecimento do ciclismo e paraciclismo nas

aulas de Educação Física no sistema de ensino remoto, contribuindo para seu desenvolvimento motor, afetivo, cognitivo e social, possibilitando a formação de aluno reflexivo em relação a prática de exercício físico, ligada a educação no trânsito, sustentabilidade, mobilidade urbana e inclusão.

Habilidades: (EF12EF06P1) Reconhecer a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão, trabalhando-as em contexto experienciais de acordos e combinados coletivos. (EF12EF05P2) Experimentar e fruir, prezando pela ludicidade e pelo trabalho coletivo e protagonismo, esportes de marca e de precisão, identificando e relacionando elementos comuns a esses esportes. (EF12EF06P2) Discutir a importância da observação das normas e das regras dos esportes de marca e de precisão, valorizando a ludicidade e compreendendo o resultado como fruto da superação da vontade individual e do esforço individual e coletivo. (EF35EF06P5) Diferenciar os conceitos de jogo e esporte, identificando as características que os constituem na contemporaneidade e suas formas de manifestação (educacional, de formação, de rendimento ou profissional e de participação ou comunitária/lazer).

Volume 1 - Distribuição Gratuita



Aula 1

Leitura: A História

Olá pessoal, aqui é o Luiz Felipe, vamos começar o nosso projeto contando um pouco da história.

Você sabia que pedalar é uma prática que traz diversos benefícios para a saúde física e mental? Seja a bicicleta usada para lazer, locomoção ou como instrumento de um esporte organizado. A bicicleta é um veículo muito bom, independente da idade e preparo físico. Em 2020, completou 203 anos da invenção da bicicleta, sendo uma das soluções de locomoções mais funcionais e elegantes já criadas pelo o homem.

Você sabe como a bicicleta surgiu?

A ligação entre bicicleta e meio ambiente não é nova, ela começa na época da sua invenção em 1817. Em 1815, uma erupção vulcânica na Indonésia espalhou para a atmosfera cinzas e ácidos, boa parte da Europa acabou ficando sem verão, causando um transtorno, os céus foram encobertos e as temperaturas caíram, colheitas foram afetadas, os preços dos alimentos subiram e a fome se alastrou. Os animais sofreram com essa situação, cavalos morreram de fome. Com isso, o barão Alemão Karl Von Drais surgiu com uma solução mais viável para a locomoção, “A máquina corredora” sendo parecida com uma sela sobre rodas, era feita de madeira impulsionada com os pés. Com o tempo foi copiada por outro barão e aperfeiçoada em outras partes da Europa.



Os primeiros modelos de bicicletas com pedais apareceram em 1837, atribuídos ao ferreiro escocês Kirkpatrick Macmillan. As bicicletas não haviam correntes, os pedais eram colocados nas rodas dianteiras, ou seja, uma volta no pedal correspondia a uma volta da roda. Para ganharem mais velocidade, modelos com rodas dianteiras cada vez

mais com rodas maiores começaram a surgir, sendo assim pedalar com segurança virou um desafio, e as quedas ficaram mais violentas.



IMAGEM DISPONÍVEL ELPAIS
[HTTPS://BRASIL.ELPAIS.COM/BRASIL/2017/04/19/DEPORTES/1492597692_626497.HTML?OUTPUTTYPE=AMP](https://brasil.elpais.com/brasil/2017/04/19/deportes/1492597692_626497.html?outputtype=amp)

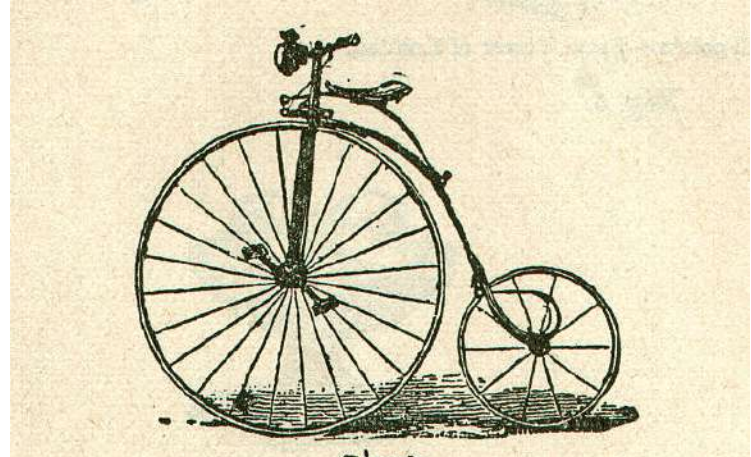


IMAGEM DISPONÍVEL ISTOCK PHOTO
[HTTPS://WWW.ISTOCKPHOTO.COM/BR/FOTOS/BICICLETA-ANTIGA](https://www.istockphoto.com/br/fotos/bicicleta-antiga)

Com isso, na década de 1880 o inglês J.K. Starley desenvolveu o que chamou Rover Safety Bicycle, ela era semelhante às bicicletas atuais, com rodas do mesmo tamanho, quadro em forma de diamante e corrente nos pedais.

O modelo se popularizou na Europa, desse modo o escocês John Dunlop introduziu as rodas com pneus sendo a peça que faltava para a bicicleta.



IMAGEM DISPONÍVEL MEISTERDRUCKE
[HTTPS://WWW.MEISTERDRUCKE.PT/IMPRESSOES-ARTISTICAS-SOFISTICADAS/BYRON-COMPANY/224514/OFICIAL-DA-MARINHA-AMERICANA-ALMIRANTE-WILLIAM-THOMAS-SAMPSON,-HAVANA,-1902-%28IMPRESS%C3%A3O-EM-GELATINA-DE-PRATA%29.HTML](https://www.meisterdrucke.pt/impresoes-artisticas-sofisticadas/byron-company/224514/oficial-da-marinha-americana-almirante-william-thomas-sampson,-havana,-1902-%28IMPRESS%C3%A3O-EM-GELATINA-DE-PRATA%29.html)



IMAGEM DISPONÍVEL O COLLECTION
[HTTPS://COLLECTION.MAAS.MUSEUM/OBJECT/249220](https://collection.maas.museum/object/249220)

Atividade: Caça Palavras

Agora que já sabemos sobre a história é hora do desafio do “Caça Palavras”. De acordo com texto, encontre as 8 palavras no quadro abaixo e circule, sendo elas: *Corrente, pedais, velocidade, máquina corredora, pneus, ciclismo, bicicleta e saúde.*

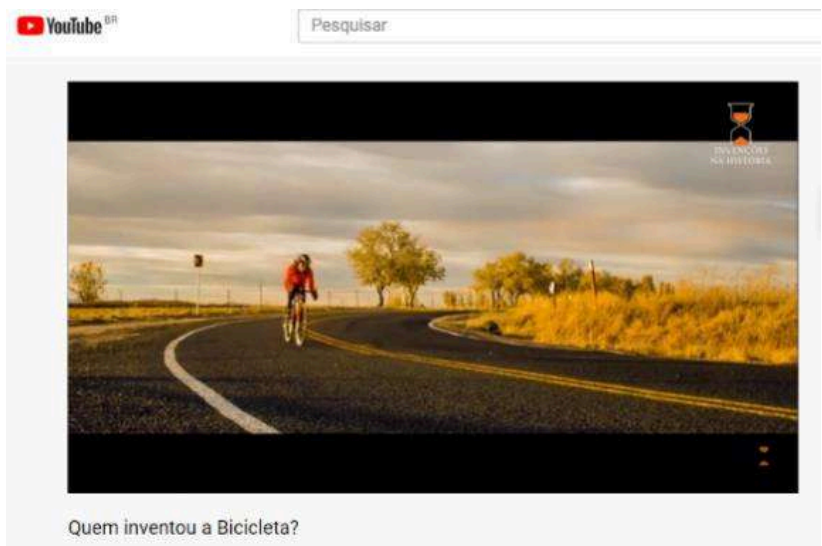
Observação: Quando conseguir localizar todas as palavras, tire uma foto e envie para o professor de Educação Física pelo WhatsApp.

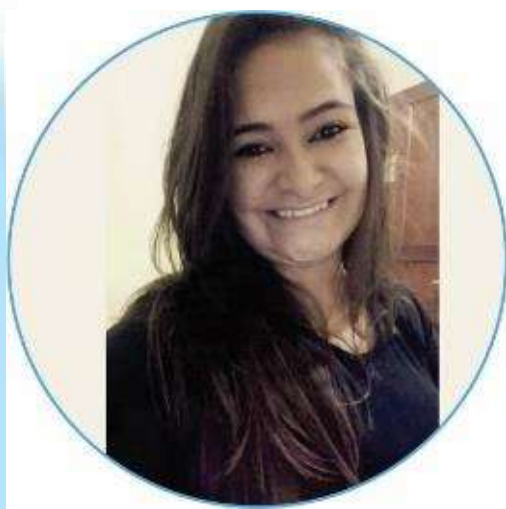
V	B	G	D	S	A	D	F	G	G	C	O	R	I	D	C	V	F	S
P	M	A	Q	U	I	N	A	C	O	R	R	E	D	O	R	A	S	O
N	M	A	R	F	E	R	B	P	E	L	E	T	R	C	G	F	B	C
E	C	O	R	R	E	N	T	E	T	G	H	J	K	L	Ç	T	H	S
T	L	I	V	A	C	L	Y	D	X	B	I	C	I	C	L	E	T	A
X	J	O	A	D	I	M	R	A	A	M	A	R	D	C	K	J	H	U
A	E	L	A	A	C	D	E	I	M	O	R	T	C	T	R	A	X	D
S	D	R	C	A	L	D	N	S	V	F	H	A	R	C	A	C	D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

Gostou da história? Aprenda mais!

Assista ao vídeo: Quem inventou a Bicicleta?

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=28w43Fgynco>





Aula 2

Leitura: A BICICLETA

Oi pessoal, eu sou a Miryan Miranda, vamos continuar com o Projeto Pedalando na Educação Física Escolar. Agora chegou o momento de conhecer a bicicleta e os equipamentos de proteção, em seguida, vamos fazer as atividades. Iniciaremos apresentando o objeto de forma geral, logo depois mostraremos como funciona cada peça, além dos equipamentos de proteção.

Componentes da Bicicleta

Guidão – Peça destinada a orientar a direção da bicicleta. No guidão são fixados, além das manoplas, os manetes de freio e alavancas de câmbio.

Manete de Freio - Uma bicicleta possui duas alavancas ou manetes de freio que servem para acionamento dos freios dianteiro e traseiro.

Roda da Bicicleta - é uma estrutura formada pelo Pneu, Aro, Raios e Cubo. Pode ter ou não câmara de ar. As rodas são montadas sobre um aro e um cubo central com raios que ligam ambos.

Aros - Os aros de roda normalmente são feitos de alumínio, nos aros são colocados a câmara de ar e o pneu.

Raio - são barras que unem de forma rígida, a zona central (cubo) à perimetral (aro) formando a roda da bicicleta.

Pneu - Parte de borracha que tem a função de permitir o contato ao solo com aderência e atrito adequados, possibilitando assim o arranque, a frenagem e a pilotagem.

Freio - Os freios podem ser a disco, V-brake, cantilever ou ferradura. São acionados por meio de cabos de aço através do acionamento do manete de freio.

Corrente - A corrente é um conjunto de elos metálicos e flexíveis que interliga a coroa da pedivela ao cassete ou catraca da roda traseira, formando assim, o sistema de tração da bicicleta.

Pedal - Peça fixada à pedivela que é destinada a acomodar os pés do ciclista.



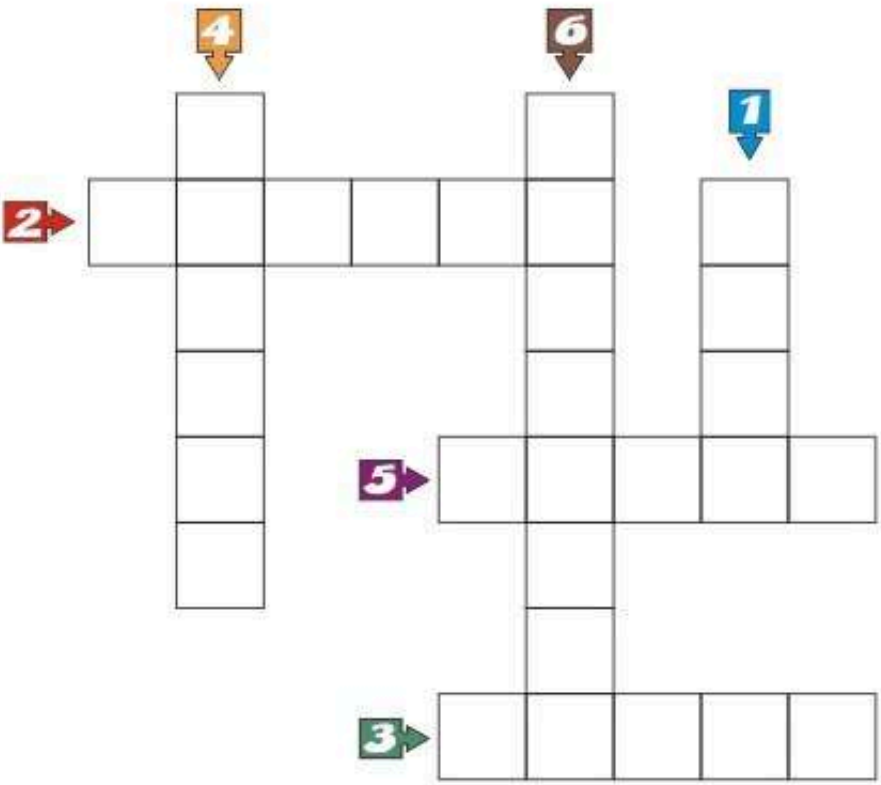
IMAGEM DISPONÍVEL O CALOI
[HTTPS://CALOI.COM/BLOG/POR-ONDE-COMEAR/CONHECENDO-UMA-BICICLETA/](https://caloi.com/blog/por-onde-comecar/conhecendo-uma-bicicleta/)

Atividade: Cruzadinha

E aí, você já conhecia as partes da bicicleta? Então já está na hora da nossa atividade! Ajude a Beatriz a conhecer melhor cada parte da bicicleta. Vamos lá!

PALAVRAS CRUZADAS

Beatriz está indo para a escola de bicicleta. Você conhece as partes de uma bicicleta?



Lelis
lelis.blogspot.com/



Equipamentos de Proteção

Agora vamos aprender sobre os equipamentos de proteção, fundamentais para pedalar e aproveitar cada momento com segurança.

Luvas de Ciclismo: Ela proporciona a proteção das mãos em contato como guidão enquanto você pedala, sendo um dos três pontos de contato com a bicicleta, os outros dois são o quadril no selim e os pés no pedal.

Além disso, elas possuem benefícios como: evita calos, danos e inflamação de nervos e tendões das mãos, proporcionam conforto e protegem a região das mãos, sendo sensíveis às vibrações; contribuem com uma pegada correta das mãos no guidão, fita de guidão, manetes e manoplas, evitando assim que elas escorreguem devido vibrações e suor e protegem de escoriações nas mãos em caso de quedas. Nas quedas é automático usarmos as mãos para nos proteger.

Capacetes de Ciclismo: é necessária sua utilização para sua proteção. Sua função nada mais é que proteger a região da cabeça de impactos causados por uma queda de bicicleta e/ou batidas em objetos.

Alguns benefícios do capacete de ciclismo são: proteção contra traumas graves e lesões causadas por impactos através de acidentes com a bike; evita possíveis escoriações e cortes na região da cabeça; contribui com a aerodinâmica do ciclista, pois ajuda a direcionar o fluxo de ar e proporciona mais visibilidade no trânsito, afinal cores fortes e detalhes refletivos você se torna mais visto.

Óculos de Ciclismo: Fundamental. Sua função é justamente a proteção dos olhos e melhor condição para visualizar o terreno quando pedala. Alguns benefícios da utilização dos óculos de ciclismo são: evita que sujeiras, insetos e outros detritos acertem seus olhos durante o pedal; protege contra os raios solares que são altamente prejudiciais para a saúde dos seus olhos; proporciona mais segurança e confiança ao ciclista durante o pedalar.

Vestimenta adequada: normalmente o ciclista usa short e camiseta com proteção UV e que sejam confortáveis, além de tênis ou sapatilhas. Sempre são de cores fortes que facilitam a visão de motoristas.

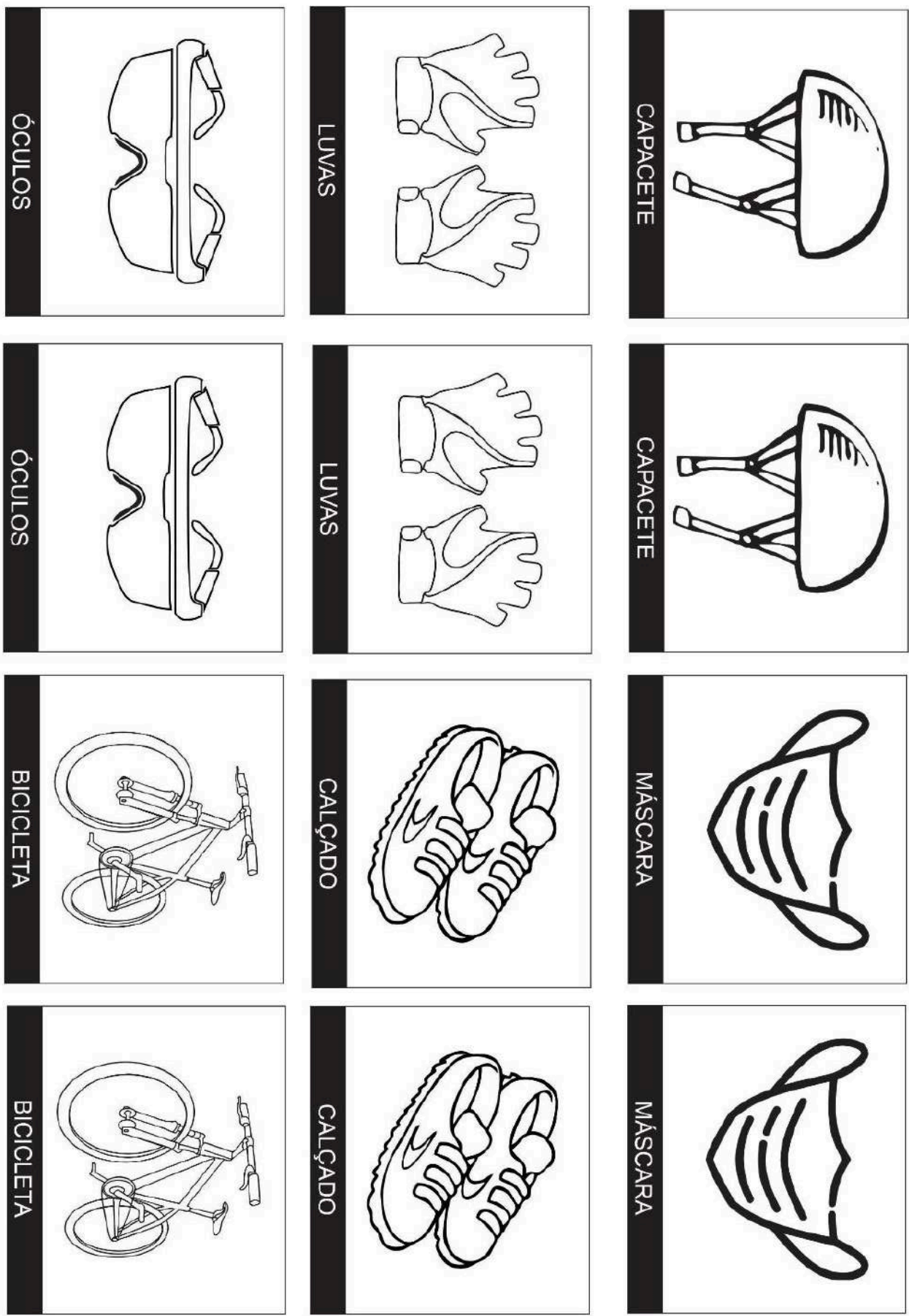
Protetor Solar: Antes de sair para o pedal é importante se proteger com a passagem de protetor solar pelo corpo. Por mais que o pedal seja curto, o sol sempre pode nos prejudicar.

Máscara: em tempos de pandemia um novo acessório que não somente os ciclistas estão usando, mas que serve para proteger contra o coronavírus – COVID 19 é a utilização da máscara, portanto, se proteja. E não esqueça de sempre que puder lavar as mãos com água e sabão, usar álcool em gel e praticar o distanciamento social.

Atividade: Colorir e Jogo da Memória

Vamos encerrar essa atividade com um jogo que é muito legal, é o jogo da memória. Como já aprendemos todos os acessórios de segurança, a nossa tarefa é colorir os desenhos, depois você poderá destacar a folha e recortar os desenhos seguindo as linhas. Logo após, convide alguém da família para brincar de Jogo da memória com você!

Observação: Tire uma foto jogando com alguém da sua família e encaminhe ao professor pelo WhatsApp.



JOGO DA MEMÓRIA



Aula 3:

Leitura: BENEFÍCIO DO CICLISMO

Olá crianças, tudo bem? Eu sou o Iago Garroni, hoje vamos falar sobre os benefícios de praticar o ciclismo. Muitas pessoas têm se interessado e começado a pedalar. E sobre os motivos, alguns deles seria: por prazer, por variação de estímulos na atividade física, por querer utilizar outra forma de treino beneficiando-se na corrida, etc. Essa modalidade é indicada para todas as pessoas, seja elas crianças até idosos, ou seja, com qualquer nível de condicionamento físico.

BENEFÍCIOS DO CICLISMO EM GERAL

- Melhora do condicionamento físico dos sistemas cardíaco, respiratório e vascular;
- O ciclista ganha mais força nas pernas;
- Gasto calórico alto de até 600 Kcal/hora;
- Auxilia na eliminação de gorduras localizadas;
- Excelente atividade aeróbica e anaeróbica;
- Reduz o estresse.

BENEFÍCIOS DO CICLISMO PARA CRIANÇAS

- Estimula o equilíbrio e a coordenação;
- Desenvolve a massa óssea, articulação e músculos;
- Contribui no processo de socialização e no desenvolvimento de habilidades cognitivas e psíquicas;
- Utilização da bicicleta como meio de transporte;
- Consciência ecológica;
- Ganho de noção de espaço;
- Estimula a atenção, a disciplina, a velocidade de raciocínio e o desenvolvimento intelectual;
- Reforça valores sociais, como companheirismo, respeito, tolerância, solidariedade, além do desenvolvimento de um espírito de superação, segurança e confiança;

□ Reduz a ansiedade, o estresse, eleva o estado de espírito e a autoestima.

TÉCNICA E MOVIMENTO DO CICLISMO

Quanta informação legal, não é mesmo? Agora chegou o momento de aprendermos sobre a técnica e movimento para começar a pedalar.

A técnica de pedalada é uma questão muito debatida, com muitos especialistas que se envolvem no ciclismo acaba defendendo o conceito de “usar todo o curso do pedal”, puxando o movimento para cima e empurrando para baixo.

Existe ainda toda uma ciência biomecânica relacionada a pedalada, inclusive determinados movimentos quando executados com muita intensidade sem uma preparação adequada, podem causar lesões graves, mas deixaremos essa parte para os médicos, fisioterapeutas e demais especialistas da área.

TROCA DE MARCHAS

Um erro comum dos ciclistas iniciantes é não saber usar suas marchas a seu favor. A troca de marcha desempenha papel fundamental no desempenho de quem anda de bike, é crucial que o ciclista saiba trocar de marcha para poupar energia. A troca de marcha pode te ajudar em uma subida evitando assim um desgaste sem necessidade e também auxilia na hora de querer pedalar mais rápido.

DESCENDO COM TÉCNICA

□ Ficar em uma posição mais confortável pode te ajudar a ter um equilíbrio melhor e também, ser mais rápido.

