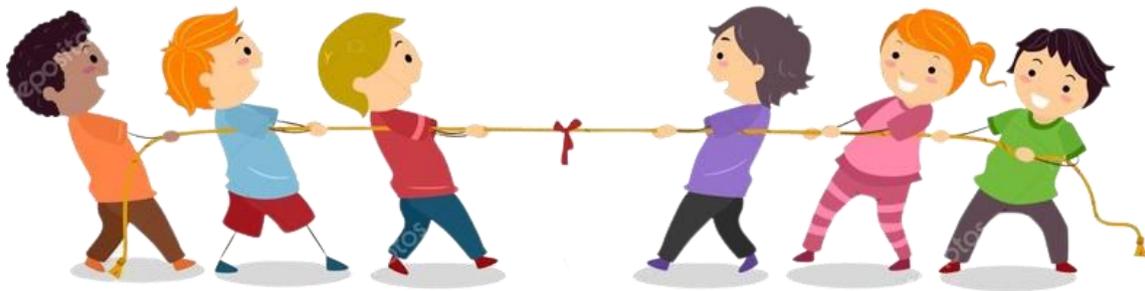


**SEQUÊNCIA DIDÁTICA DO CONTEÚDO DE LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR NO UNIVERSO DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E
TECNOLÓGICA**



ELABORAÇÃO:

JACKSON ISRAEL LIMA DE OLIVEIRA

ORIENTADOR:

PROF. DR. ANDRÉ SUÊLDO TAVARES DE LIMA

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL
E TECNOLÓGICA (PROFEPT)



INSTITUTO FEDERAL DE ALAGOAS
CAMPUS BENEDITO BENTES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL
E TECNOLÓGICA (PROFEPT)

JACKSON ISRAEL LIMA DE OLIVEIRA

**SEQUÊNCIA DIDÁTICA DO CONTEÚDO DE LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR NO UNIVERSO DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E
TECNOLÓGICA**

MACEIÓ 2023

O48s

Oliveira, Jackson Israel Lima de.

Sequência didática do conteúdo de lutas na educação física escolar no universo da educação profissional e tecnológica / Jackson Israel Lima de Oliveira. – 2024.

23 f. : il.

Produto Educacional da Dissertação - Organização curricular para a inclusão do conteúdo de lutas no contexto da educação profissional e tecnológica (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) Instituto Federal de Alagoas, Campus Avançado Benedito Bentes, Maceió, 2024.

1. Ensino. 2. Educação Profissional - Tecnológica. 3. Sequência Didática
4. Produto Educacional. I. Título.

CDD: 370

SUMÁRIO

1 APRESENTAÇÃO	5
2 AS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	9
3 SEQUÊNCIA DIDÁTICA DE ENSINO DE ENSINO DO CONTEÚDO DE LUTAS NA EPT	10
4 DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES PROPOSTAS DA VIVÊNCIA PRÁTICA DO CONTEÚDO DE LUTAS	13
5 ORIENTAÇÕES E DICAS AOS PROFESSORES	19
6 PROPOSTAS DE ATIVIDADES AOS PROFESSORES	21
7 REFERÊNCIAS	22

1 APRESENTAÇÃO

Este E-book com um guia didática pretende se constituir como um material de apoio ao ensino do conteúdo de lutas nas aulas de educação física, envolvendo elementos didáticos-pedagógicos, históricos e culturais. Seu processo de construção se deu a partir da dissertação de mestrado denominada: SEQUÊNCIA DIDÁTICA DO CONTEÚDO DE LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO UNIVERSO DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA, desenvolvida em uma realidade de escola de ensino público no IFAL campus Murici, com uma turma do 2º ano de agroindústria do ensino médio de autoria de Jackson Israel Lima de Oliveira e sob a orientação do professor doutor André Suêlto Tavares de Lima.

De modo a situar o processo de construção deste produto educacional, gostaria de dizer que iniciou de uma conversa com o professor Maurício Ricardo, onde ele falou da dificuldade de lecionar o referido conteúdo. Com isso, feito as pesquisas iniciais, percebemos que essa dificuldade não se referia apenas a ele, mas uma boa parte dos docentes da área e por diversos motivos.