□ Sempre buscar olhar para frente. Isso parece óbvio, mas os obstáculos chegam até você muito mais rápido durante uma descida, então sempre em alerta.

FREANDO COM TÉCNICA

O freio dianteiro é mais eficaz para te ajudar a parar. Muitos ciclistas mais novos evitam utilizar muito o freio dianteiro, temendo serem jogados para frente. Isso realmente pode acontecer, mas somente se o ciclista usar os freios de forma errada.

Em condições normais e secas, utilize mais o freio dianteiro, ou mesmo apenas o freio dianteiro. O freio dianteiro irá pará-lo mais rápido e na maior parte das vezes não resultará em derrapagem.

O freio dianteiro se torna perigoso em condições adversas, terrenos molhados ou sujos. Assim como durante uma curva, não use o freio dianteiro durante uma curva, é muito arriscado.

Nestas condições, use o freio traseiro. Mas também não coloque muita pressão nos freios, com muita pressão você pode acabar derrapando. Pequenos toques leves no freio traseiro podem ser suficientes para pará-lo.

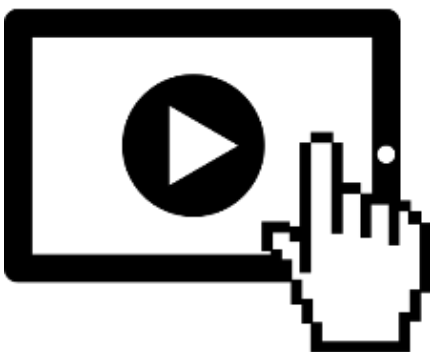
Não se esqueça que para ter uma boa técnica e benefício com a bicicleta é necessário saber qual tamanho é ideal para você!

**SAIBA COMO ESCOLHER
O TAMANHO DE BIKE IDEAL**

IDADE (anos)	PESO (Kg)	ALTURA (cm)	BICICLETA
3 a 4	12 a 19	89 a 107	Aro 12
4 a 6	14 a 25	96 a 123	Aro 16
6 a 9	16 a 38	109 a 142	Aro 20
9 a 14	39 a 85	126 a 152	Aro 24



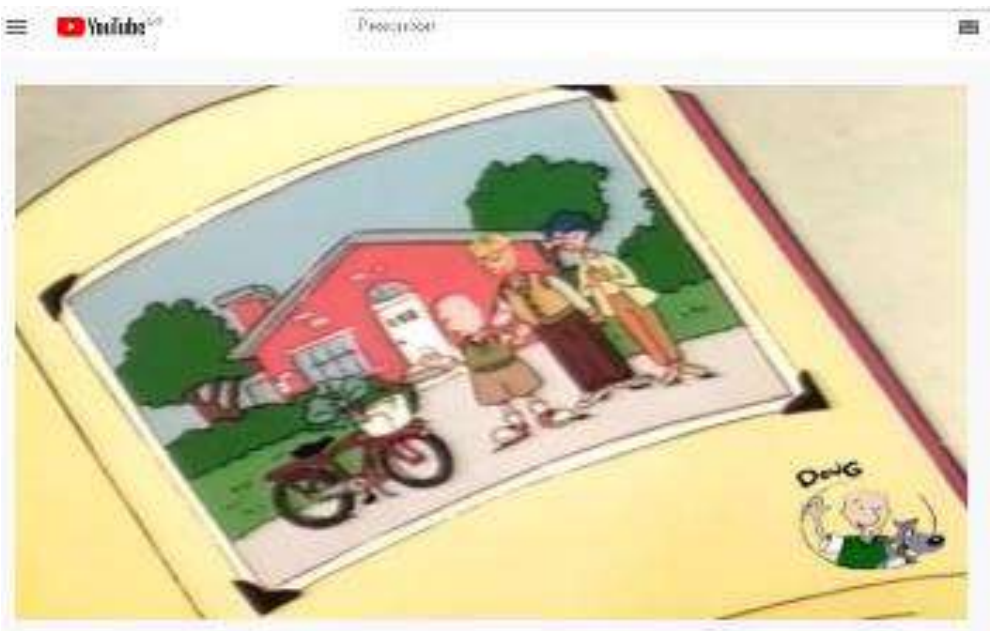
IMAGEM DISPONÍVEL NETSHOES
[HTTPS://WWW.NETSHOES.COM.BR/BICICLETA-INFANTIL-VELOZ-NATHOR-ARO-12-MENINO-2-A-5-ANOS-AZ-AZUL+PRETO-U93-0286-108DO-UMA-BICICLETA/](https://www.netshoes.com.br/bicicleta-infantil-veloz-nathor-aro-12-menino-2-a-5-anos-az-azul+preto-u93-0286-108do-uma-bicicleta/)



Atividade: Desenho animado: Para finalizar a aula, vamos assistir o desenho animado quando Doug Funnie ganhou a sua primeira bicicleta.

Doug Funnie - A bicicleta

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=qgBxcbCHook>





Aula 4:
VIVÊNCIA: ATIVIDADE PRÁTICA
BIKE COMPARTILHADA

Olá galerinha, meu nome é Alex Vitor, por aqui seguimos estudando sobre o Ciclismo na Educação Física. Nesta aula, teremos a possibilidade de vivenciar uma pedalada com alguns desafios.

Preste atenção em algumas dicas importantes. Caso você tenha a bicicleta é só seguir as orientações abaixo. Caso você não tiver bicicleta, mas algum amigo que mora perto de você ou alguém da sua família tenha, sugerimos a utilização da Bike Compartilhada, que é se reunirem para praticar os desafios compartilhando o material que é a Bike. Ah, não se esqueça das medidas de proteção contra o coronavírus. Agora se você não tem bicicleta, você pode baixar um jogo no seu celular/tablet onde você terá a oportunidade de pedalar, mesmo que digital, através de várias trilhas. Vamos começar?

Primeiro Momento: Alongamento e equilíbrio

Vamos fazer alguns alongamentos básicos dos membros inferiores e superiores, em seguida, antes do pedal, fique em cada posição por 30 segundos. O alongamento prepara nosso corpo para o exercício físico, além de evitar lesões.



IMAGEM DISPONÍVEL EM CÍRIA DO PEDAL
[HTTPS://WWW.CIADOPEDAL.COM.BR/BLOG/ALONGAMENTOS-BASICOS-PARA-ANTES-E-DEPOIS-DE-TREINAR/](https://www.ciadopedal.com.br/blog/alongamentos-basicos-para-antes-e-depois-de-treinar/)

Chegou a hora de vivência o equilíbrio. Com o auxílio de algum familiar ou amigo, você deverá equilibra-se na bicicleta. Em um percurso reto, deverá pedalar de forma que consiga se equilibrar e passar por toda a reta.



IMAGEM DISPONÍVEL EM FREEPIK
https://br.freepik.com/vetores-premium/garota-de-crianca-fofa-feliz-andando-de-bicicleta-com-o-pai_6241375.htm

Exercício 1: Coloque a mão direita sobre o assento, segure o guidão com a mão esquerda e caminhe com a bicicleta ao seu lado até aprender a mantê-la equilibrada.

Exercício 2: Use a bicicleta como patinete. Fique ao lado esquerdo da bicicleta, coloque o pé direito no pedal, segure firme o guidão, dê impulso com o pé esquerdo e avance mantendo o corpo junto a bicicleta.

Exercício 3: Suba e pedale. Coloque um degrau ao lado da bike e coloque o pé no pedal, de um impulso a partir do degrau, e pedale. Agora tente algumas vezes!

Antes de passar para os próximos exercícios, assista ao vídeo, ele tem dicas muito legais.

Equilíbrio | Aprendendo a andar de bicicleta

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=hdkf-YEqJa8&feature=youtu.be>



Segundo Momento: Percurso com obstáculos

Após treinar bastante o equilíbrio, chegou a hora de nos movimentar mais em cima da bicicleta, para isso, é importante que você monte um percurso, uma pista com linha reta e algumas curvas para que crie o hábito de pedalar, sincronizando o movimento e manter-se equilibrado. É importante que tenha alguém junto com você para te ajudar, assim evita algum descontrole e estudam juntos. Portanto, crie uma pista simples, mas que consiga realizar todos os movimentos do ciclismo.

A dica é, faça com calma, faça na sequência cada movimento que sugerimos para você, depois é só tentar várias vezes. Não se esqueça, quanto mais eu repito, melhor eu fico!

Observação: Quando estiver pedalando, peça para alguém tirar uma foto e compartilhe com o professor no WhatsApp.

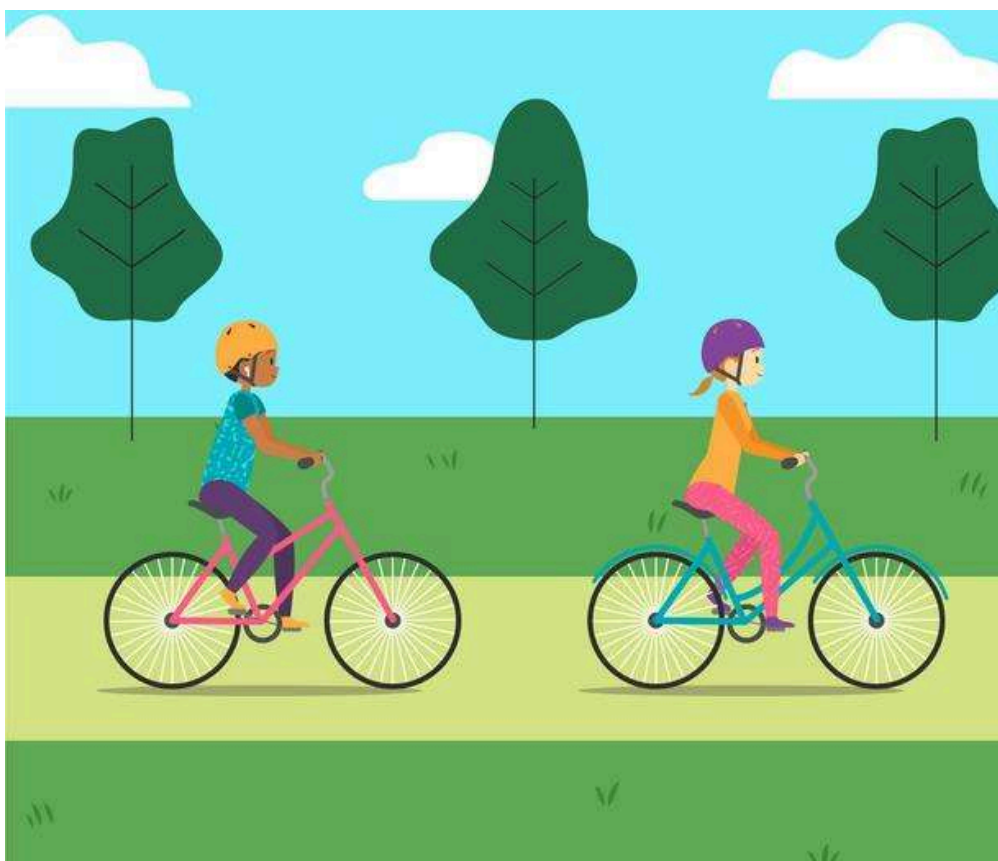


IMAGEM DISPONÍVEL EM FREEPIK
[HTTPS://BR.FREEPIK.COM/VETORES-PREMIUM/GAROTA-DE-CRIANCA-FOFA-FELIZ-ANDANDO-DE-BICICLETA-COM-O-PAI_6241375.HTM](https://br.freepik.com/vetores-premium/garota-de-crianca-fofa-feliz-andando-de-bicicleta-com-o-pai_6241375.htm)

Terceiro Momento: Vivência Digital - Jogo de Bicicleta para Celular/Tablet

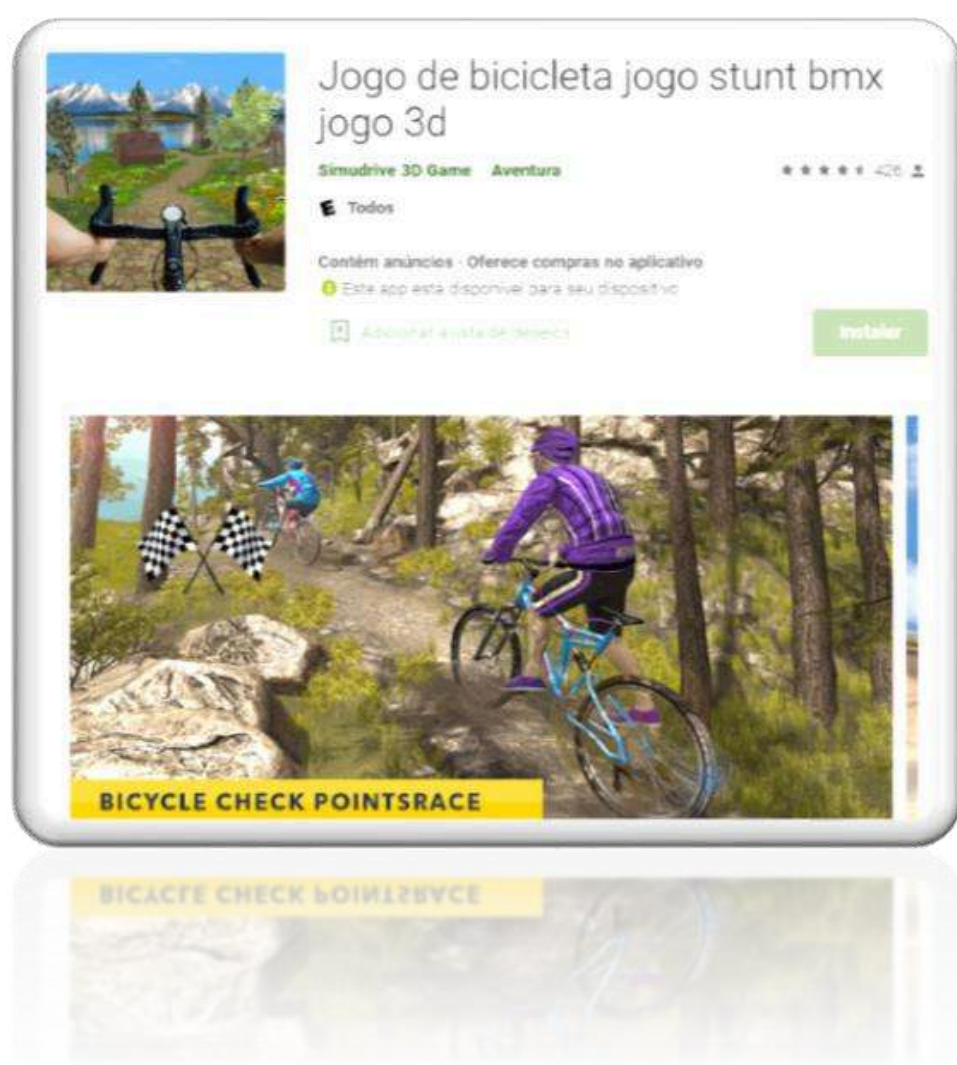
Sabemos das limitações que estamos vivenciando durante o ensino remoto, o qual pode afetar em nosso projeto, caso não consiga fazer o compartilhamento de uma bike com alguém próximo a você sugerimos um jogo. Se estivéssemos na escola, o compartilhamento seria mais fácil, mas o importante, além de pedalar, é saber o que .

está fazendo, aprendendo conceitos e dicas fundamentais para que possa usar este esporte como um hábito de vida.

Por isso, pensamos no terceiro momento, caso não tem acesso a uma bicicleta, vamos sugerir um jogo por aplicativo de celular ou tablet para que possa brincar um pouco com o nosso conteúdo.

Na sua loja de aplicativo do celular você vai procurar pelo **Jogo de bicicleta jogo stunt bmx jogo 3d**, na versão gratuita, e em seguida, baixá-lo.

O jogo é um simulador onde você terá que controlar o ciclista em subidas, descidas e realizar manobras.



Observação: Após jogar, envie uma mensagem no grupo do WhatsApp falando o que achou.



Aula 5:

Leitura: O LUGAR DA BICICLETA NO TRÂNSITO

Olá crianças, agora é a minha vez, eu sou Isabela Garcia, nesta aula iremos estudar sobre as leis de segurança que permeiam a vida do ciclista diante o trânsito. Você sabe para que serve as leis de trânsito ou de segurança? Já ouviu algo parecido? Caso não, não fiquem preocupados, iremos aprender sobre elas agora. Então, vamos lá?

Mas bem, por que devemos estudar sobre as leis de trânsito? Estas, servem de grande valia para nossa vida. As leis de trânsito se trata de nos colocar também no lugar do outro, a respeitar e saber que cada um tem o seu espaço, colaborando para um trânsito mais seguro e mais justo. Pois todos nós seremos em algum momento integrantes do trânsito e devemos ter perspectivas amplas um dos outros, não é mesmo?

A seguir você irá aprender sobre as regras de trânsito que o ciclista deve dispor, pois, assim como os outros tipos de meios de transporte têm suas leis, com a bicicleta não é diferente, ela também deve obedecer às leis existentes. Então, vamos as regras: 1ª: Quando for atravessar a faixa de pedestre, o ciclista deve empurrar a bicicleta.



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

2ª: Sempre sinalizar com o braço, quando for mudar a direção, mostrando para qual lado irá.

Entrar à esquerda



Entrar à direita



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

3ª: Ficar atento ao semáforo. Vamos aprender o significado dos três sinais?

VERMELHO: PARE
AMARELO: ATENÇÃO
VERDE: SIGA



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

- 4ª: Nunca andar na contramão;
- 5ª: Ficar sempre a um metro e meio da calçada ou de outros veículos. Passe pelo menos a um metro e meio de distância de veículos estacionados;



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

- 6ª: Andar sempre pela direita;
- 7ª: Os freios são muito importantes e é preciso saber usá-los; Nunca aperte rapidamente o freio dianteiro.

8ª: Use sempre equipamentos de segurança. Como vimos nas aulas anteriores, vamos ressaltar alguns. Exemplos de roupas e equipamentos de proteção: **Luvras, Refletivos e lanternas, Capacete e Óculos de sol.**

9ª: Respeitar as placas de trânsito. Vamos conhecer algumas:



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

Amigos, outros cuidados que valem a pena ficarem sempre ligados são:

- **Só atravesse ruas, esquinas ou rotatórias se tiver certeza de que é seguro atravessar;**
- **Cuidado com as curvas. Não deite muito a bicicleta.**

Então, vamos para a última e não menos importante lei de trânsito?

10ª: Seja gentil no trânsito. Você pode estar colaborando em um dia melhor para o outro.



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM

E se o motorista te cumprimentar, seja gentil....



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGEM



Gostou das dicas? Assista ao vídeo e saiba mais!

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=q1-8uUman2c>

Depois de estudar as leis, agora é só praticá-las! Aproveite para ensiná-las para outras pessoas também!

Atividade: Jogo dos 7 erros

1 - Bem amiguinhos, que tal agora reforçarmos a aprendizagem sobre as leis de trânsito, em um jogo dos 7 erros? Vamos encontrá-los? Depois, aproveite para colorir a imagem.



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGE

Equipamentos que servem para para proteger o ciclista.



Fique atento ao semáforo.



Se for atravessar na faixa de pedestre, desça da bicicleta.



Respeite as placas de trânsito.



Não ande na contramão!



Sempre sinalizar com o braço, quando for mudar a direção, mostrando para qual lado irá.



IMAGEM DISPONÍVEL GOOGLE IMAGE

2-Reforce sua aprendizagem também, alinhando cada frase a figura correspondente:



Aula 6:

Leitura: MOBILIDADE URBANA

Olá queridos alunos, estão gostando de aprender sobre o ciclismo? Eu estou adorando! Meu nome é Maria Eduarda, na aula de hoje vamos falar sobre Mobilidade Urbana.

Já parou para pensar que talvez levar 5 minutos no deslocamento entre sua casa e o trabalho/escola pode não ser a realidade de milhões de pessoas que habitam as grandes metrópoles? Geralmente nas grandes cidades a distância entre o seu trabalho e sua casa e outros demais lugares é longa, por isso que vemos diariamente reportagens sobre grandes congestionamentos. E assim chegamos ao nosso ponto principal, a mobilidade urbana, que é definida como a condição que permite o deslocamento das pessoas em uma cidade, com objetivo de desenvolver relações sociais e econômicas. Ônibus, metrô e outros transportes coletivos fazem parte das soluções de mobilidade. No dicionário, mobilidade significa "facilidade para se mover", e através dessa facilidade que entramos em nosso ponto-chave, o ciclismo.



IMAGEM DISPONÍVEL PNGTREE
[HTTPS://PT.PNGTREE.COM/FREEPNG/PEOPLE-WORK-AS-TEAM-DISCUSS-A-SCHEDULE-STRATEGY-ARGUE-VECTOR-ISOLATED-ILLUSTRATION_5163661.HTML](https://pt.pngtree.com/freepng/people-work-as-team-discuss-a-schedule-strategy-argue-vector-isolated-illustration_5163661.html)

Alguns trajetos são feitos mais rapidamente de bicicleta que de carro dependendo do fluxo de veículos e esse já é um forte argumento a favor das bikes. Além, é claro, dos diversos benefícios que essa prática traz, ir pedalando para escola/trabalho é excelente, por exemplo, para o condicionamento físico, qualidade de vida, saúde (redução dos níveis de colesterol, perda de gordura, aumento da capacidade cardiorrespiratória, melhora da autoestima e etc.)

Economia (após investimento inicial na compra da bicicleta e dos equipamentos de segurança), pedalar passa a ser o modo mais barato de transporte na cidade. Entre diversos outros pontos, como argumento ecológico, bem-estar mental, boa forma e etc. Infelizmente, apesar dos benefícios, os ciclistas ainda enfrentam grandes dificuldades, a falta de segurança no trânsito e infraestrutura são os principais problemas enfrentados no Brasil, assalto, quedas, buracos, atropelamentos, pistas estreitas são alguns dos riscos aos quais os ciclistas são expostos. Tentando ajudar e minimizar esses impactos negativos, campanhas de incentivo e investimento são realizadas. Um exemplo a ser citado é o Ciclo Urbano, a ONG Associação Ciclo Urbano, é uma organização da sociedade civil voltada para qualidade de vida através da utilização dos meios de transporte à propulsão humana nos sistemas de trânsito. Junto às outras organizações e entidades busca difundir a cultura das bicicletas, defendendo e promovendo seus direitos e deveres, suas regras e benefícios. Em busca de mais ciclistas nas ruas, seja por se sentirem seguros e confiantes, ou estarem bem informados, ou por se sentirem seguros por contarem com sistema ciclovitário de melhor qualidade.



IMAGEM DISPONÍVEL ELPAIS
[HTTPS://BRASIL.ELPAIS.COM/BRASIL/2018/05/09/POLITICA/1525876469_167766.
HTML?OUTPUTTYPE=AMP](https://brasil.elpais.com/brasil/2018/05/09/politica/1525876469_167766.html?outputtype=amp)

As capitais com maior malha são: São Paulo, Brasília e Rio de Janeiro. Além disso, existem muitas iniciativas locais em cidades menores que também estão alavancando o aumento de ciclovias. Apesar de ter dobrado de tamanho no período, isso ainda corresponde a apenas 3,1% da malha viária total dos municípios (107.144 km).

Agora leia com atenção as duas curiosidades que separamos para você. Aprender nunca é demais!

Curiosidades

BIKES COMPARTILHADAS VOLTAM A OPERAR EM SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Sistema estava suspenso desde o início do ano, mas voltou a ser operado por uma das empresas que já atuavam na cidade. Serviço é realizado em São José dos Campos desde 2018

Segundo a empresa Serttel, vão ficar disponíveis cerca de 100 bicicletas em diferentes pontos da região central e oeste da cidade. O equipamento pode ser alugado das 6h até às 23h, por meio de aplicativo.

Custo
R\$ 3 para cada 30 minutos de viagem;
Assinatura mensal de R\$ 20 por mês para viagens de até 30 minutos e intervalos de 15 minutos entre viagens, sem limitação de quantidade.

Por G1 Vale do Paraíba e Região

AFUÁ, A CIDADE DAS BICICLETAS

Localização

Em Afuá, no Pará, a bicicleta é o principal meio de transporte. Nessa "Veneza marajoara", localizada no norte da ilha de Marajó, a bicicleta é uma solução criativa e que vem mudando para melhor a vida da população. Como foi erguida sobre plataformas de madeira, de forma a não ser inundada pelas cheias dos três rios que a cercam, Afuá provavelmente é o único município brasileiro onde carros e motos são proibidos em toda sua extensão.

Ideias Inovadoras

Na sede, até a polícia faz a sua ronda de bicicleta. Na cidade do pedal, tem bicitáxi e até bicilância - uma bicicleta que funciona como ambulância, equipada com maca, oxigênio e suporte para pendurar soro. Algumas magrelas têm DVD e bancos revestidos.

Gestão inteligente

As crianças também cruzam a cidade pedalando. "Não queremos o carro aqui. Nossa ruas não suportariam o peso deles. A opção pelo pedal foi acertada. Além disso, a bike nos obriga a fazer um exercício e manter a saúde", afirma Valdineli Garcia, 20, que trabalha como "bicitaxista" na cidade.

Fontes: Folha de S. Paulo, Globo, Viaje Aqui, National Geographic.

Atividade: Blitz

Já estudamos muito sobre o quanto o ciclismo pode colaborar com o nosso desenvolvimento, além de ser prazeroso. Portanto, a nossa atividade será de compartilhar conhecimento através da nossa blitz. Vocês irão receber um cartaz da blitz no grupo escolar criado no WhatsApp. Nele teremos informações importantes de como aproveitar o ciclismo.

A sua função será compartilhar esse cartaz nos grupos de amigos e familiares para que todos saibam a importância do ciclismo como meio de exercício físico. Outra forma de fazer a blitz, é contar tudo o que está aprendendo para seus familiares, assim eles também vão aprender junto com você!

Atividade: Labirinto

Agora é a hora de realizar a atividade do Labirinto. Siga as dicas do banner.

CAMINHO DA ESCOLA

Ajude o menino a pedalar pelo caminho da escola, até a praça. Ele vai encontrar outras pessoas pelo caminho, de bicicleta.

Ilustração: Tullia
<http://zazulalia.blogspot.com/>



Aula 7:
Leitura: O CICLISMO E A SUSTENTABILIDADE

Olá pessoal, eu sou o professor Fagner Passos, na atividade de hoje iremos descobrir como o ciclismo pode ser sustentável em nossas cidades. Além de vários benefícios voltados a saúde e bem-estar a prática do pedal colabora para reduzir os níveis de CO₂ (dióxido de carbono) nas cidades, com isso, colaboramos com a preservação do meio ambiente e dos recursos naturais do nosso planeta, afinal, não é preciso nenhum combustível para que a sua bike funcione!

Andar de bicicleta é econômico e está cada vez mais popular nas nossas cidades, mesmo enfrentando um cenário desafiador quando falamos de respeito, segurança e infraestrutura, mas muita gente adotou as magrelas como um principal meio de transporte e de atividade física.

Falando em sustentabilidade, você já ouviu falar de Cicloturismo?

É uma modalidade onde ciclistas se organizam para pedalar em locais importantes da região, principalmente em pontos turísticos, outros gostam de se aventurar ainda mais, como viajar de bicicleta. Mas isso requer muito treinamento e experiência, porém é uma forma sustentável de colaborar com o meio ambiente e aproveitar as belezas naturais que temos pelos caminhos.

Atividade: Desenhar – Neste espaço você vai criar um desenho que representa o ciclismo e a sustentabilidade. Use sua criatividade!

Aula 8:

Leitura: PARACICLISMO

Na nossa aula de hoje vamos ter um convidado especial, porque vamos falar sobre o Paraciclismo. Você já ouviu falar?

O Paraciclismo é a prática do ciclismo voltado às pessoas com deficiência. Atualmente, para além de deficientes visuais, podem competir também no Paraciclismo atletas paralisados cerebrais, amputados e lesionados medulares (cadeirantes) de ambos os sexos. O tipo de habilidade funcional do atleta irá determinar o tipo de bicicleta a serem utilizadas, que podem ser triciclos, bicicletas duplas (para deficientes visuais e seus respectivos guias) ou bicicletas com pedais manuais.

TIPOS DE BICICLETA

O tipo de bicicleta ideal depende da deficiência/lesão do atleta, e podem ser: convencional, triciclo, tandem ou handbike:

Bicicleta convencional: Indicada para atletas amputados e/ou com outras deficiências físico-motoras. Podem ter adaptações específicas para câmbios e freios.

Triciclos: Indicada para atletas com paralisia cerebral. Possui duas rodas traseiras para maior equilíbrio do atleta.

Tandem: Bicicleta de dois assentos e quatro pedais. Indicada para atletas com deficiência visual e seus guias. O banco frontal é ocupado pelo guia (ciclista não-deficiente visual) que dá a direção, e o banco traseiro é ocupado pelo atleta com deficiência visual, ambos pedalam em sintonia.

Handbike: Indicada para atletas com paraplegia e tetraplegia. São impulsionadas pelos braços.

Atividade: Live

Iremos realizar uma Live com dia e horário marcado e informado nos grupos escolares. Fiquem atentos, iremos usar o *Youtube* para transmitir um bate papo com o nosso convidado Tiago Silva, paraciclista amador que irá falar sobre o paraciclismo e sobre sua história de vida.



A transmissão será pelo canal da empresa Agita Junior

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=WhCm2ynFR1I>



Aula 9:

Passeio Ciclístico

A nossa equipe está muito feliz com a interação de todos, e estamos no último encontro sobre o ciclismo. Agora que você já tem bastante conhecimento, está na hora de realizar um Passeio Ciclístico, mas atenção para algumas informações importantes.

Primeiro, deve-se traçar um percurso – como estamos aprendendo, sugerimos o acompanhamento de um responsável maior de idade, e que o trajeto seja simples. Sugerimos um pedal de 30 minutos.

Segundo – Não se esqueça dos itens de segurança que já foram mencionados, além da água e uma fruta para se hidratar.

Terceiro - No pedal, tem que parar em algum local muito bonito para a foto oficial!

Depois é só compartilhar a foto com o professor no grupo de WhatsApp.

Agora é só pedalar!



Ah, se quiser uma música de trilha sonora para o pedal, tem essa aqui, dedicada para nossa magrela!

Atitude 67 – Magrela

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=gaiDx7R08B8>

Você está prestes a concluir o projeto Pedalando na Educação Física – O percurso da Escola para a Sociedade, tenha a certeza que toda vivência é válida, sejam elas em ensino remoto ou presencial, o importante é aproveitar o que está sendo oferecido para a sua aprendizagem.

Atividade Final: Produção de Texto

Chegou o momento de nos contar o que achou do nosso projeto. Elabore uma produção de texto falando os pontos positivos e negativos e a sua opinião sobre tudo o que aprendemos. Seja criativo, afinal, a sua opinião importa!

This image shows a full page of primary-ruled paper. It features multiple sets of horizontal lines, each set consisting of three parallel lines (top, middle dashed, bottom) which define individual writing rows. The lines are evenly spaced across the entire page, providing a guide for letter height and placement. There are no margins, text, or other markings present.

PARABÉNS!

Agora escreva seu nome do Certificado a seguir, tire uma foto e poste no nosso grupo!
Ah, se quiser compartilhar em redes sociais também fique à vontade, mostre para todo mundo que aprendeu o ciclismo na escola.

Pedalandando na Educação Física Escolar

O percurso da Escola para a Sociedade

Certificado



Eu, _____

participei do projeto Pedalandando na Educação Física Escolar -
O percurso da Escola para a Sociedade, realizado no
ano de 2021 em nossa escola.

AP010



REFERÊNCIAS

- BORGES, Marina. **Benefícios de pedalar para a saúde: veja lista e prepare a bicicleta.** 2020. Disponível em: <https://globoesporte.globo.com/eu-atleta/treinos/noticia/beneficios-de-pedalar-para-a-saude-veja-lista-e-prepare-a-bicicleta.ghtml>. Acesso em: 11 jan. 2021.
- JORNAL, Nexo. **Quem inventou a bicicleta.** 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=cgXtbjuyT8I&feature=youtu.be>. Acesso em: 11 jan. 2021.
- SANCHES, Renato. **Conhecendo as peças de uma bicicleta.** 2015. Disponível em: [/www.nucleobike.com.br/dicas/conhecendo-as-pecas-de-uma-bicicleta /](http://www.nucleobike.com.br/dicas/conhecendo-as-pecas-de-uma-bicicleta/). Acesso em: 03 jan. 2020.
- SUOTA, Camila. **3 equipamentos de proteção para ciclistas: entenda por que eles são necessários.** 2020. Disponível em: <https://mxbikes.com.br/blog/3-equipamentos-de-protecao-para-ciclistas>. Acesso em: 04 jan. 2020.
- BENEFÍCIOS do ciclismo para crianças. Disponível em: <https://fpciclismo.org.br/dicas/beneficios-do-ciclismo-para-criancas/>. Acesso em: 22 jan. 2021.
- COMO pedalar com a Técnica de um Profissional. 2019. Disponível em: <http://www.praquempedala.com.br/blog/como-pedalar-com-tecnica/>. Acesso em: 22 jan. 2021.
- DICAS de pilotagem para ciclistas iniciantes. Disponível em: <https://revistabicicleta.com/dicas/dicas-de-pilotagem-para-ciclistas-iniciantes/>. Acesso em: 22 jan. 2021.
- DETRAN, Clube. **Significado das placas de regulamentação:** compartilhe e salve seus da reprovação. Disponível em: <https://clubedetran.com.br/placas-de-regulamentacao/>. Acesso em: 21 jan. 2021.
- CRUZ, Willian. **Por que 1,5m ao ultrapassar ciclista? Tem espaço pra isso?** 2011. Disponível em: <https://vadebike.org/2011/07/por-que-15m-ao-ultrapassar-ciclista-tem-espaco-pra-isso/>. Acesso em: 21 jan. 2021.
- Vamos pedalar. Apostila 2. Londrina, 17p. 2020. Mariane Ferreira, Edilson A. da Rocha, Igor J. Baldin. Baixe em: http://www.cbc.esp.br/arquivos/APOSTILAFINAL_VAMOSPEDALAR_2.pdf
- Mobilidade urbana: o ciclismo é uma excelente alternativa para driblar o trânsito. Real Urbanismo, 2017. Disponível em: <https://www.realurbanismo.com.br/mobilidade-urbana-ciclismo/>. Acesso em: 04 fev. 2021.
- SOUZA, Fernando Odilon de. O papel da bicicleta para a mobilidade urbana. 2015. 64 f. Tese (Doutorado) - Curso de Especialização em Logística Estratégica e Sistemas de Transporte, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2015.
- SILVA, Caroline. O incentivo que faltava: a revolução das bicicletas na mobilidade urbana. 2018. Disponível em: <https://visagio.com/pt/insights/o-incentivo-que-faltava-revolucao-das-bicicletas-na-mobilidade-urbana>. Acesso em: 04 fev. 2021.
- CBC. Confederação Brasileira de Ciclismo. Paraciclismo. Disponível em: <https://www.cbc.esp.br/modalidades/index/busca/paraciclismo> Acesso: 07 jan. 2021.
- Infográfico do Cicloturismo - Clube de Cicloturismo do Brasil. Disponível em: <http://www.clubedecicloturismo.com.br/artigos-1/55-filosofando/591-infografico-do-cicloturismo> Acesso 18 dez. 2020.



Carregando Novas

Ideias...



Capítulo 4

Afro Brasileira: Jogos e Brincadeiras

DIVINA ISABEL

ISABELLA SANTOS

ISADORA MONTEIRO

A CONSTRUÇÃO DO EBOOK CONTOU COM A PARTICIPAÇÃO DE CINCO BOLSISTAS, UMA SUPERVISOR E COORDENADOR DO PROGRAMA INSTITUCIONAL DE BOLSA DE INICIAÇÃO À DOCÊNCIA (PIBID), SUBPROJETO EDUCAÇÃO FÍSICA, QUE MOBILIZADOS PELOS DESAFIOS DO ENSINO REMOTO DEVIDO A PANDEMIA DA COVID-19 RESOLVERAM PRODUZIR MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS COM TEMÁTICAS RELEVANTES E ESTRATÉGIAS DE ENSINO MAIS PRÓXIMAS DA REALIDADE ESCOLAR.

A PRIMEIRA ETAPA DO TRABALHO FOI DA ESCOLHA DO TEMA, RESOLVEMOS ESCOLHER ESSE TEMA POIS ERA UM ASSUNTO COM POUCOS MATERIAIS DIDÁTICOS DESENVOLVIDOS PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA E DEVIDO A POUCA EXPERIÊNCIA DO TEMA VIVENCIADA ENQUANTO ALUNAS DA EDUCAÇÃO BÁSICA. POIS MESMO QUE A POPULAÇÃO BRASILEIRA SEJA MAJORITARIAMENTE COMPOSTA POR PESSOAS PRETAS E PARDAS, AO LONGO DA NOSSA FORMAÇÃO POUCO OUVIMOS FALAR SOBRE TEMAS QUE REMETEM ÀS POSSIBILIDADES CULTURAIS ORIUNDAS DESSES POVOS, SEJA NO ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA OU EM QUALQUER OUTRA DISCIPLINA MINISTRADA DURANTE A EDUCAÇÃO BÁSICA, NA MAIORIA DAS VEZES SÓ TRATAMOS DE FALAR SOBRE A POPULAÇÃO NEGRA E SUAS CARACTERÍSTICAS CULTURAIS EM DATAS ESPECÍFICAS COMO POR EXEMPLO O DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA.

A SEGUNDA ETAPA FOI DE LEVANTAMENTO DA BIBLIOGRAFIA E DISCUSSÃO SOBRE POSSÍVEIS TEMATIZAÇÕES EM FORMATO DIGITAL. ESTA ETAPA CONTOU COM PRODUÇÕES DE VÍDEOS, JOGOS DIGITAIS, TEXTOS, ATIVIDADES PEDAGÓGICAS ADAPTADAS.

ENTENDEMOS SER IMPORTANTE QUE NOSSA PRÁTICA PEDAGÓGICA AMPLIE A VISÃO REDUCIONISTA DE TRABALHAR COM AS BRINCADEIRAS AFRO-BRASILEIRAS APENAS EM DIAS FESTIVOS COMO DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA, E SIM TRATAR O TEMA CUJO CONTEÚDO É CARREGADO DE MARCADORES SOCIOCULTURAIS CAPAZES DE AMPLIAR SABERES E EXPERIÊNCIAS E QUE CONTRIBUAM COM ALUNOS MAIS CONSCIENTES, CRÍTICOS E AUTÔNOMOS COM DEVIDA IMPORTÂNCIA.

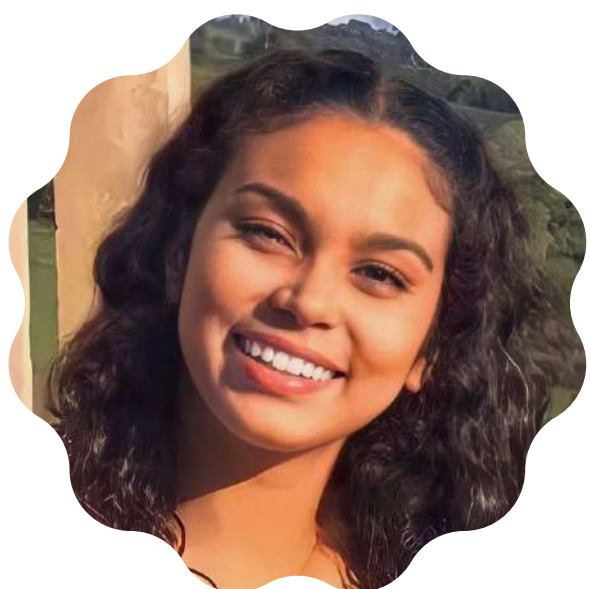
Afro Brasileiras

JOGOS E BRINCADEIRAS





Divina Isabel



Isabella Santos



Isadora C. Monteiro Santos

Ilustração da capa disponível em:

<https://www.escoladigital.sme.fortaleza.ce.gov.br/odas/brincadeiras-africanas-dia-da-consciencia-negra-50391>

INTRODUÇÃO

No tocante aos povos do continente africano, que é composto por 54 países como **São Tomé e Príncipe, Guiné-Bissau, Moçambique, Angola e Cabo Verde** possuem uma forte representação nos costumes e relações com o Brasil.

Quando pensamos em África muitas vezes lembramos dos escravos que foram trazidos ao Brasil, porém, a história deste continente não se limita a escravidão, sendo que estes povos formaram impérios, criaram ricas culturas que hoje também faz parte da cultura brasileira além de diversas descobertas nas mais variadas áreas como a medicina.

História em quadrinhos

Sundiata: Uma Lenda Africana.

http://historiaequadrinhosnrelondrina.pbworks.com/w/file/49844099/Sundiata_Uma_lenda_africana.pdf



A Lei nº 10.639/2003, a qual efetiva o Ensino de História e Cultura Afro brasileira e Africana nas escolas, foi estabelecido um marco legal, político e pedagógico do reconhecimento e da valorização de influências africanas na formação da sociedade brasileira e da população afro-brasileira na formação social, política e econômica do país Brasil (2014). Pois, ensino de história da África é uma possibilidade de romper com as estruturas eurocêntricas dos nossos currículos escolares, dando aos nossos alunos oportunidades de entender que outros continentes e povos, além do europeu, que contribuíram para a construção da história, Fabiano Maranhão sugere o uso de brincadeiras e jogos de origem ou descendência africana.

Em um dos seus relatos sobre a cultura africana e afro-brasileira ele pronuncia que: “Eles podem ser um instrumento facilitador na educação das relações étnico-raciais no cotidiano escolar, além de auxiliar na construção das identidades dos participantes, negros e não-negros”.

Temos diversas possibilidades para desenvolver a história da África na sala de aula, mas, cabe ao educador a seleção, a identificação e a sensibilidade com os conteúdos propostos pelas disciplinas, visto que a África também deve ser vislumbrada antes da colonização, com seus impérios, suas organizações sociais, e logo após, a **África diaspórica**.

Reconhecer e valorizar as contribuições africanas, desde a antiguidade ao período contemporâneo, utilizando diferentes recursos metodológicos, pode contribuir para a efetiva posituação da História da África e da Cultura afro-brasileira, ao quebrar a estrutura racista introduzida na maioria dos currículos escolares. Da mesma forma que é importante ressaltar as lutas e sofrimentos dos negros que foram trazidos a força para trabalhar no Brasil e quais são as raízes do racismo.

Uma das possibilidades para o ensino da cultura africana é por meio de jogos e brincadeiras lúdicas. A ludicidade faz parte do universo infantil e o ato de brincar possibilita que a criança desenvolva a atenção, memória, imitação, afetividade, motricidade, cognição, criatividade e a capacidade de se relacionar com as pessoas que fazem parte de seu cotidiano. Percebe-se diante disso, a relevância que os jogos, os brinquedos e as brincadeiras exercem no desenvolvimento infantil, pois os mesmos permitem que as crianças interajam com os mais variados objetos e se socializem com as diferenças, sejam elas sociais, econômicas ou étnicas.



Diáspora Africana - também conhecido como Diáspora Negra - é um fenômeno sociocultural e histórico que ocorreu nos países africanos, onde os habitantes deste território foram levados, de forma forçada, para outros continentes com objetivo de escravizá-los, fenômeno este que perdurou até a Idade Moderna.



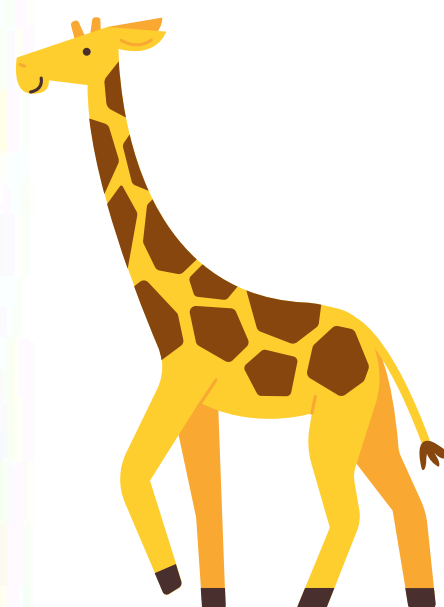
História



Eu tenho certeza que você conhece a história de Portugal, da independência dos EUA e todo o crescimento da Europa e EUA. Mas você conhece a história da África antes da colonização?



Antes de
começarmos
precisamos
lembrar que
África não é
apenas um país,
mas sim um
continente com
diversos países,
línguas e
culturas
diferentes



O continente
Africanos é
conhecido como
berço da
humanidade

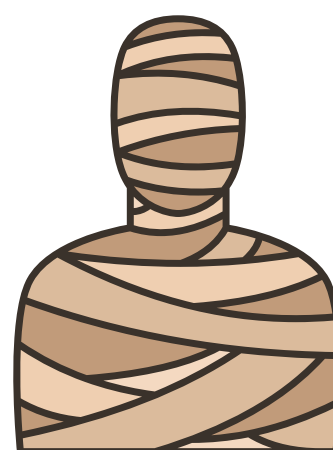
E é importante
lembrar que,
neste
continente, já
havia
civilizações,
culturas, línguas
e religiões antes
da chegada dos
Europeus.



De acordo com os cientistas, os primeiros hominídeos surgiram entre 7 e 3 milhões de anos atrás, sendo que, os fósseis mais antigos foram encontrados na África do Sul e foi batizado como *Australopithecus Africanus*.

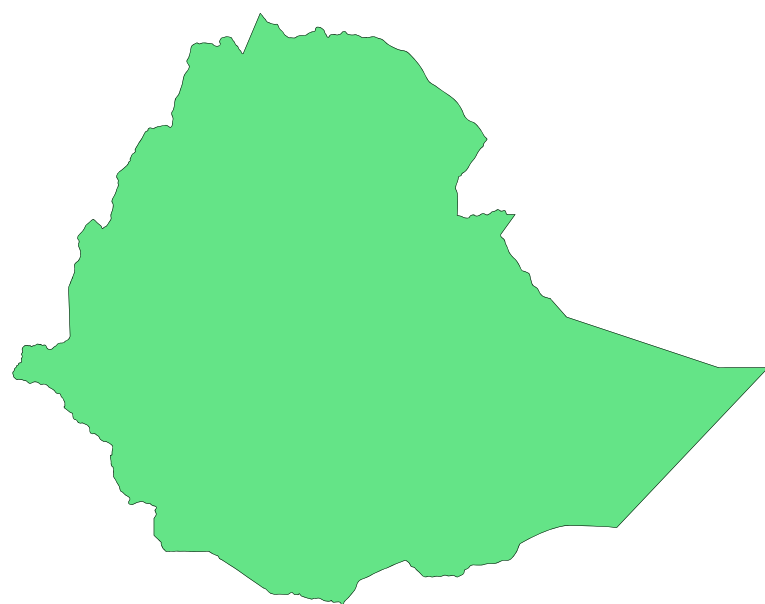


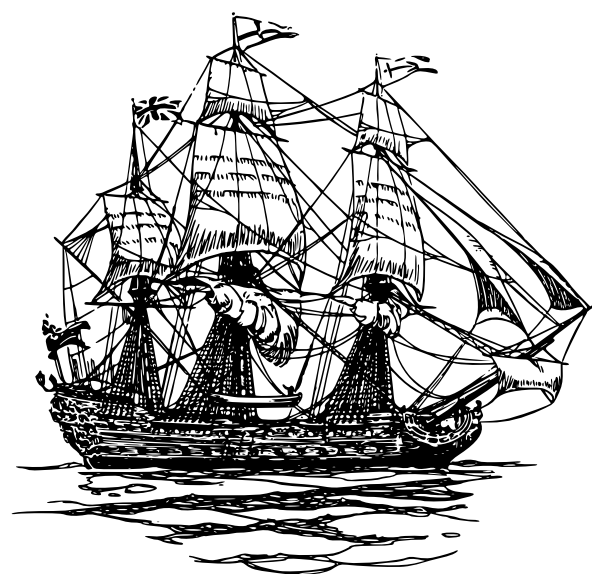
Imperios como o Egípcio foram fundamentais para a história humana, visto as suas contribuições para a medicina, astronomia e arquitetura.