Assim, nasceu a ideia de criar uma sequência didática do conteúdo do ensino de lutas, com o intuito de subsidiar para que os docentes dos IFs, possam melhor compreender o fenômeno do ensino de lutas nas aulas de educação física, auxiliando no processo de ensino e de aprendizagem, além de sua importância na formação omnilateral dos educandos.

Os conteúdos, objetivos e propostas educacionais da educação física modificaram com o passar dos anos e toda essa mudança influenciou principalmente as práticas pedagógicas, diversos conteúdos passaram a fazer parte aos longos dos anos e a depender da tendência pedagógica. Assim, no início de sua inserção no universo escolar, por meio da LDB de 1971, a disciplina esteve pautada pela prevalência de conteúdos ligados estritamente às práticas corporais com caráter higienista e tecnicista, a partir dos anos de 1980, em meio ao processo de redemocratização, surge o que Soares et al. (1992), denominaram de Movimento Renovador da Educação Física.

Na educação física um dos conteúdos mais importantes na matriz curricular são as Lutas, conhecer os princípios presentes nelas e algumas de suas diferentes modalidades, fazem desse conteúdo um campo rico de conhecimento na formação integral dos educandos.

Nesse sentido, quando falamos de conteúdos, estamos falando de conceitos, fatos, ideias, métodos, habilidades, entre outros. É preciso lembrar que, ao longo da história da educação, determinados tipos de conteúdo, sobretudo aqueles relativos a fatos e conceitos, tiveram e ainda têm uma presença desproporcional nas propostas curriculares (Coll et al. 2000, Zabala 1998).

Ainda de acordo com Zabala (1998, pg. 30). Há uma tentativa de ampliar o conceito de conteúdo e passar a referenciá-lo e passar a referenciá-lo como tudo quanto se tem que aprender, abrangendo não apenas as capacidades cognitivas, mas incluindo as demais capacidades. Diante disso, dentro da educação física devemos ampliar e diversificar os conteúdos trabalhados nas aulas, para tentar levar um ensino de qualidade e potencializar o processo de aprendizagem e principalmente alcançar uma educação física de qualidade.

Nesse sentido, a omissão do conteúdo de Lutas faz com que a Educação Física escolar ofereça uma formação limitada, já que negligencia um conteúdo de grande relevância na cultura do movimento. As Diretrizes Curriculares Nacionais preveem o ensino das lutas nas aulas de Educação Física, nas etapas do ensino fundamental e do ensino médio, mesmo assim ainda são pouco vistas nas aulas. Os professores de educação física devem utilizar o bloco de conteúdos propostos na BNCC (Base Nacional Comum Curricular) da Educação Física, no que se refere à prática das lutas no contexto atual da educação física escolar. O conteúdo de lutas se apresenta dentro da educação física escolar como um dos que tem mais resistência.

Diante deste contexto, as lutas têm sido pouco exploradas no âmbito escolar e poderia ter uma ênfase maior em busca de uma aprendizagem eficaz e significativa. Assim, é necessário ressignificar os conteúdos de lutas para que elas possam contribuir de forma efetiva na construção da cultura corporal de

movimento dos educandos do ensino médio integrado visando uma formação omnilateral.

As lutas devem servir como ferramenta de auxílio pedagógico ao profissional de educação física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-sociocultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência (FERREIRA, 2006, p. 37). Dessa forma, as lutas são um dos esportes mais antigos do mundo, tendo-se registros em diversos países orientais e em desenhos de até 15 mil anos encontrados em grutas francesas.

Encontramos alguns estudos que apontam alguns argumentos os quais procuram justificar a ausência das lutas nas aulas de EFE, entre eles: infraestrutura inadequada, falta de espaço, material e vestimenta inadequados; falta de conhecimento e aproximação com tal conteúdo durante a formação acadêmica e, sobretudo pela associação às questões de violência.