Outros impérios
também
ganharam
destaque, como
a Etiópia que
resistiu a
colonização
européia.



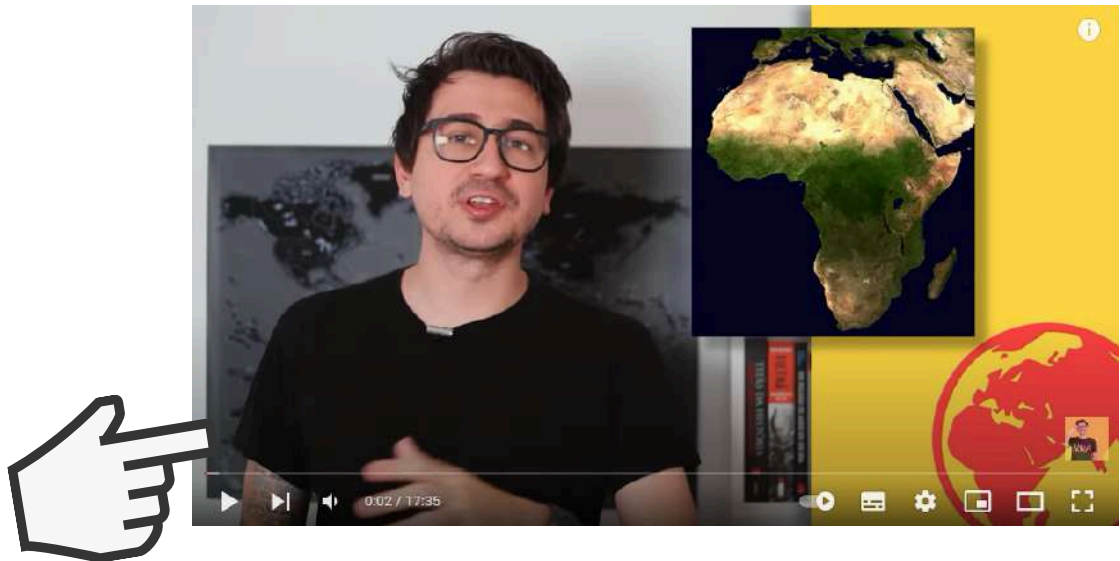


Que tal
conhecermos
mais sobre essa
cultura e como
foi a chegada
dos Europeus?

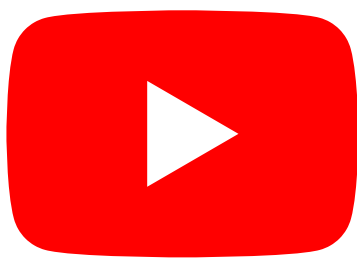
Basta clicar nas
imagens a baixo
para conhecer
mais.



Clique nas imagens para conferir



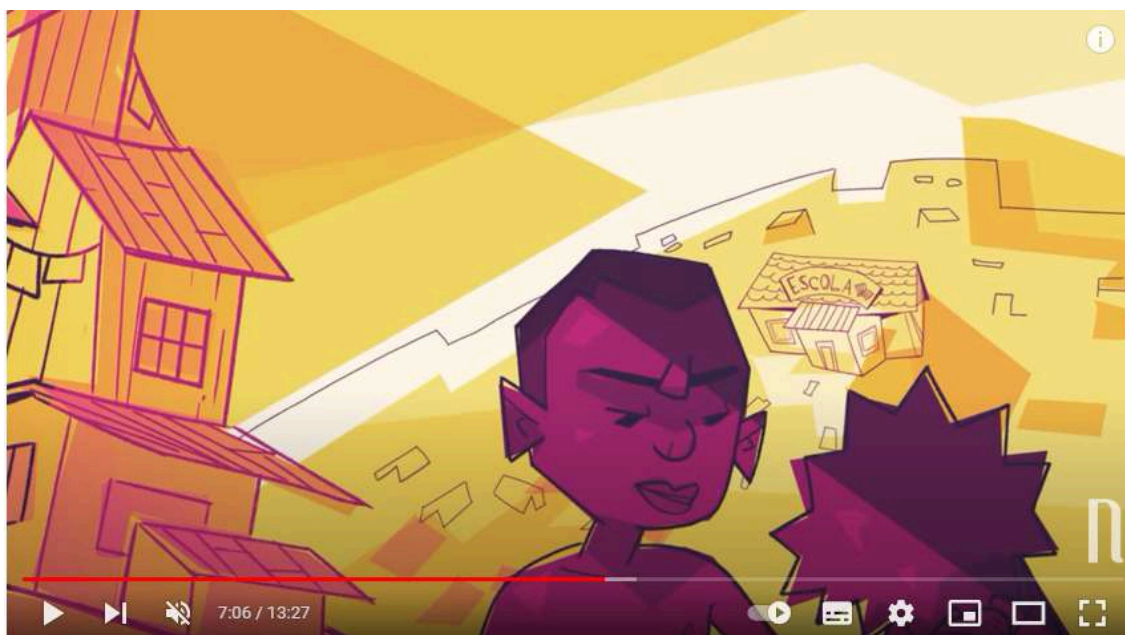
OS REINOS AFRICANOS



OS REINOS AFRICANOS



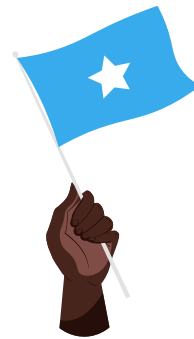
A Escravidão no Brasil (ou
A Maior Cicatriz do Brasil)



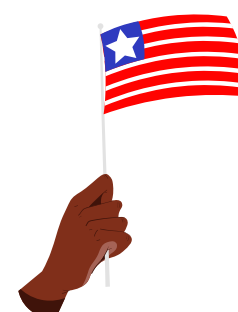
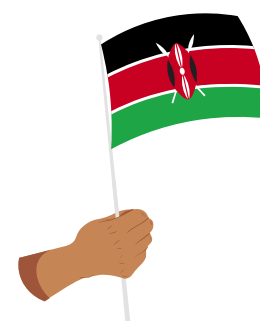
Clique nas imagens para
conferir



Vamos Jogar



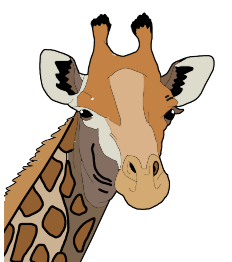
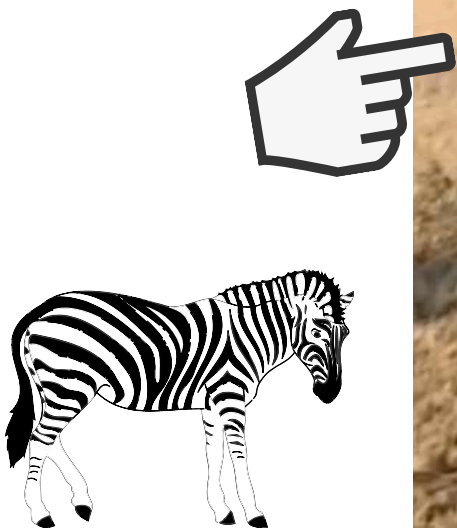
Agora que aprendemos mais sobre a história da África, que tal jogarmos para fixar o que aprendemos? Para jogar você precisará assistir aos vídeos.





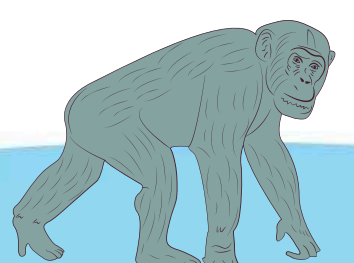
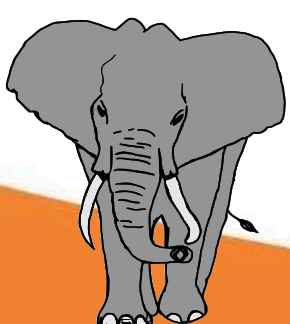
A fauna africana também é muito rica, pois, lá podemos encontrar animais que não encontramos em outros lugares.

Assista o vídeo a seguir para conhecer alguns e, depois, acesse o link do wordwall para jogar e conhecer outros animais.



Animais da África: 10 ANIMAIS SELVAGENS da savana africana

O jogo pode ser acessado por meio de qualquer navegador como Opera, Chrome, entre outros. basta você adicionar o link: <https://wordwall.net/pt/resource/26543703> na barra de busca do navegador. Para jogar é bem simples: é um jogo da memória online, que tem animais que habitam as floresta do Continente Africano, o jogo contém uma foto do determinado animal e seu par é um desenho. Link de explicação de como é o jogo: <https://youtu.be/qvvC7HaouBI>





É IMPORTANTE SABER...



Você sabia que existem termos do nosso dia a dia que são racistas e ofensivos para pessoas negras ?

Vamos conhecer algumas delas e seus significados:

TERMO

SIGNIFICADO

Meia tigela

Os negros forçados a trabalhar nas minas de ouro, mas que não conseguiam encontrar a quantidade desejada, eram punidos recebendo apenas metade da tigela de comida e, desta forma, recebiam o apelido de "meia tigela"

Cor do pecado

Este termo está relacionado ao corpo feminino negro que muitas vezes é hiperssexualizado. A ideia de pecado também é ainda mais negativa em uma sociedade pautada na religião, como a brasileira.

Cabelo ruim

Este termo, assim como surgem com objetivo de depreciar o cabelo afro, o que pode causar baixa autoestima em pessoas que não possuem o "desejado" cabelo liso. Para as indústrias de cosméticos esta depreciação é de grande valor, visto que, podem vender mais produtos para alisar os cabelos.





É IMPORTANTE SABER...



Você sabia que existem termos do nosso dia a dia que são racistas e ofensivos para pessoas negras ?

Vamos conhecer algumas delas e seus significados:

TERMO

SIGNIFICADO

Meia tigela

Os negros forçados a trabalhar nas minas de ouro, mas que não conseguiam encontrar a quantidade desejada, eram punidos recebendo apenas metade da tigela de comida e, desta forma, recebiam o apelido de "meia tigela"

Cor do pecado

Este termo está relacionado ao corpo feminino negro que muitas vezes é hiperssexualizado. A ideia de pecado também é ainda mais negativa em uma sociedade pautada na religião, como a brasileira.

Cabelo ruim

Este termo, assim como surgem com objetivo de depreciar o cabelo afro, o que pode causar baixa autoestima em pessoas que não possuem o "desejado" cabelo liso. Para as indústrias de cosméticos esta depreciação é de grande valor, visto que, podem vender mais produtos para alisar os cabelos.



TERMO

SIGNIFICADO

Não sou tuas negas

A mulher negra como “qualquer uma” ou “de todo mundo” indica a forma como a sociedade a percebe: alguém com quem se pode fazer tudo. Escravas negras eram literalmente propriedade dos homens brancos e utilizadas para satisfazer desejos sexuais, em um tempo no qual assédios e estupros eram ainda mais recorrentes. Portanto, além de profundamente racista, o termo é carregado de machismo.

Denegrir

Esta frase surge da relação entre "preto" e situações consideradas ruins, difíceis, perigosas ou desagradáveis

Serviço de preto

Criado era o nome dado aos escravos e, alguns deles, tinham a tarefa de segurar água, utensílios e outros objetos durante a noite, ao lado da cama, para os senhores enquanto eles dormiam, sendo que, os mesmos não podiam descansar, se mexer ou mesmo falar.

Com o passar dos anos, o móvel colocado ao lado da cama recebeu este nome.

Criado Mudo

Outra frase relacionada a depreciação do negro, sendo que, desta vez surge com a intenção de dizer que o serviço está mal feito ou feito de forma errada, associando, de forma racista, que o trabalho do negro é inferior.

Você conhece alguns jogos e brincadeiras tradicionais africanas?



JOGO LABIRINTO AFRICANO



Materiais:

- Tabuleiro, confeccionado com fita crepe;
- Duas peças com cores diferentes para cada jogador, foram utilizadas tampinhas de garrafa pet.

Origem: Moçambique.

Desenvolvimento do jogo:

Os jogadores colocam-se de frente um para o outro. Com o labirinto no meio de ambos. Para iniciar o jogo pode ocorrer par ou ímpar, jôquei pow. Na aresta inicial do "Labirinto" são colocadas duas tampinhas de garrafas pets diferentes, sendo uma de cada jogador. O jogador que venceu no par ou ímpar, embaralha as mãos, e mostra ao colega, tendo este que adivinhar em qual mão está. Se conseguir, a sua peça é deslocada em uma aresta do labirinto. Caso contrário, a peça irá permanecer no mesmo lugar. Este procedimento repete-se até que a tampinha de um dos jogadores chegue à última aresta e ganhe o jogo.

Prática: <https://youtu.be/fmjMYpmrruQ><https://youtu.be/fmjMYpmrruQ>

Exemplos de labirintos:

Terra, barbante e giz: https://youtu.be/FF4oDDf_lqA , <https://fb.watch/9T43p38b5X>

Folha de caderno /cartaz: <https://www.youtube.com/watch?v=0pxXVLpmsl8>

Barbante e bolinha de papel: https://youtu.be/-bTEcT4J_Mk

Folhas de arvores, pedras: https://www.youtube.com/watch?v=-bTEcT4J_Mk

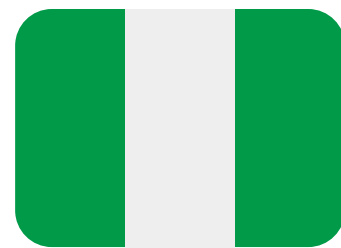
Fita durex e pedras: <https://youtu.be/4wOL3DTC-G8>

Lembrando que o labirinto africano pode ser montado em diversas formas como triângulo, quadrado, retângulo, e círculos. Agora vou lançar um desafio para vocês professores, que tal montar um labirinto africano junto com os seus alunos, com materiais que não foram citados acima? E aí vocês topam ? Espero o retorno de todos vocês com os seus alunos me mandando vídeos ou fotos de como foi o andamento/processo da construção do labirinto africano com o material escolhido. Até mais, abraços.

JOGO MEU QUERIDO BEBÊ

Materiais:

- Giz para quadro negro;



Origem: Nigéria.

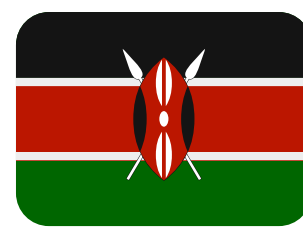
Desenvolvimento do jogo: Um jogador é selecionado e sai do meio do grupo de alunos, em grupo os alunos selecionam alguém para ser o bebê. O bebê então deita no chão e os alunos o contornam, usando lápis, giz, entre outros materiais, depois o bebê se junta aos demais do grupo e o jogador que estava fora tem que acertar de quem é o contorno desenhado. Caso o jogador acerte, ele continua, se errar sua função passa para outro jogador. Ganha quem somar mais pontos como demonstra o vídeo a seguir:

- https://youtu.be/KDgv_GeBvzY

Materiais Alternativos: Alguns materiais alternativos podem ser utilizados para construção do Meu querido bebê, sendo eles: giz branco, fita isolante, fita colorida, lápis, canetinha, pincel, tintas, pedrinhas entre outros como mostra o vídeo a seguir:

- <https://youtu.be/enNdIE22lsE>

JOGO SHISIMA



Materiais:

- Tabuleiro e 6 peças para os jogadores.

Origem: Quênia.

Desenvolvimento do jogo: Coloque as peças no tabuleiro, três de cada cor (uma cor de cada lado). Um jogador, de cada vez, mexe uma de suas peças na linha até o próximo ponto vazio, seguem-se revezando-se. Não é permitido saltar-se por cima de uma peça. Cada jogador tenta colocar as suas três peças em linha reta. O primeiro a colocar as três peças em linha reta ganha o jogo. Os jogadores devem-se revezar para iniciar o jogo. Ganha o jogo quem conseguir colocar três peças da mesma cor em uma fileira. Se a mesma sequência de movimentos for repetida três vezes, o jogo acaba empatado, isto é, não há vencedor nem perdedor, como ostra mostra o vídeo a seguir:

- https://youtu.be/hKf96WdW_gU

Materiais Alternativos: Giz branco, terra, papelão, caneta, folha de sulfite. Como alguns foram demonstrado no vídeo abaixo:

- <https://youtu.be/HkeCZj7q1-Y>

YOTÉ

Materiais:

- Cartela de 30 ovos;
- 24 tampinhas de garrafa pet.



Origem: Senegal.

Desenvolvimento do jogo: O jogo é composto por 2 jogadores, 1 e 2 onde cada um terá que escolher uma cor de tampinha, após a escolha, os jogadores terá que definir quem que irá iniciar o jogo, que pode ser através do par ou ímpar por exemplo, após feito isso, o jogador 1 iniciara colocando uma tampinha em qualquer local da cartela de ovo, logo em seguida o jogador 2 também colocará, e assim sucessivamente, os jogadores só podem capturar a tampinha do adversário, se movimentando em lateral, e frente e trás, e jamais pode capturar e se movimentar em diagonal, quando o jogador captura a peça do adversário, ele além de retirar a peça que ele capturou ele pode estar retirando mais uma peça dele, desde que esteja dentro do jogo, um outro ponto é que os jogadores podem utilizar tanto as peças que já estão no jogo, quanto as peças que está fora dele. Vence quem capturar todas as peças do adversário primeiro, como ostra mostra o vídeo a seguir:

- <https://youtu.be/8OOjNoiMPM>

Materiais Alternativos:

- Folha sulfite;
- Caneta
- Cola
- Anel de latinha
- Giz
- Tampinha de garrafa pet.

Como foi demonstrado no vídeo abaixo:

- <https://youtu.be/rxxrr2shxv8>

AMARELINHA AFRICANA / TECA TECA

Materiais:

- Barbante;
- Fita crepe.



Origem: Moçambique

Desenvolvimento: A Amarelinha Africana, diferente da nossa tradicional amarelinha, não usa uma pedrinha, céu ou inferno e a forma como é desenhada muda seu objetivo, acentuando o caráter cooperativo. Não é uma brincadeira de competição, não há perdedores. O número de participantes varia de acordo com as possibilidades da coreografia que será criada. A coreografia deve ser executada de forma simétrica e ao mesmo tempo, por isso a necessidade.

- <https://youtu.be/fxgwHc8tCKA>

Materiais Alternativos:

- Giz de cera;
 - Giz escolar;
 - Barbante;
 - Fita crepe.
-
- <https://youtube.com/shorts/5Ev8ZKqfSQM?feature=share>

JOGO DA GA



Materiais:

- Giz branco;
 - Fita isolante;
 - Fita colorida;
 - Pincel e tinta;
 - Pedrinhas.
-
- <https://youtu.be/enNdIE22IsE>

Origem: Bastante popular tanto em Gana quanto na Nigéria dois países da África Ocidental.

Desenvolvimento: Primeiramente é necessário demarcar um espaço representado por um quadrado ou retângulo que será a "Casa da Cobra". Depois um jogador é escolhido para ficar dentro e ser a "Serpente". Todos os jogadores têm de se manter próximos a linha demarcada para ser a casa da serpente, como adaptação pode-se até demarcar uma área que envolva a casa da serpente onde os alunos não possam ultrapassar. A Cobra tenta tocar nos jogadores, quando um jogador é tocado deve o jogador juntar-se à cobra no interior do quadrado, depois darão continuidade a brincadeira de mãos dadas e usando apenas a mão livre eles tentam tocar outros jogadores. O último que não for pego vence.

- <https://youtu.be/OK3DH3SjQLM>

Materiais Alternativos:

- Giz de cera;
 - Giz escolar;
 - Barbante;
 - Fita crepe.
-
- <https://youtube.com/shorts/5Ev8ZKqfSQM?feature=share>



Carregando Novas

Ideias...



Capítulo 5

Jogo Ludo: Criando Materiais

Joaquim Mafaldo de Oliveira Neto.

NA TRAJETÓRIA DA FORMAÇÃO ACADÊMICA, ATUAÇÃO PROFISSIONAL E FORMAÇÃO CONTINUADA, NOS DEDICAMOS A REFLETIR SOBRE POSSIBILIDADES DE SISTEMATIZAÇÃO DOS CONHECIMENTOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA A EDUCAÇÃO BÁSICA.

NO CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA, PENSAMOS EM POSSIBILIDADES E ESTRATÉGIAS PARA A ELABORAÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS PARA O ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, QUE FOSSEM ATRATIVOS, PERMITISSEM AOS ESTUDANTES INTERAGIREM COM OS CONHECIMENTOS, COM O MATERIAL, COM O PROFESSOR, COM OS COLEGAS, QUE ATUASSEM ATIVAMENTE NO PROCESSO DE REFLEXÃO SOBRE O CONHECIMENTO, PARA TORNAR A EXPERIÊNCIA DO ENSINO UM MOMENTO RELEVANTE PARA A APRENDIZAGEM.

EM NOSSAS REFLEXÕES, PENSAMOS EM OBJETOS E LINGUAGENS MULTIMODAIS, MULTILETRAMENTOS, RECURSOS QUE DESPERTASSEM O INTERESSE NO ESTUDANTE EM LER E IR ALÉM DO QUE CONSTAVA NO MATERIAL DIDÁTICO, PARA POSSIBILITAR A INTERAÇÃO, TORNAR O MOMENTO PEDAGÓGICO ATRATIVO E POSSIBILITAR A OPORTUNIDADE PARA O ESTUDANTE ATUAR COMO PROTAGONISTA.

NO SURGIMENTO DO CURSO FIC – A PRODUÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS, PERCEBEMOS A OPORTUNIDADE DE CONHECER OUTRAS ESTRATÉGIAS DIDÁTICAS PARA ENRIQUECER OS MATERIAIS. NA OCASIÃO, CONHECEMOS OBJETOS DIDÁTICOS E APRECIAMOS EXPERIÊNCIAS COM CONTRIBUIÇÕES PARA EXPERIÊNCIAS FUTURAS.

COMO TRABALHO FINAL DO CURSO, APRESENTAMOS UM RELATO DE UMA DE NOSSAS EXPERIÊNCIAS, COM A PRODUÇÃO DE AVATAR, PARTICIPAÇÃO NO PORTAL DE JOGOS EDUCATIVOS ONLINE – LUDO EDUCATIVO, COM O JOGO LUDO MIX, E NO JOGO DE TABULEIRO LUDO, COM OS ESTUDANTES CONSTRUINDO AS REGRAS.

O CURSO CONTRIBUIU PARA SUPERARMOS O QUE CONSIDERAMOS UMA GRANDE DIFICULDADE, QUE É CONHECER DIFERENTES OPÇÕES INTERATIVAS PARA ENRIQUECER OS MATERIAIS DIDÁTICOS. EM NOSSAS EXPERIÊNCIAS, TEMOS UM ESFORÇO NA ELABORAÇÃO DOS MATERIAIS, MAS UMA ENORME SATISFAÇÃO COM A PARTICIPAÇÃO ATIVA DOS ESTUDANTES, PROTAGONISTAS DO PROCESSO EDUCATIVO.

**JOGO LUDO E O PROTAGONISMO
DO ESTUDANTE NA EDUCAÇÃO
FÍSICA COM O USO DE MATERIAIS
DIDÁTICOS**



Joaquim

**PROFESSOR ME. JOAQUIM MAFALDO DE
OLIVEIRA NETO**



Professor Mestre Joaquim Mafaldo de Oliveira Neto.

Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Especialista em Ensino de Educação Física na Escola (UFRN), Licenciatura em Educação Física (UFRN); professor de Educação Física na Educação Básica, Ensino Fundamental anos iniciais e finais nas redes de Ensino do Município de Extremoz/RN, e Secretário Estadual de Educação e Cultura do Rio Grande do Norte.

**Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
do Sul de Minas Gerais – IFSULDEMINAS
Campus Muzambinho**

CURSO FIC – A Produção de Materiais didáticos digitais
na Educação Física

Nome dos membros: Joaquim Mafaldo de Oliveira Neto

Conteúdo - Jogo

Nível de ensino – Ensino Fundamental anos finais

Aulas para execução do plano: 3 encontros

Plano de aula

Objetivos e ações desenvolvidas no projeto para o Material Didático:

Estudantes:

- Criar o próprio Avatar em plataforma *online* e compartilhar com o professor;
- Personalizar seu avatar ou Fantoche de dedo;
- Construir um dado para participar do jogo ludo;
- Criar regras e participar de partida do jogo ludo com o avatar;
- Realizar cadastro na plataforma do jogo Ludo educativo.

Professor:

- Layout para confecção de dado;
- Site para criar avatar;
- Software Studio Silhouette;
- Site Ludo educativo;
- Material didático impresso para o estudante.

Recursos utilizados:

- Editar os avatares dos estudantes da turma;
- Produzir o tabuleiro físico para o jogo ludo;
- Configurar o jogo ludo educativo online com perguntas e respostas para participação dos estudantes.

Encontro 1 - Ensino Fundamental – Anos finais

Construa seu Fantoche e Crie seu Avatar



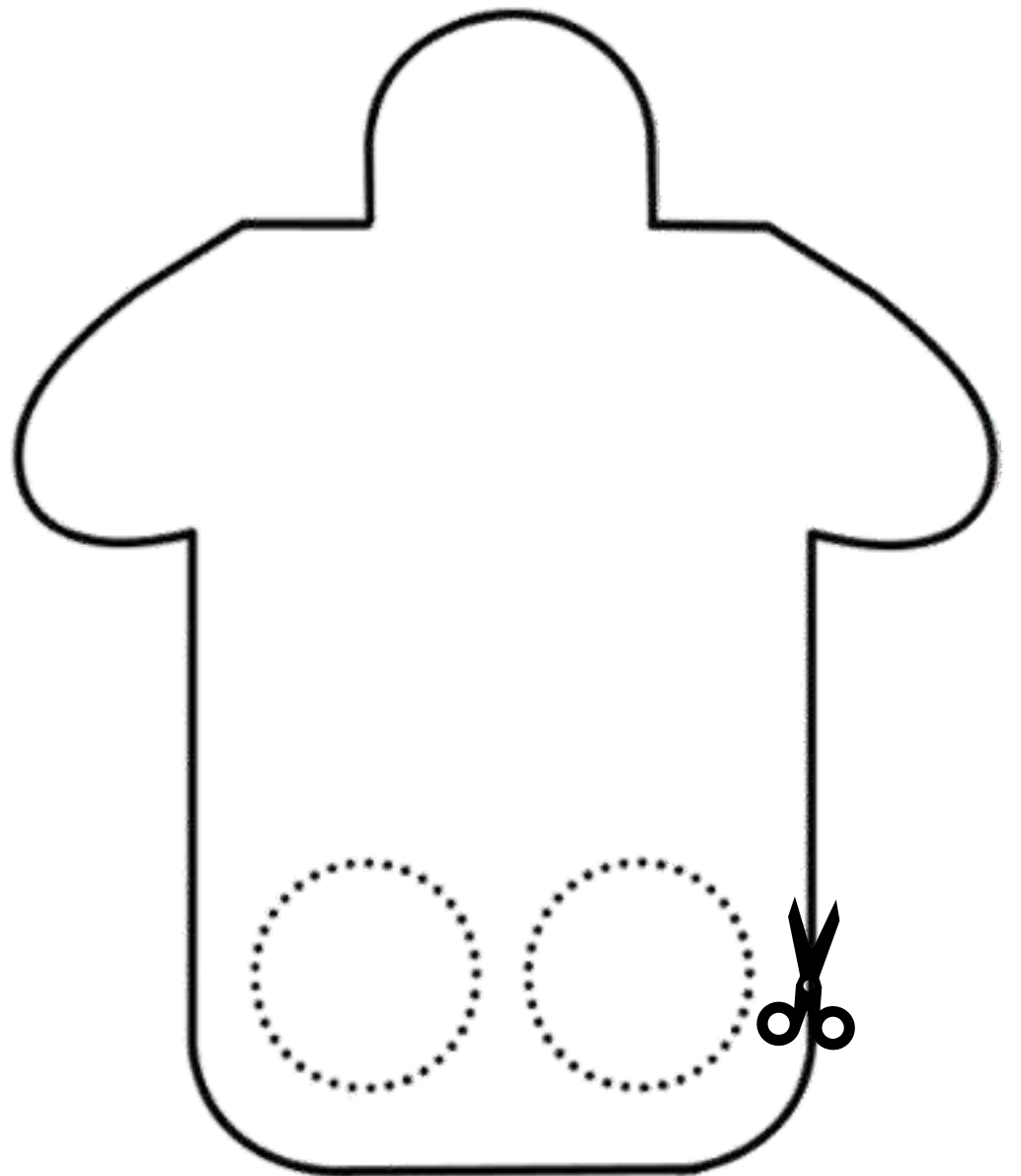
QR CODE

Se você tiver telefone, aponte a câmera para esse QR Code para assistir o vídeo e confeccionar seu Fantoche,



Ou acesse o link no:

<https://youtu.be/CDtXPY1NGK4>



O Fantoche e o Avatar vão ajudar a gente a participar do movimento das Práticas Corporais. Quando criar seu Fantoche, tire uma foto e envie para o professor, ou leve até a escola para os(as) diretores(as) tirarem uma foto.

Construa seu Fantoche e Crie seu Avatar.

Esse é o Avatar do Professor Joaquim Mafaldo



CRIE O SEU AVATAR

Acesse o site e crie um Avatar

<https://www.criar-avatar.com/>

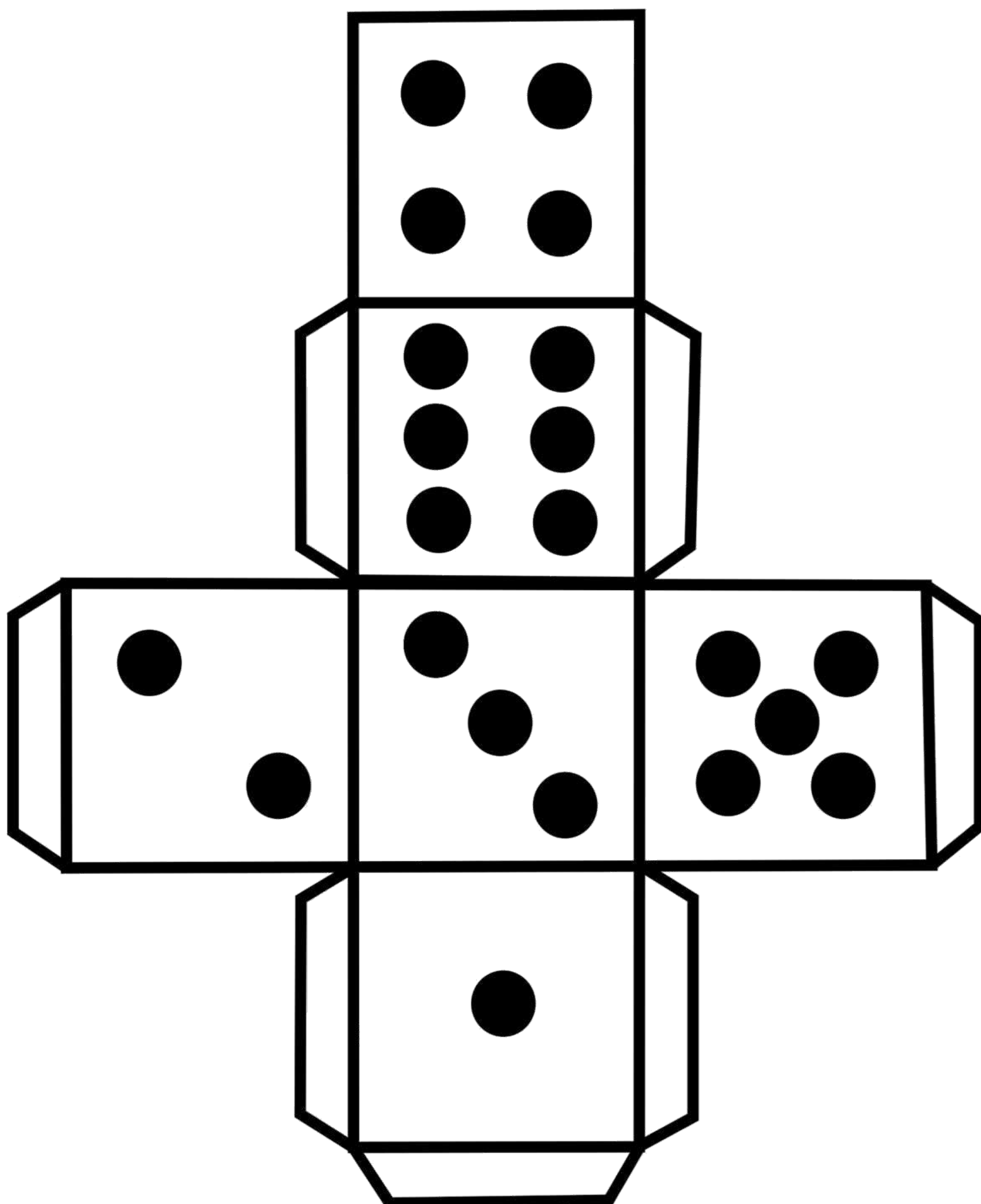
Você pode apontar a câmera do telefone para esse QR Code para criar seu Avatar.

Quando criar seu Avatar, salve no telefone e envie para o professor.



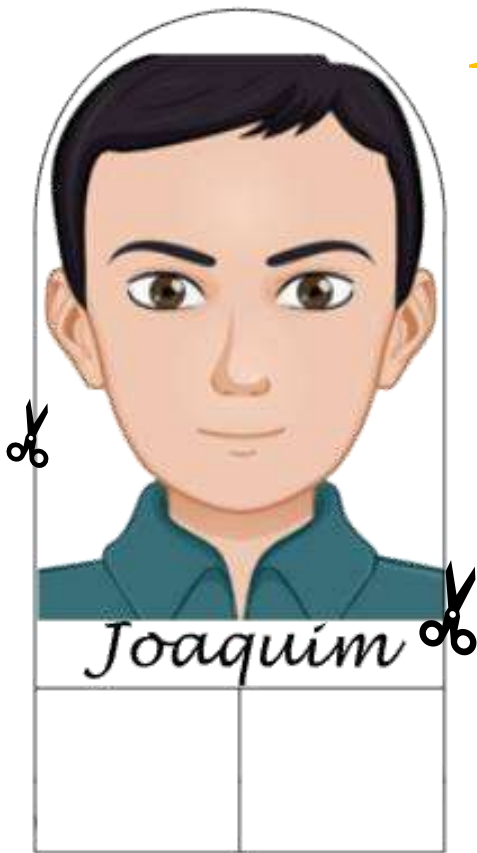
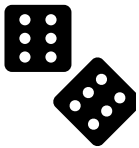
Construa seu dado!

O Dado vai ajudar você em algumas brincadeiras e jogos em nossos estudos. Se tiver dúvida de como construir seu dado, peça ajuda a um adulto. Com uma tesoura, corte as bordas e dobre em todas as linhas. Passe cole nas as abas, feche o dado, e está pronto para jogar.



Encontro 2 - Ensino Fundamental – Anos finais

Vamos Jogar Ludo!



No Jogo Ludo, podemos criar nossas próprias regras e jogar juntos. Eu, você e nossos(as) colegas, representados pelo avatar.

Lançando o seu Dado, podemos deslocar o Avatar o número de casas que ele mostrar.

Encontre seu Avatar ou o de um colega, corte a borda do avatar; corte também a linha no meio em baixo, separando as abas e dobre-as, uma para frente e outra para trás, para ajudar o Avatar ficar na vertical.

Para iniciar a partida, podemos lançar o dado, quem conseguir o maior número, inicia. Vence quem chegar ao Fim primeiro!

Mas, existem os desafios, que podem ajudar ou atrapalhar o jogador a cumprir o percurso, e para testar os conhecimentos!

Os desafios do Ludo, devem aparecer em algumas casas, e deixam o jogo mais interessante. Exemplos de desafios: Avance 2 casas; Volte 2 casas; Jogue novamente; Passe uma rodada sem jogar; ou uma pergunta para você responder.

Quando jogar o dado, o Avatar vai se deslocar a quantidade de casas que o dado mostrar, se parar em uma casa com um desafio, deve cumprir a regra!

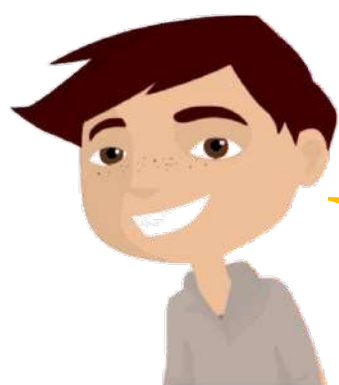
Construa as regras para seu jogo!

- O seu tabuleiro do Jogo Ludo, tem 15 casas, crie 5 ou mais desafios para espalhar no percurso.
- Escolha as casas para colocar os desafios.
- Escreva em seu caderno os desafios e os números das casas que eles serão colocados.
- Movimento-se: Construa seu Avatar, utilize seu dado, jogue com seus(as) amigos(as).



Escola Municipal
Educação Física
Professor
Seu Nome:

Encontro 3 - Ensino Fundamental – Anos finais



Como ficou seu Jogo Ludo?
Você jogou? Me conte como foi sua partida.

- O Jogo Ludo igual a muitos outros Jogos, tem suas regras que podemos seguir ou construir nossas próprias regras.
- O Jogo que você conheceu na aula passada, ajuda organizar os conhecimentos das nossas aulas e nossas práticas.
- O Jogos, podem ter suas regras alteradas, modificadas, e escolhemos de acordo com os interesses do grupo de pessoas que estiver praticando, para manter a diversão.
- O Jogo Ludo utiliza o Dado (um brinquedo ou objeto), que pode ser o de plástico ou o construído, com papel ou papelão.
- A preferência pelo Papelão, se dá por ser um material resistente, alternativo que estaremos reutilizando e contribuindo para o meio ambiente, construindo um brinquedo e reutilizando um material que poderia se transformar em lixo.
- No Jogo Ludo, temos a construção de suas regras, dos desafios, e muitos conhecimentos que podem aparecer no percurso.

Aponte a Câmera do telefone para o QR Code

Aponte a câmera do telefone para o QR Code abaixo, e vamos jogar uma partida do Jogo Ludo com os conhecimentos da Educação Física, que estudamos.





Carregando Novas

Ideias...



Capítulo 6

Trilha do Aprendizado

Tchiago Brigo

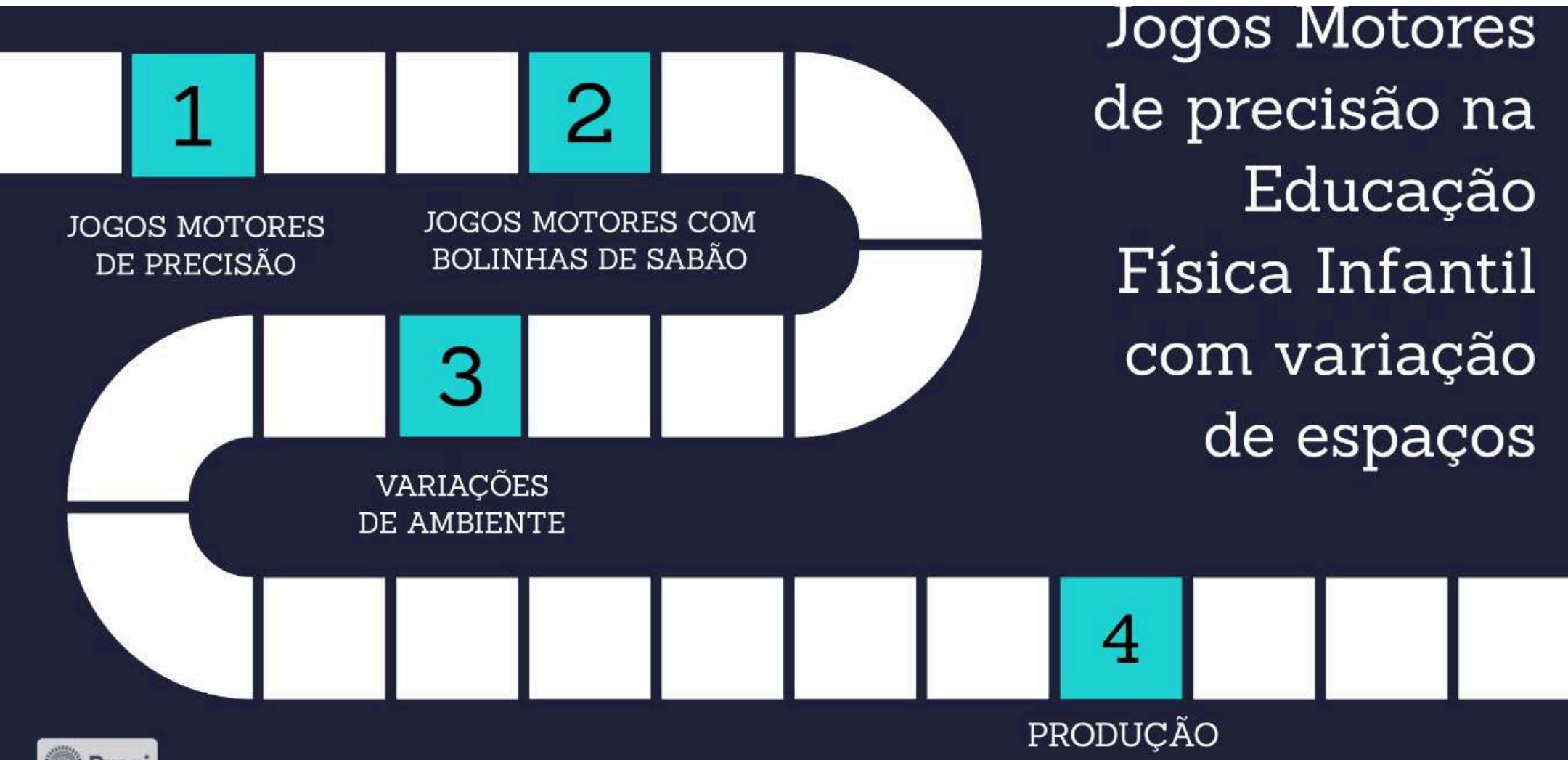
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BRUSQUE, SANTA CATARINA. POSSUI GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA – PELA UNIJUÍ (2015), PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR PELA FACULDADE SÃO LUÍS DE JABOTICABAL (2018) E PÓS-GRADUAÇÃO LATO SENSU EM DOCÊNCIA DO ENSINO SUPERIOR EM EDUCAÇÃO FÍSICA PELA FACULDADE NOVA DO IMIGRANTE (2021). ATUALMENTE REALIZA MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDE NACIONAL – PROEF PELA UNIJUÍ/UNESP.

PARA A PRODUÇÃO DO PROJETO INTITULADO “JOGOS MOTORES DE PRECISÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL COM VARIAÇÃO DE ESPAÇOS” FORAM NECESSÁRIOS ALGUMAS COMPETÊNCIAS E HABILIDADES, DAS QUAIS PODEMOS CITAR: EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL, DOMÍNIO DE ALGUNS PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS DIDÁTICOS E UMA PITADA DE CRIATIVIDADE.

A IMPORTÂNCIA DO MATERIAL É FOMENTAR A TECNOLOGIA COMO FERRAMENTA DE ENSINO JÁ NA 1ª ETAPA DA EDUCAÇÃO BÁSICA. O OBJETIVO DO PROJETO É CONTRIBUIR COM A DIDÁTICA DIGITAL DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL, FORNECENDO UMA POSSIBILIDADE DE AULA ATRATIVA, DINÂMICA E SIGNIFICATIVA PARA AS CRIANÇAS.



PLAY



COMECE AGORA MESMO SUA TRILHA CLICANDO AQUI!





Carregando Novas

Ideias...



Capítulo 7

Parkour da Escola: concepção de corpo, cultura e natureza.

Liliane Ap. de Freitas Winderson M. da Silva

Rafael S. Abreu Mariana L. de Souza

Maria Cecilia M. P. de Oliveira

CAROS LEITORES, É COM GRANDE ENTUSIASMO QUE APRESENTAMOS UM DOS TRABALHOS PRODUZIDOS POR ESTUDANTES DO IFSULDEMINAS – CAMPUS MUZAMBINHO. "PARKOUR DA ESCOLA" É UM PROJETO DESENVOLVIDO PELOS ALUNOS BOLSISTAS DO PIBID: LILIANE APARECIDA DE FREITAS, WINDERSON MATEUS DA SILVA, RAFAEL SILVA ABREU, MARIANA LUCIA DE SOUZA E MARIA CECÍLIA MENDES PEREIRA DE OLIVEIRA. ESTE EBOOK, PRODUZIDO EM 2023, TEM COMO OBJETIVO SER UM MATERIAL GAMIFICADO, INSPIRADO NO JOGO SUBWAY SURFERS, QUE TRANSITA DO REAL PARA O VIRTUAL, PERMITINDO A ABORDAGEM DE TEMAS QUE NÃO SÃO COMUMENTE TRATADOS NO COTIDIANO ESCOLAR.

O JOGO NOS PERMITIU TRABALHAR DIVERSOS CONTEÚDOS, COMO SALTOS, EQUILÍBRIO, PREVENÇÃO DE ACIDENTES, MEIO AMBIENTE, ENTRE OUTROS TEMAS QUE PROPORCIONARAM AOS ALUNOS UMA MELHOR COMPREENSÃO DO AMBIENTE E DA SOCIALIZAÇÃO. O JOGO DIGITAL JÁ ERA POPULARMENTE CONHECIDO ENTRE OS ALUNOS DE 8 A 10 ANOS DO 3º E 4º ANO DO FUNDAMENTAL I DA ESCOLA MUNICIPAL DA CIDADE DE MUZAMBINHO.

O MATERIAL, ALÉM DE SER TOTALMENTE INTERATIVO E LÚDICO, EM FORMATO DE HISTÓRIA EM QUADRINHOS, TAMBÉM POSSUI ATIVIDADES QUE PODEM SER REALIZADAS NA QUADRA DA ESCOLA OU ATÉ MESMO EM CASA. ELE TAMBÉM PODE SER UTILIZADO PELOS PROFESSORES, POIS HÁ EXPLICAÇÕES SOBRE AS AULAS, PROPORCIONANDO A INSERÇÃO DE CONTEÚDOS DE PRÁTICAS DE AVENTURAS, QUE AINDA NÃO TÊM UMA PRESENÇA SIGNIFICATIVA NAS ESCOLAS.

PARKOUR DA ESCOLA

CONCEPÇÃO DE CORPO, CULTURA E NATUREZA.



GRUPO:



LILIANE FREITAS



MARIA CECÍLIA OLIVEIRA



MARIANA SOUZA



WINDERSON



RAFAEL ABREU

COORDENADOR



PROF. DR. ARNALDO LEITÃO

SUPERVISORA



PROF. ERICA RONDINELLI





Sumário

----- Introdução -----

- PÁG 4 - CONHECENDO VOCÊ
- PÁG 5 - SALTOS
- PÁG 10 - EQUILÍBRIO
- PÁG 17 - COMO BAIXAR O JOGO SUBWAY SURFERS
- PÁG 19 - PREVENÇÃO DE ACIDENTES

----- História -----

- PÁG 24 - HISTÓRIA DO INICIO DO PARKOUR
- PÁG 31 - CURIOSIDADES

----- Meio ambiente -----

- PÁG 36 - MEIO AMBIENTE
- PÁG 41 - O LIXO DO MEIO AMBIENTE

----- Conclusão -----

- PÁG 45 - O CIRCUITO FINAL
- PÁG 48 - FORMULÁRIO



CONHECENDO VOCÊ!

Qual seu nome? _____

Quantos anos você tem? _____

Você conhece o parkour? _____

Desenhe o que você
acha que é o
parkour



Saltos

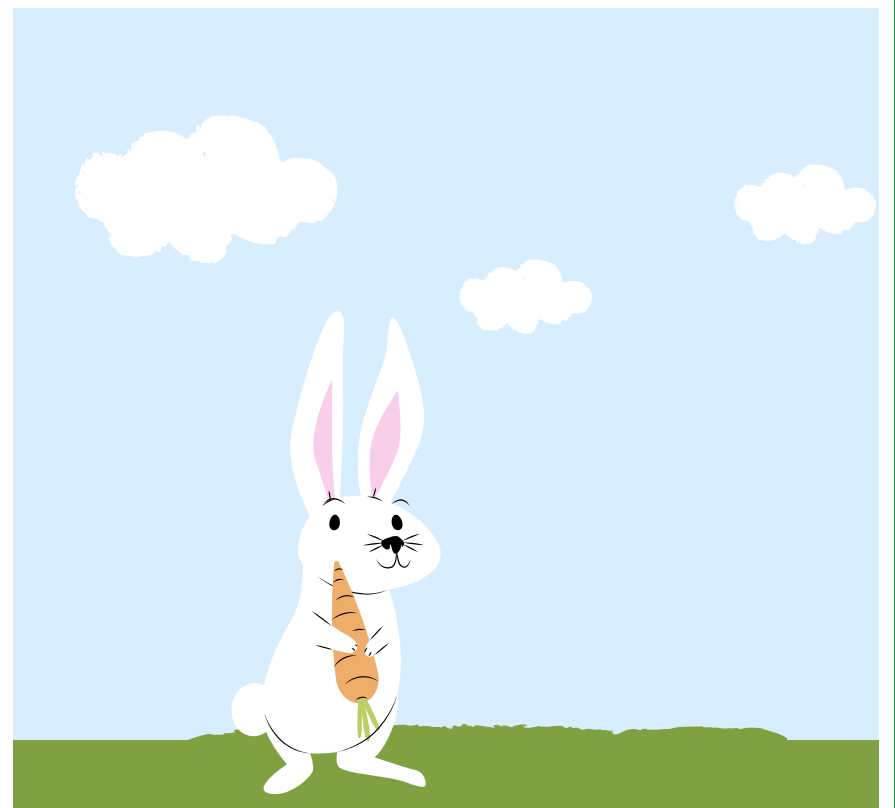
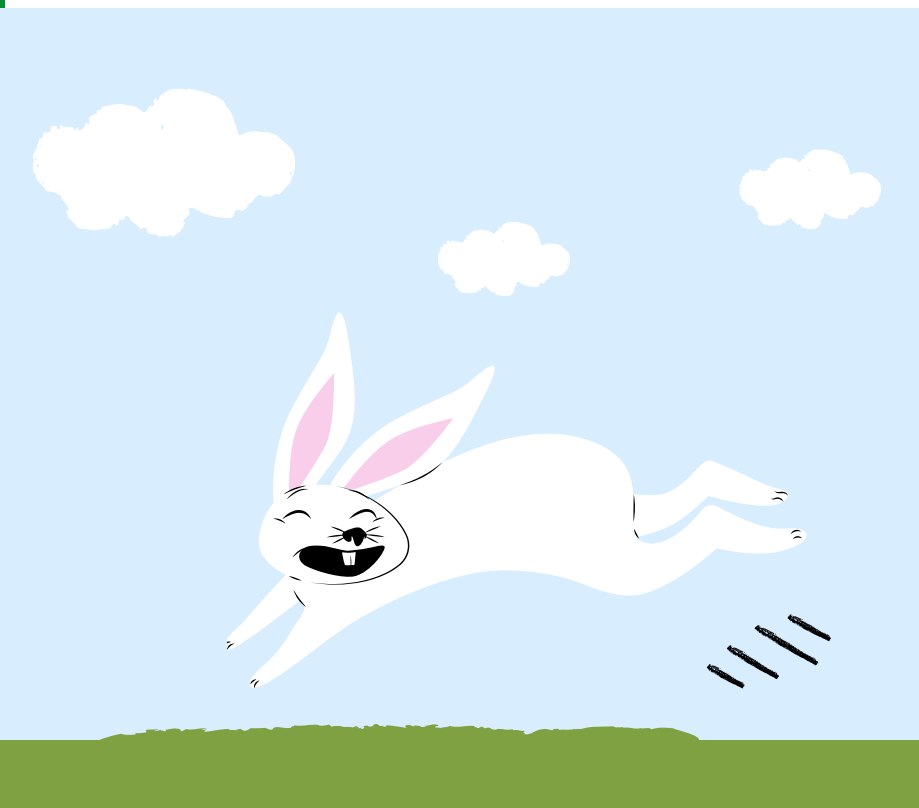
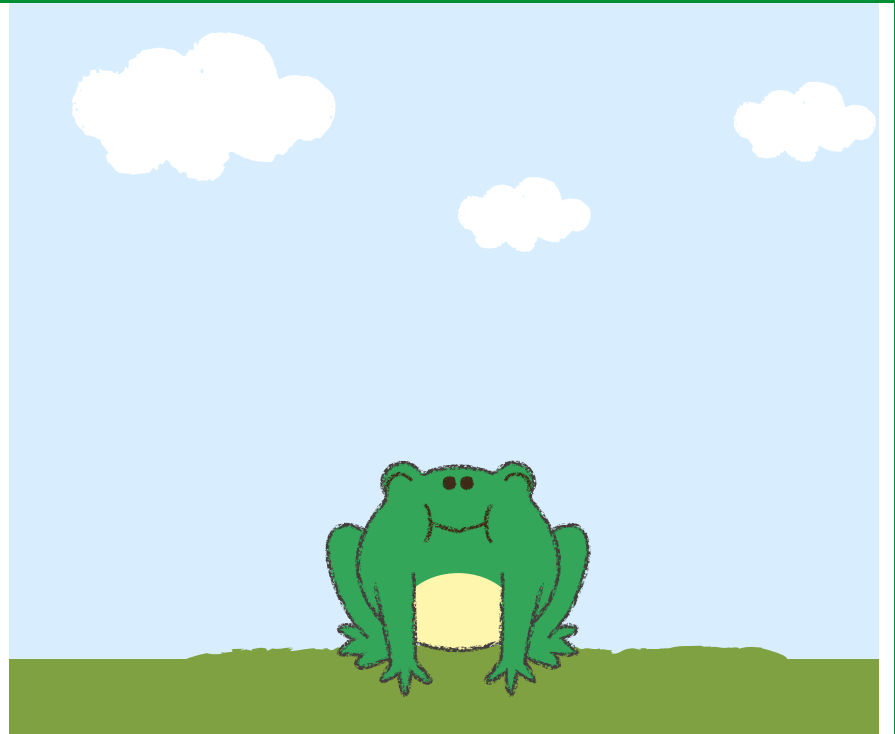
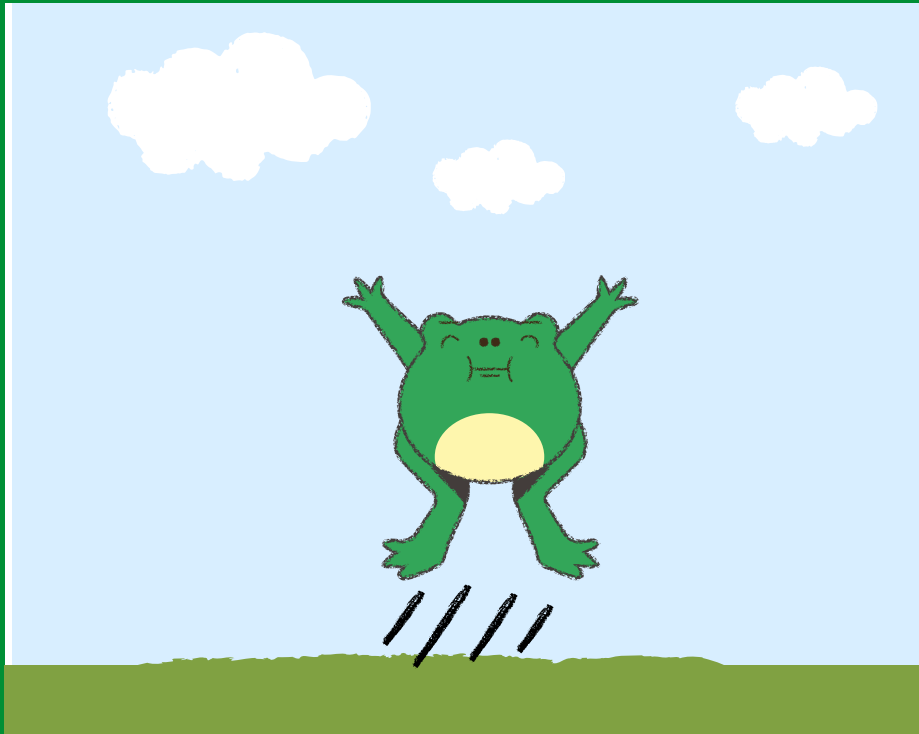
Você Sabe o que é um salto??

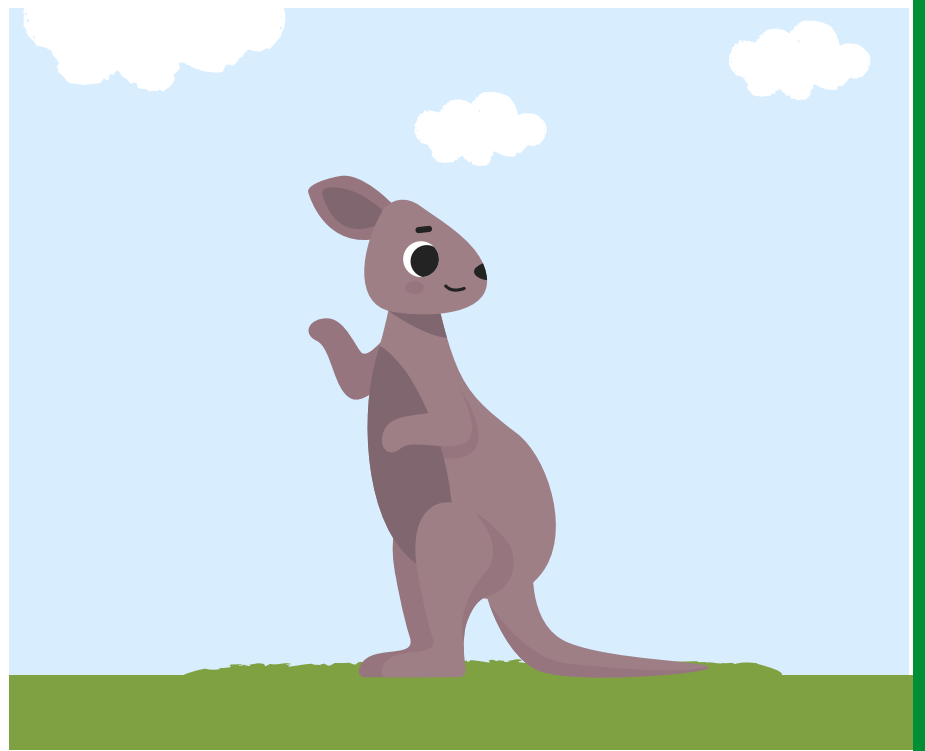
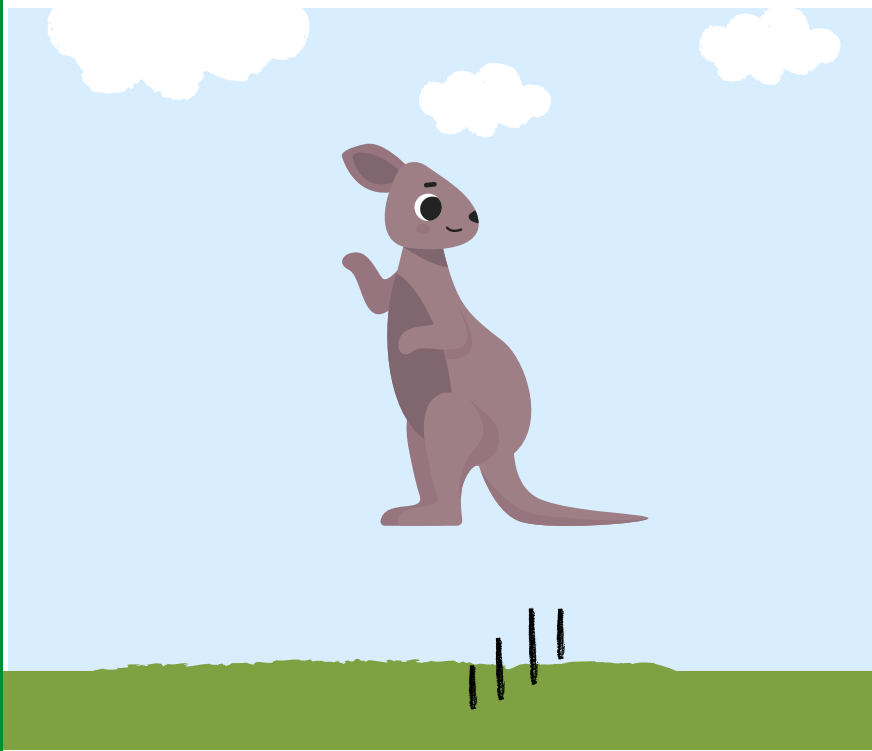
É o movimento de pular, tirar os pés do solo e deixar o corpo no ar.

Existem vários tipos de saltos

Um exemplo é como alguns bichos conseguem fazer







Muito bem!!
É divertido não é? Nós
consequimos fazer
todos esses saltos.



Sabia que um
praticante de parkour
faz esses saltos
durante a prática?



Pois é, ele
tem que
fazer para
se deslocar
e desviar
de
obstáculos.



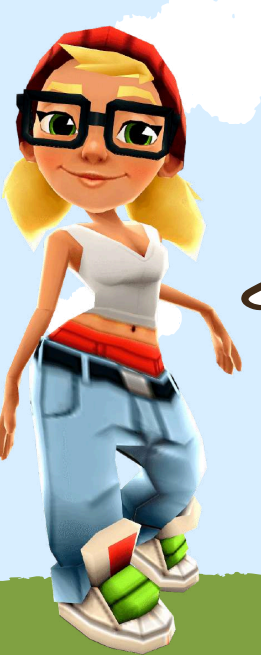
Equilíbrio

A cartoon girl with blonde hair, wearing a red headband, black-rimmed glasses, a white tank top, blue jeans, and green sneakers with red accents. She is standing on a green grassy field with a blue sky and white clouds in the background. A green tree is on the left.

Oii, que legal te ver de novo por aqui!

A cartoon girl with blonde hair, wearing a red headband, black-rimmed glasses, a white tank top, blue jeans, and green sneakers with red accents. She is standing on a green grassy field with a blue sky and white clouds in the background. A green tree is on the left.

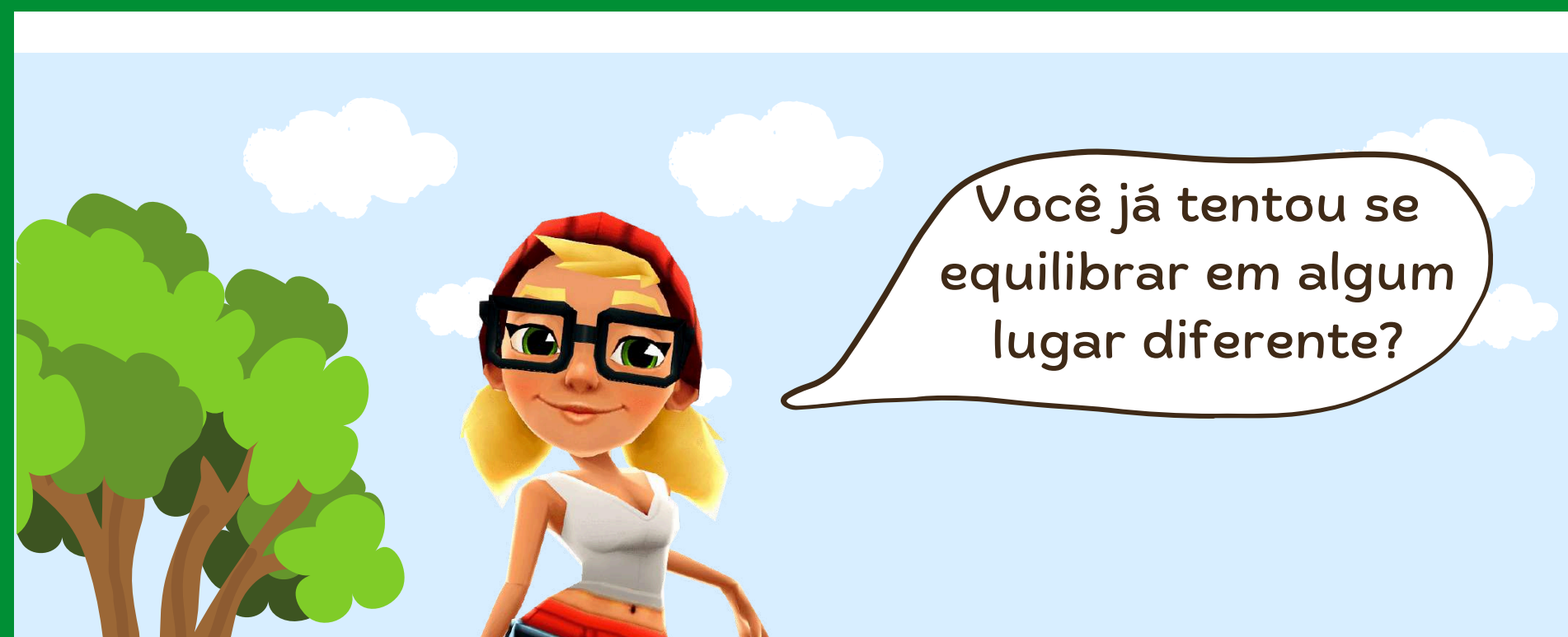
Você sabe o que é equilíbrio? hoje vou falar sobre ele.

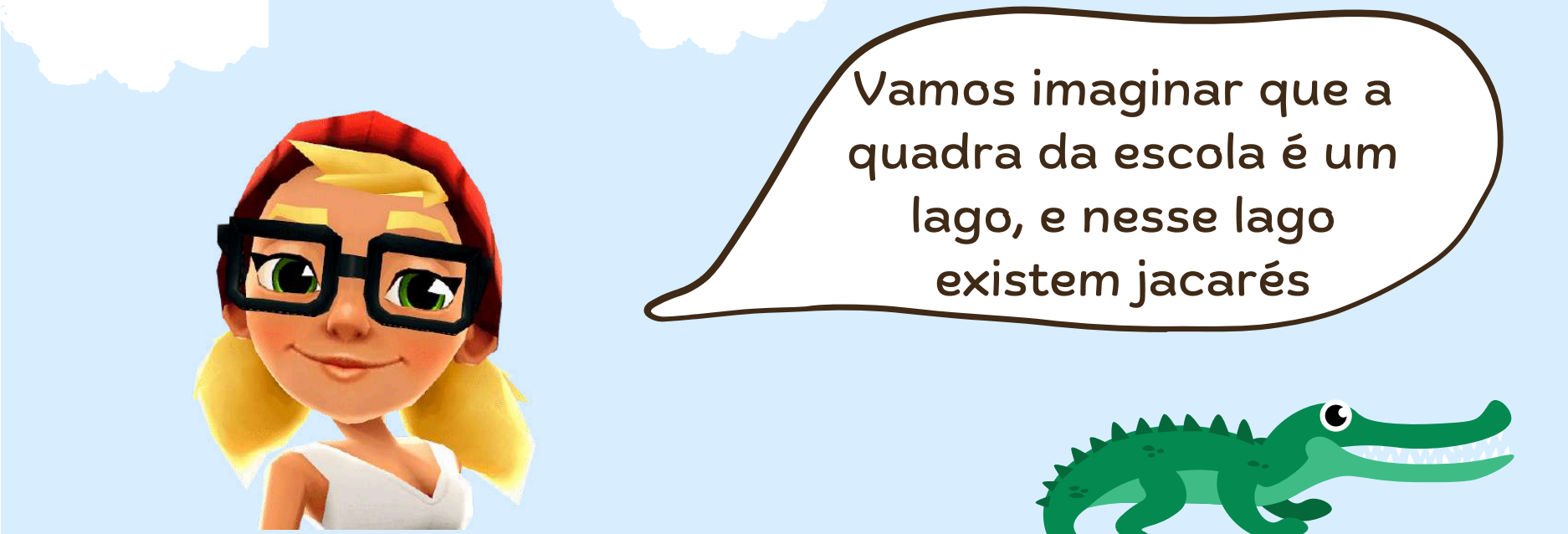
A cartoon girl with blonde hair, wearing a red headband, black-rimmed glasses, a white tank top, blue jeans, and green sneakers with red accents. She is standing on a green grassy field with a blue sky and white clouds in the background. A green tree is on the left.

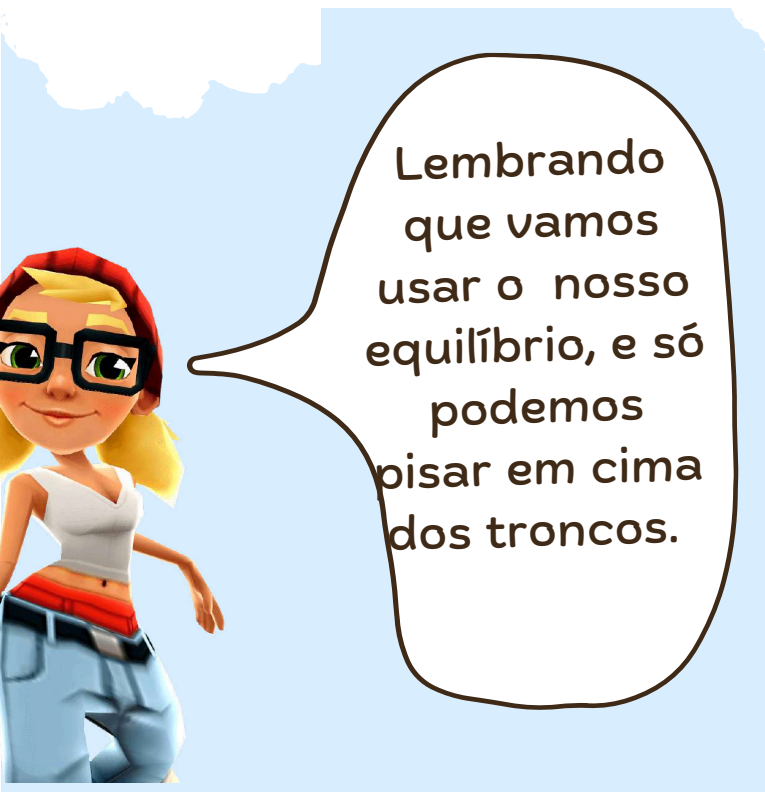
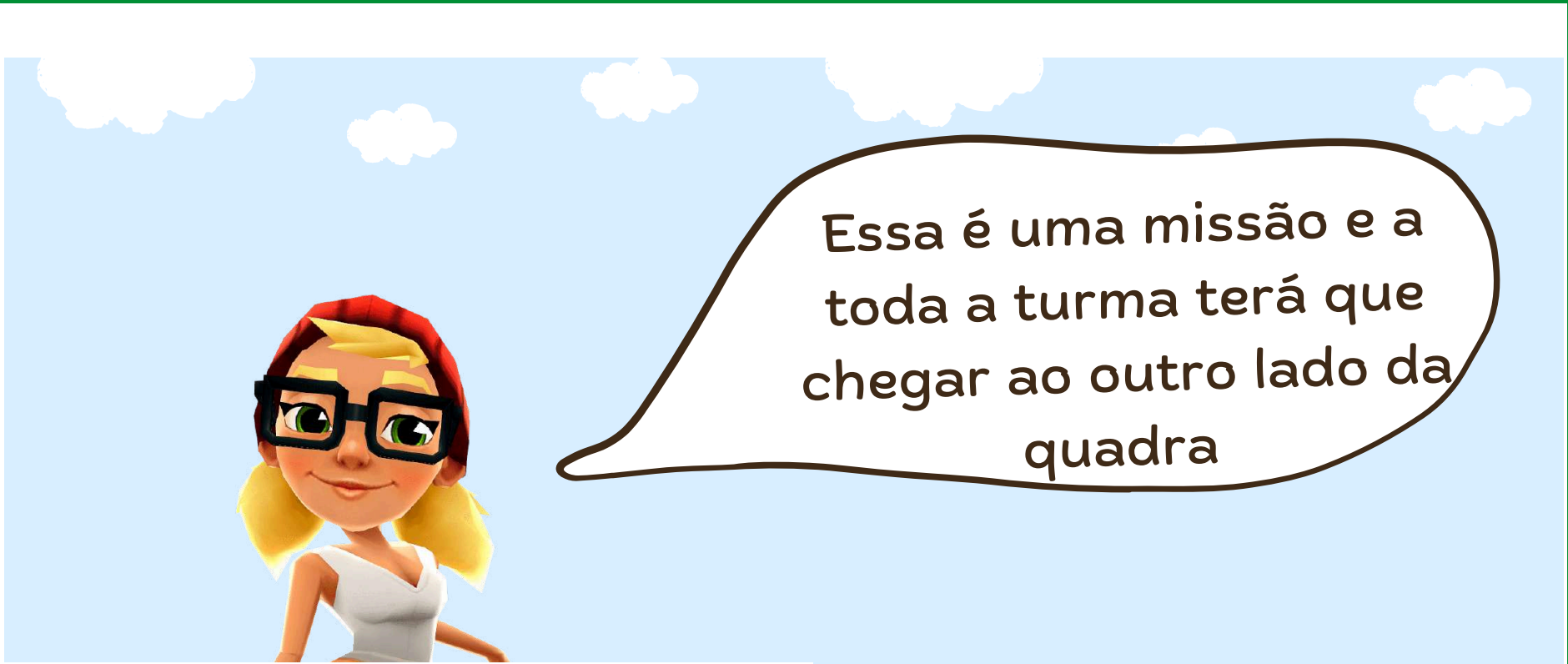
Sempre que andamos, corremos ou pulamos precisamos do equilíbrio

A cartoon girl with blonde hair, wearing a red headband, black-rimmed glasses, a white tank top, blue jeans, and green sneakers with red accents. She is standing on a green grassy field with a blue sky and white clouds in the background. A green tree is on the left.

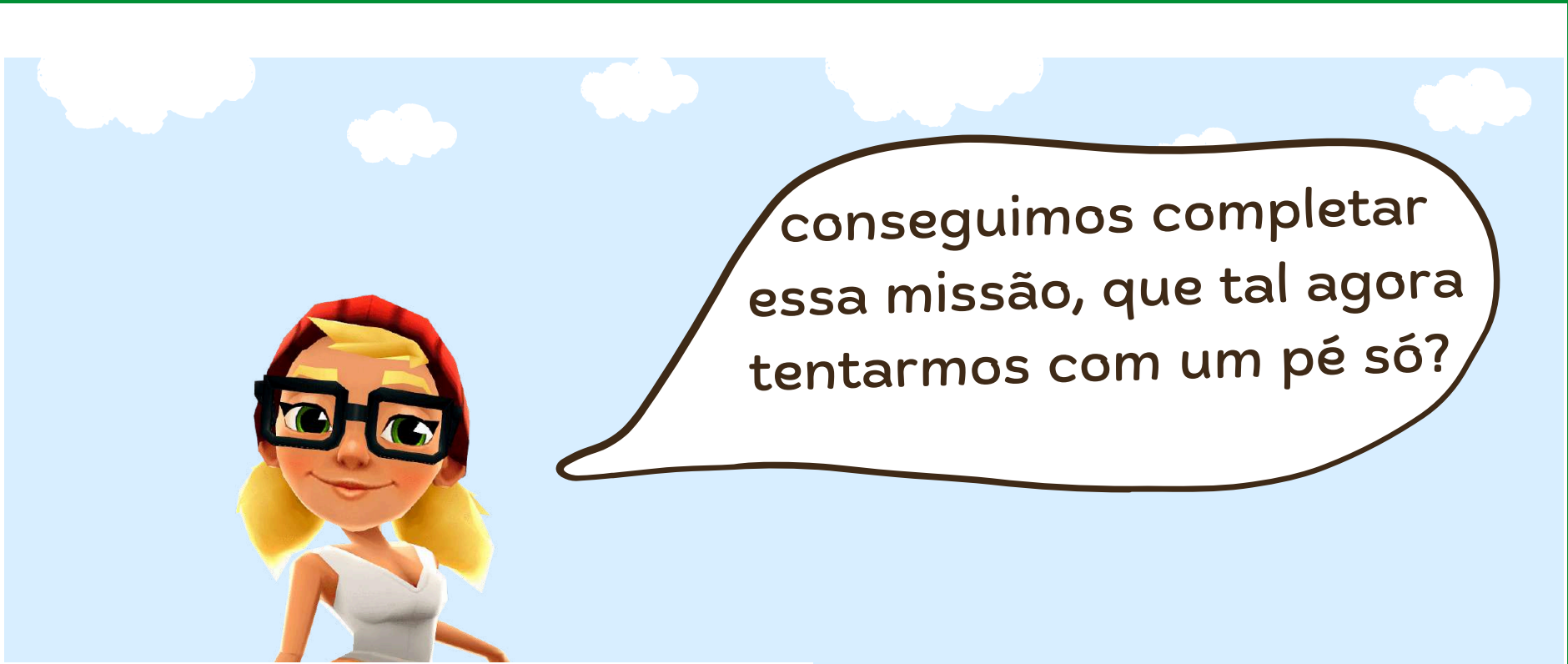
Ou quando estamos até mesmo brincando, ou sentados na hora da aula.













Nossa, aprendemos
muito sobre o
equilíbrio hoje.

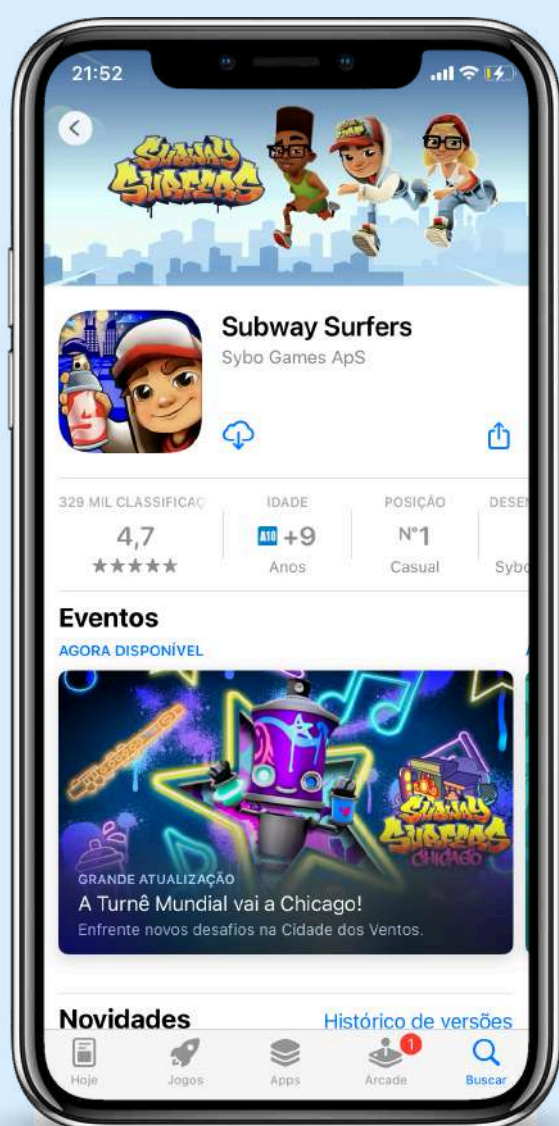
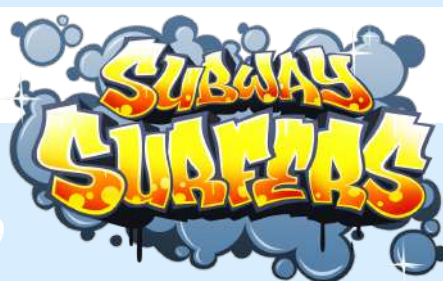


Agora que passamos pelas
missões, desenhe aqui em
baixo o que mais gostou

COLOCANDO NO PAPEL



Eu e meus amigos
temos um jogo muito
legal, com vários
movimentos



Se quiser jogar com a gente, é só
baixar no celular “Subway
surfers”, peça ajuda para seu
responsável.

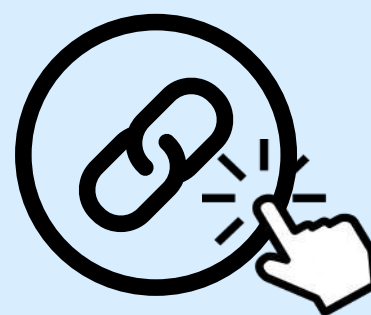




Para facilitar você pode ler
o QR code a baixo com a
câmera do celular para
baixar nosso jogo



E se precisar de
ajuda é só acessar
esse tutorial.



Ficamos por aqui, espero
que tenham gostado!!



FIM.



PREVENÇÃO DE ACIDENTES



Oi, eu sou o Jake!
E eu sou muito bom em
desviar de obstáculos.



E como eu sei que você
gosta de grandes
aventuras com muita
emoção.



Eu vou mostrar alguns
truques para que você
não se meta em uma
confusão.



Vou chamar meu amigo
ninja para ajudar a gente.



Olá, hoje vou ensinar o básico para você prevenir de se machucar ou machucar o colega sem querer! Primeira lição nunca empurrar o colega, ele pode se desequilibrar e cair.



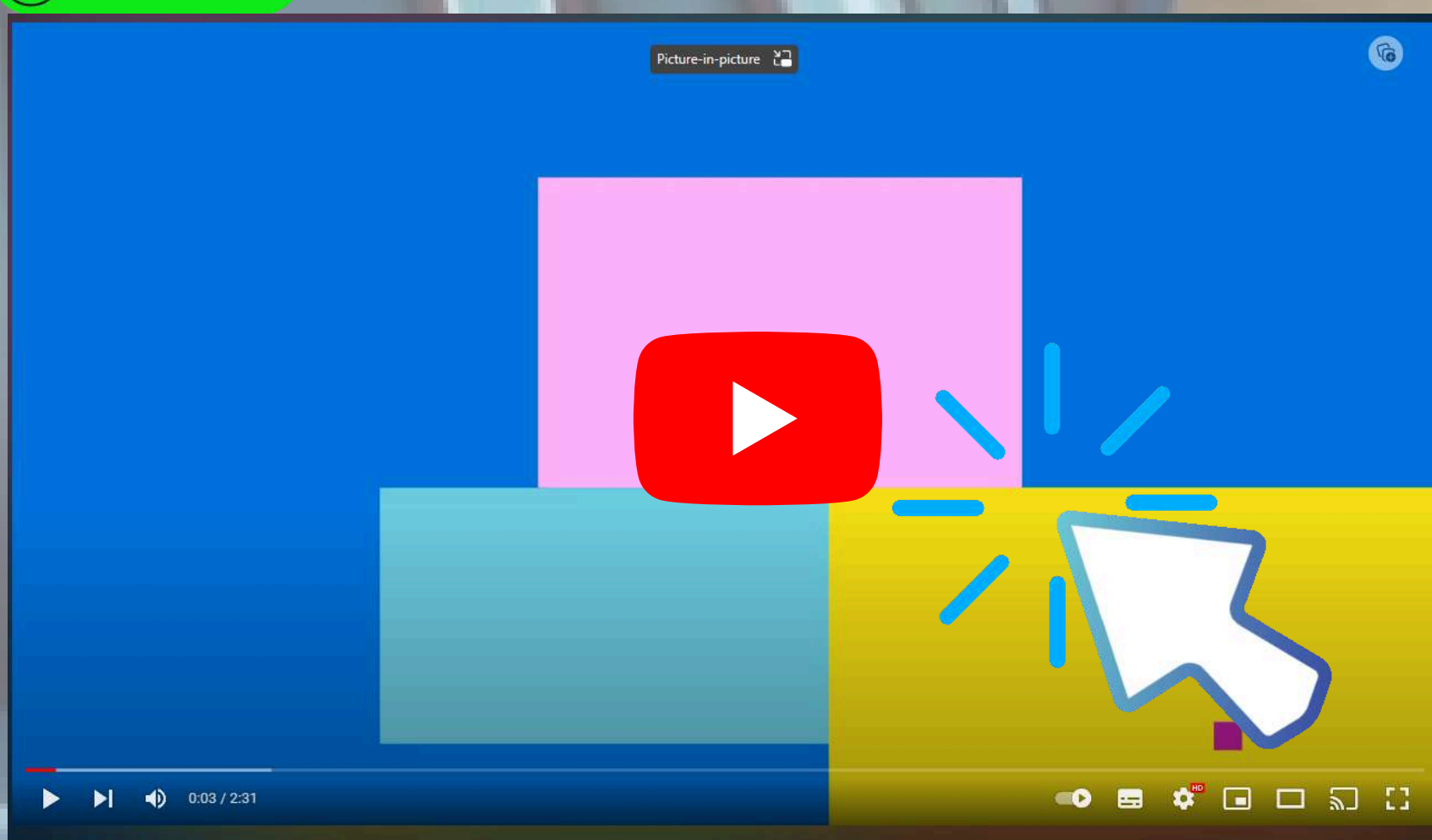
Nós temos que tomar cuidado quando correr e saltar, sempre devemos apoiar os dois pés quando chegar no chão.



Outra coisa muito importante é saber fazer o rolamento, vocês sabem o que é rolamento?



ME ESCANEIE





LEGAAAAL!

Agora você já sabe como fazer o rolamento, tente praticar em cima de lugares macios, como um COLCHÃO.



Mas você sabe, que em uma grande aventura, cair é algo normal, eu até perdi as contas de quantas vezes eu já caí.



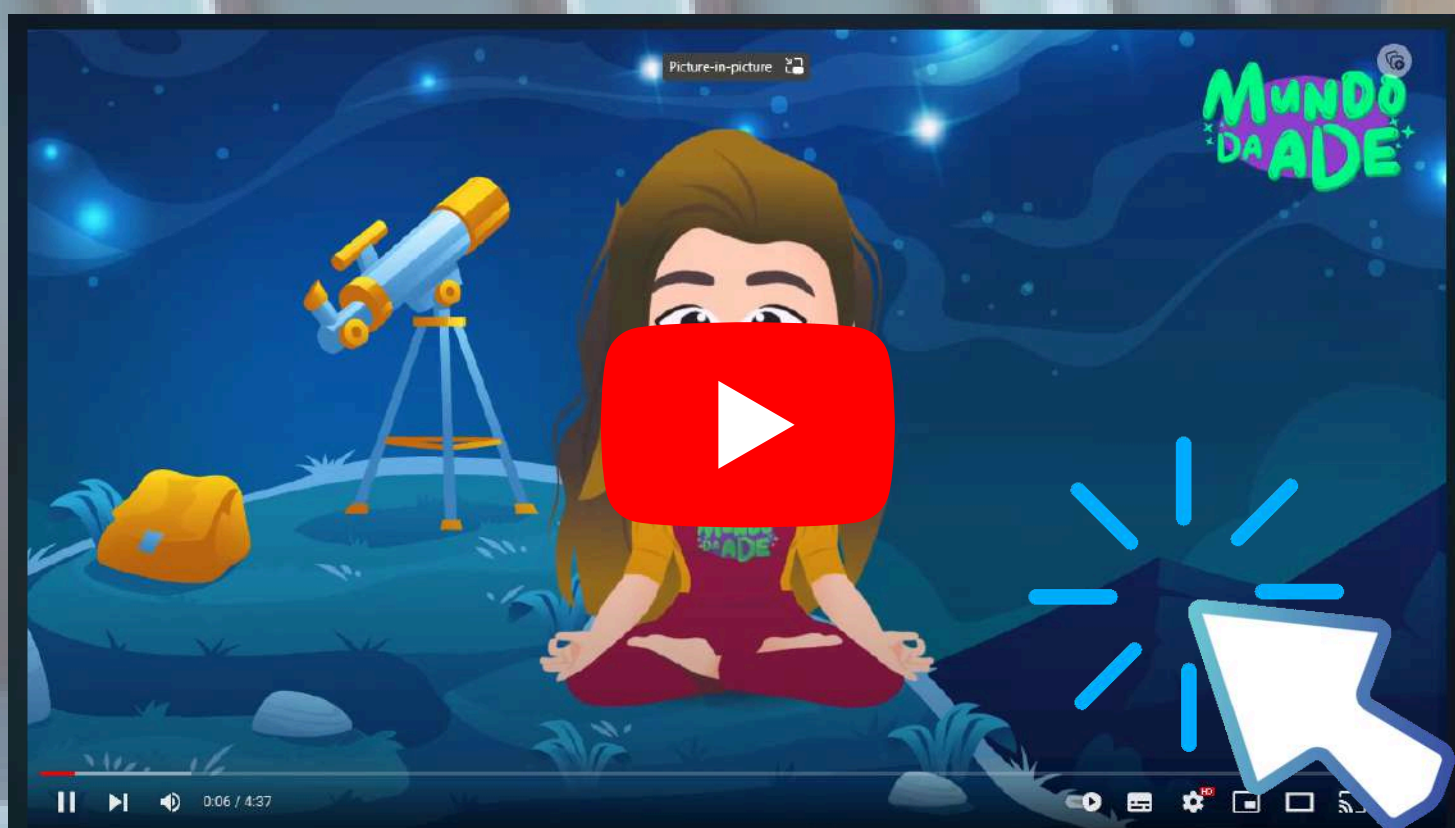
Mas mesmo sendo normal devemos aprender a cair para não machucar na queda. Vou deixar uns vídeos para você ver o jeito certo de cair.



Legaaaaal! Faça em cima de lugares macios como o COLCHÃO. Depois disso preciso que você sente no chão ou na cama de forma confortável, e...



Vou deixar um videozinho da Ade aqui e se você quiser você pode colocá-la para ouvir enquanto pensa sobre a importância do você aprendeu hoje.





Agora eu quero saber de você, o que achou da preparação para a sua aventura e o que você aprendeu com esses movimentos?

ESCREVA OU DESENHE O QUE VOCÊ APRENDEU

HISTÓRIA DO INICIO PARKOUR

Olá! Eu sou a Miss Maia! E quero contar um pouco da História do Parkour para você!



Sabia que o parkour começou sendo usado por Bombeiros?! Sim, seus movimentos foram passados por Raymond Belle.

E ele ensinou para seu filho David Belle, que o transformou no Parkour que conhecemos hoje em dia.



Aqui está
uma
sugestão de
vídeo para
entender
melhor sobre
a origem do
Parkour.



A character from the game Subway Surfers is running on train tracks at night. The character is wearing a yellow hoodie with pink polka dots, blue pants, and pink shoes. They have a grey and purple mask covering their mouth and nose. The background shows a city street at night with buildings, trees, and a red and white striped barrier. Several gold coins with star patterns are floating in the air. A speech bubble is positioned above the character, and a text box is at the bottom.

Os Bombeiros usavam os movimentos do parkour quando tinham que entrar em casas, prédios e outros lugares com incêndios.

Mas é muito importante que tenham cautela durante todas as suas ações, para não se machucarem.

Eles saltam de um lugar para o outro, desviam do fogo, são espertos e se equilibram.



E também apagam os fogos que causaram os incêndios.

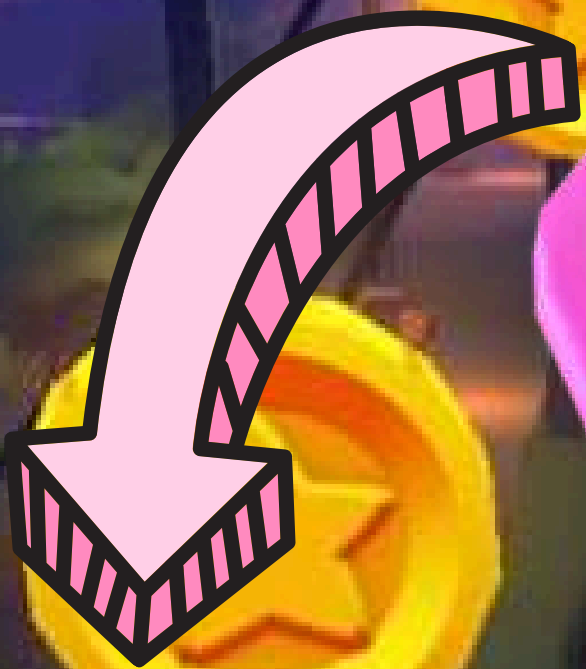




Que tal imaginar que
você é um bombeiro e
que tem que apagar
um incêndio!?

Use brinquedos, amigos ou sua
família para fingir ser o fogo. E
quando encostar sua mão neles,
deixaram de ser fogo e passaram
a ser seus ajudantes.

Aqui está uma sugestão para Você! Assista com seu responsável e se inspire!



Picture-in-picture

ATIVIDADE DE HOJE

0:03 / 2:49

⏮ ⏪ 🔊 0:03 / 2:49 ⏩ ⏭ ⚙ 📱 🔴 📶 🖥



Não se esqueça de tentar
fazer alguns movimentos
básicos, logo abaixo tem
uma inspiração para vocês.

Vamos
começar!?
Até mais!



Curiosidades

Olá galerinha eu sou a
Ella e tenho mais
novidades para vocês!



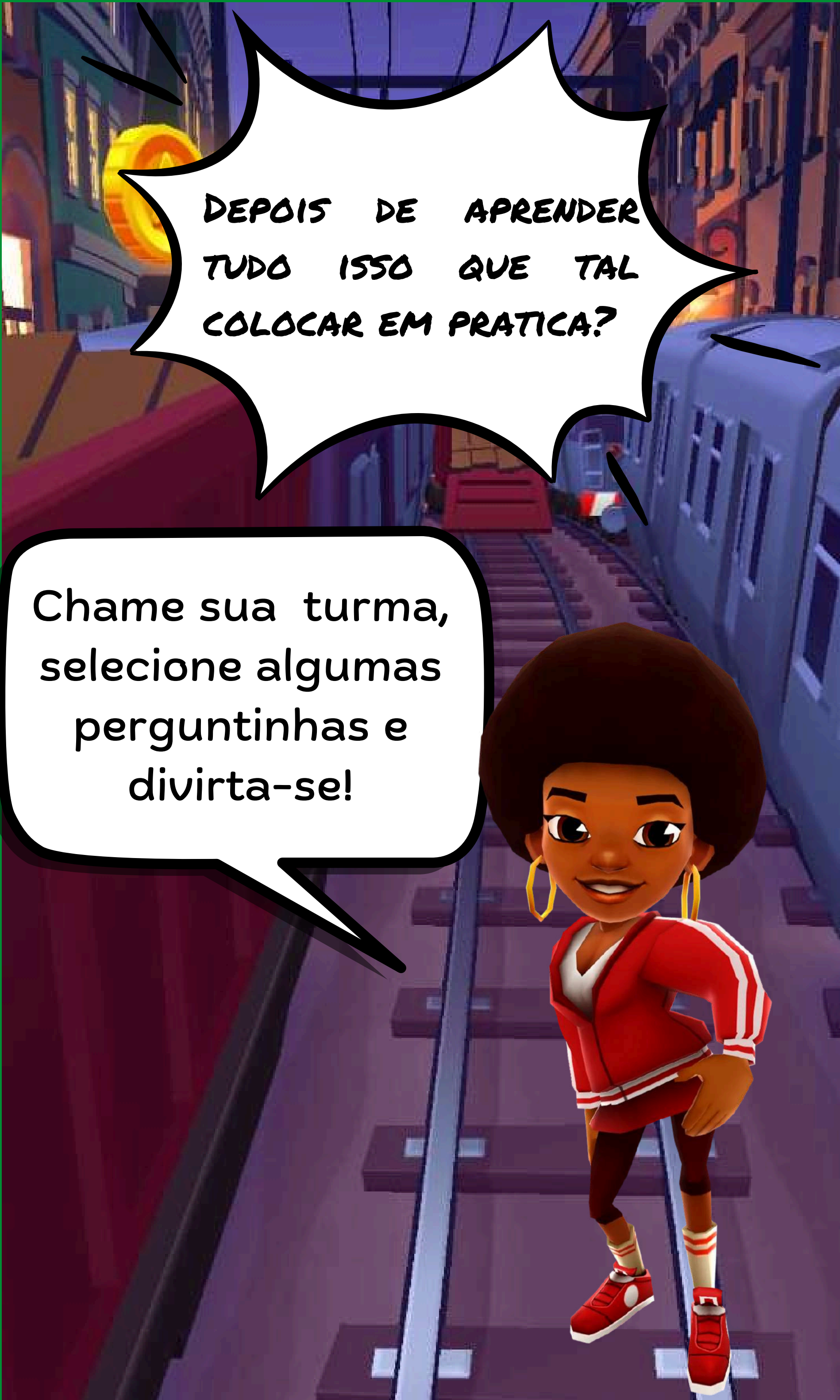


O parkour é um esporte, que valoriza a liberdade de movimento. Sendo as principais técnicas os saltos, giros e rolamentos.

As habilidades necessárias para praticar incluem força, flexibilidade, agilidade, equilíbrio, controle mental e tomada de decisões rápidas.

Além disso, pode ser praticado em parques urbanos e até florestas. E pessoas de todas as idades podem praticar.





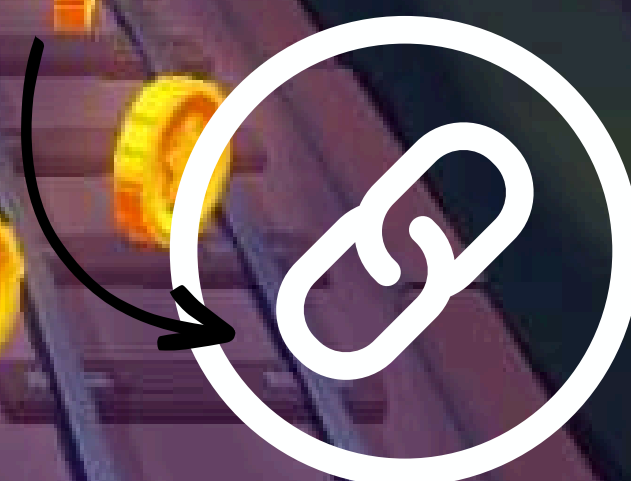
DEPOIS DE APRENDER
TUDO ISSO QUE TAL
COLOCAR EM PRATICA?

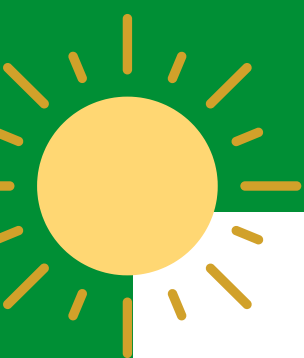
Chame sua turma,
selecione algumas
perguntinhas e
divirta-se!

Descubra se aprendeu
tudo sobre o parkour no
Teste abaixo e divirta-se!
Até mais!

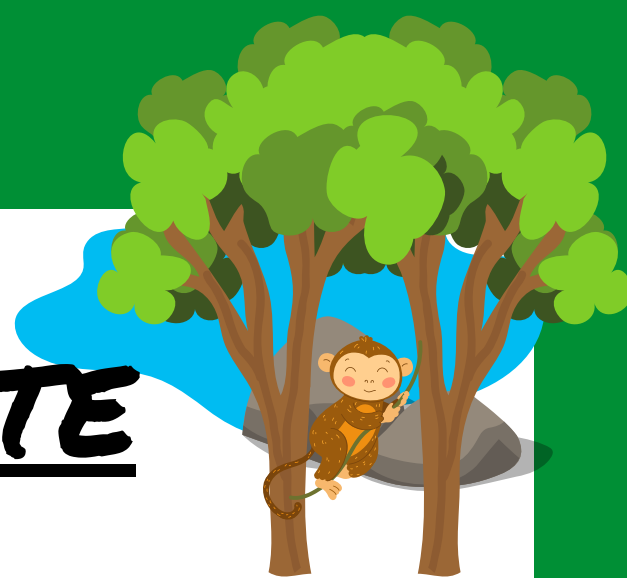


Ou clique aqui





MEIO AMBIENTE



Olá, eu sou o Dino e gosto bastante da natureza.

Vocês sabe diferenciar o espaço urbano da natureza?



A blue penguin is running away from the viewer on a set of train tracks at night. The tracks are made of wooden planks and metal rails, receding into the distance. In the background, there are city lights, a bridge, and a large blue circular light structure. Two speech bubbles are overlaid on the image.

Vamos lá, agora eu vou entrar no espaço urbano.

O ambiente urbano é onde a gente mora. Tem carros, casa, prédios, etc.



Aqui no espaço urbano não é o lugar de animais que vivem na natureza, pois aqui é muito perigoso para eles.

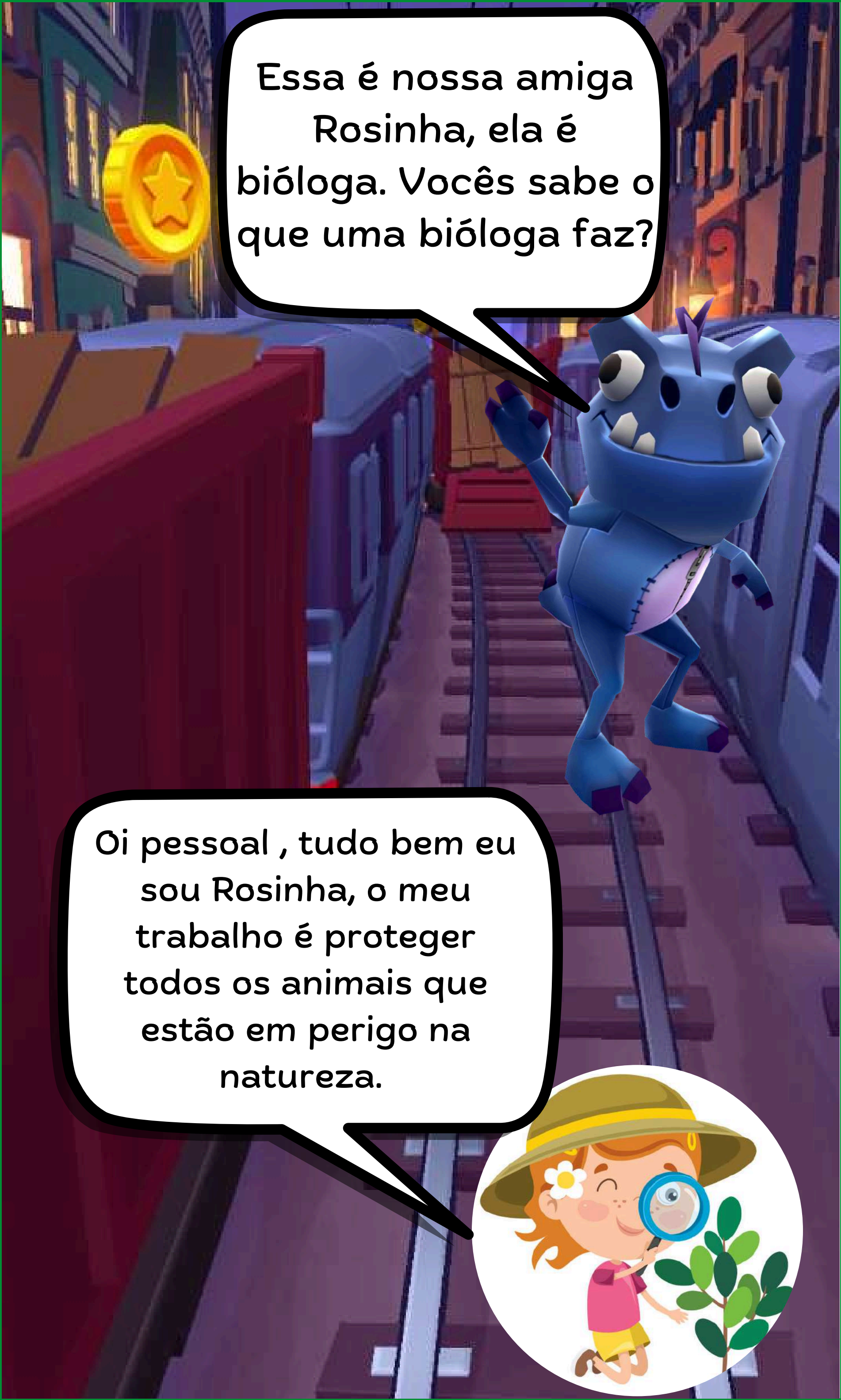
NOOOSSA!!! Vocês estão vendo quem que é aquele ali no poste? É o Mico, o que ele está fazendo aqui? O lugar dele é na natureza.



Oi, eu sou o mico
estou perdido aqui
na cidade, eu tive
que sair correndo
lá da natureza.

Lá onde vivo esta
com muito lixo e tem
caçadores lá, vocês
poderiam me ajudar.

Vamos ajudar o
Mico. Eu tenho uma
amiga bióloga que
vai poder proteger
ele.



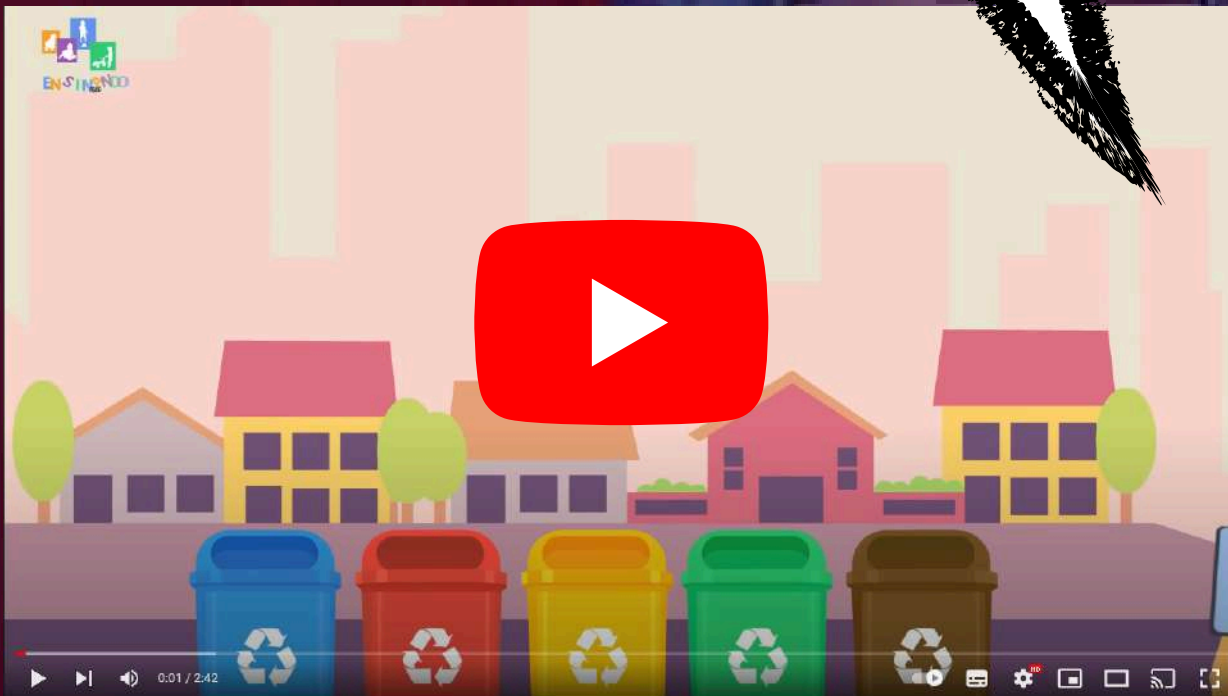
Essa é nossa amiga
Rosinha, ela é
bióloga. Vocês sabe o
que uma bióloga faz?

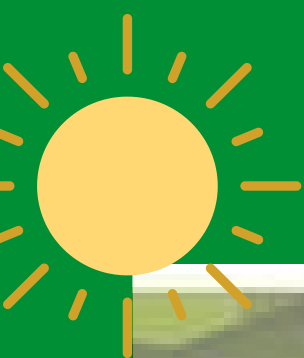
Oi pessoal , tudo bem eu
sou Rosinha, o meu
trabalho é proteger
todos os animais que
estão em perigo na
natureza.



Outro jeito de ajudar
nosso amigo Mico é
jogando o lixo no lugar
correto. Vocês sabem
onde descartar os lixo?

Os lixos devem ser jogados de
acordo com as lixeiras
corretas. Agora tem um vídeo
para ensinar vocês a jogar o
lixo em sua devida lixeira.





Oi galerinha, muito obrigado por me ajudar, agora estou voltando pra minha casa, a natureza.

Agora vamos voltar pra natureza e ver como ela e o nosso amigo Mico está.



VAMOS BRINCAR

Pega Caçador

Olá, agora que já sabemos o que um biólogo faz, podemos brincar em casa.

Para brincar precisa de dois ou mais amiguinhos, um caçador, um biólogo e outro animal.

Disso, já pode brincar sendo que o caçador pega o animal e o biólogo salva.

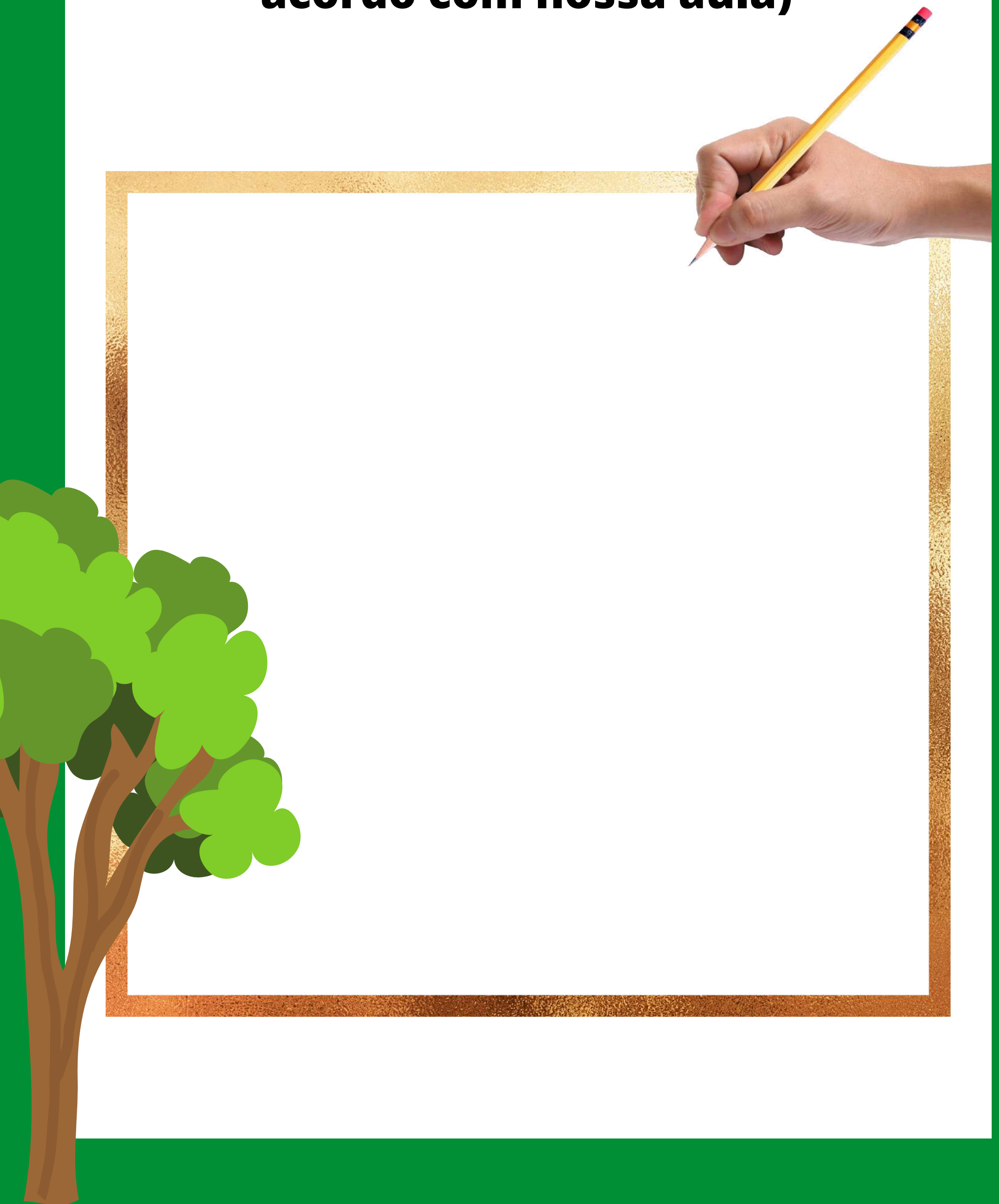
Daí é só se divertir está preparado.



PARA CASA

NO CAMINHO DE VOLTA PARA A CASA.

Desenhe o seu caminho de volta pra casa. (observando o que está errado de acordo com nossa aula)





O CIRCUITO FINAL



Beleza, estamos quase chegando ao fim da nossa aventura, agora você já conhece quase tudo sobre o Parkour!

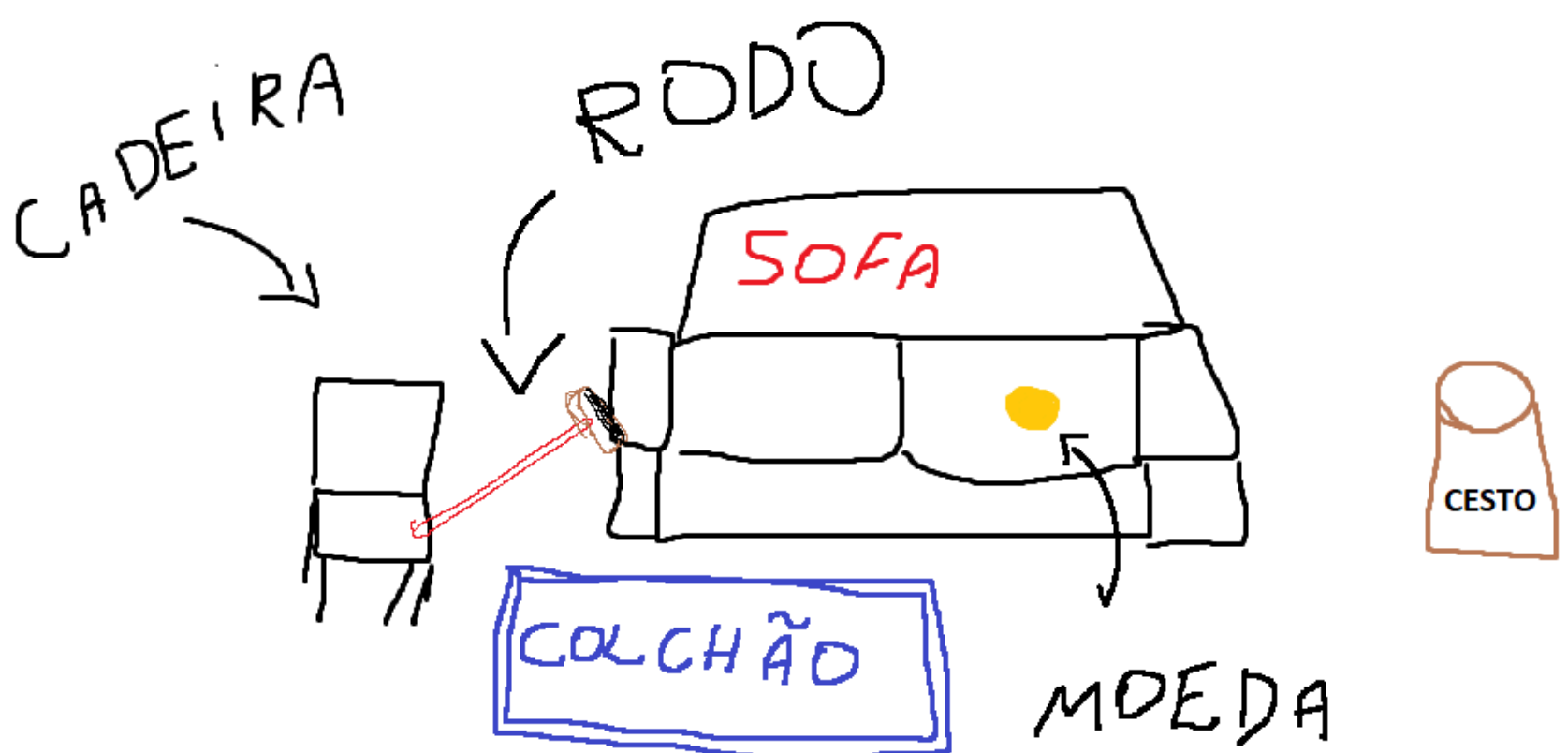


Você já sabe como são os obstáculos, e como deve passar por eles, agora use a sua imaginação e desenhe como você gostaria do seu circuito de obstáculos.



Por exemplo, o meu ficou assim:

O CIRCUITO DO JAKE



Eu subo na cadeira, desço, passo com rolamento debaixo do rodo, subo no sofá pego a moeda e jogo no cesto. Eu coloquei o colchão claro pra se caso eu cair eu pulo no colchão.



Agora é a sua vez de desenhar o seu circuito e ir atrás dos matérias para montar ele.
Vamos lá?



Desenhe o seu circuito e explique como vai ser, mas também pense na segurança de quem vai fazê-lo.

DESENHE E EXPLIQUE O SEU CIRCUITO

A large, empty rectangular area with a thick, textured gold border. This area is intended for the student to draw their circuit and provide an explanation.



Parabéns, você agora é Subway Surfer, adorei te conhecer e mostrar um pouco sobre o parkour.



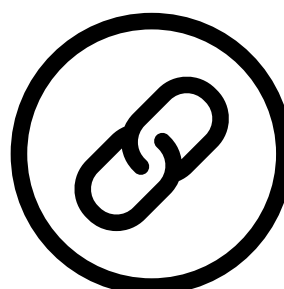
Mostre esse livrinho para a sua família ou amigos e peça ajuda a eles para você me contar o que achou do nosso conteúdo.



Logo abaixo terá um link com algumas perguntas, que será bem rapidinho, nos conte a sua opinião.

Muito obrigado e até mais!

CLIQUE AQUI



■
DOWNLOAD CONCLUÍDO