Um estudo realizado por Fonseca; Franchini (2013, p. 413) em âmbito nacional apontou que 68% dos professores de EFE entrevistados não trabalhavam o conteúdo Luta nas aulas de EFE, entre os principais motivos estão: a falta de material 20%; falta de instrução 46,25%; falta de capacitação depois da formação 13%, 8%; ausência de especialista colaborador 11,25% e aumento da violência dos alunos 8,7%. Dentre os professores que trabalhavam o conteúdo Luta na EFE (32%), quando questionados como o conteúdo era abordado, 71,4% relataram que utilizavam atividades lúdicas, enquanto 14,3% utilizavam a ajuda de um especialista. Os professores que utilizaram a ajuda de um especialista justificaram que não se sentiam preparados para tal conteúdo durante a formação.

A didática com o tema lutas precisa levar em consideração a perspectiva de explorar todas as dimensões do conteúdo, que segundo Coll e colaboradores são três: a dimensão conceitual (o que se deve saber?); a dimensão procedimental (o que se deve saber fazer?), e a dimensão atitudinal (como se deve ser?). Segundo Araújo e Rocha (2007, p.185). A proposta pedagógica da escola sustenta-se apenas no enfoque do “fazer por fazer” ou mesmo “do fazer algo” para justificar a existência das aulas de Educação Física. Darido (2005, p.

66), comprovou que professores de Educação Física do ensino médio e fundamental não trabalham o conteúdo de lutas numa dimensão conceitual no ambiente escolar.

O conteúdo lutas se bem organizado, planejado e estruturado numa sequência pedagógica adequada, cria um leque de possibilidades que os educandos conheçam conceitos sobre a história, regras, fundamentos filosóficos, respeitos, das principais lutas e ainda podem vivenciar, praticar, participar de modo simples e lúdico os movimentos e gestos técnicos desse conteúdo tão rico a ser explorado.

Segundo Coletivo de autores (1992, p.19), a metodologia para o ensino desse tema da cultura corporal na Educação Física escolar deve ser entendida como uma das formas de apreensão do conhecimento específico da Educação Física, tratado a partir de uma visão de totalidade. Nesse sentido, as lutas lecionadas com fins educativos, dentro de uma didática e metodologia adequada de acordo com a etapa de ensino, contribuirão para a formação integral do aluno, ao trabalhar com aspectos que envolvem o seu desenvolvimento físico, emocional e social.

Além de contribuir para a formação omnilateral como todo, ajuda a desenvolver as capacidades físicas, como por exemplo, a força, resistência, coordenação, equilíbrio, entre outras. Segundo Preyer (2000, p. 71) diz que, além de desenvolver as capacidades físicas, as lutas auxiliam o aluno na sua relação consigo mesmo e com o grupo, ao proporcionar elementos que visam à socialização, a competitividade, a disciplina e o respeito, características de sua tradição e filosofia.

Na realidade atual, vemos as lutas ganhando cada vez mais espaços nas mídias como televisão, nas academias e conseqüentemente na cultura de nosso país. Existem várias lutas que genuinamente são brasileiras como a capoeira e a huka huka são alguns exemplos. Sem dúvida a mais conhecida de todas, é a capoeira, criada pelos negros com intuito de se defender dos senhores feudais na época da escravidão.

Tendo em vista esses aspectos, partimos para a pergunta inicial: Em que medida, a elaboração de uma sequência didática para o componente curricular Educação Física sobre o conteúdo lutas poderá contribuir para uma formação integral dos estudantes matriculados no curso agroindústria do Instituto Federal de Alagoas- Campus Murici?

Mediante este contexto, o presente trabalho tem como objetivo elaborar uma sequência didática do conteúdo lutas em alunos do ensino médio integrado do Instituto Federal de Alagoas – IFAL, campus Murici.

O produto educacional aqui apresentado, procura dar informações que permitam algumas possibilidades para que o conteúdo de lutas possa de fato, ocorrer na escola. Mostraremos também, algumas estratégias de aplicação da construção de atividades, fundamentos básicos, quedas do jiu-jitsu e do judô, entre outros, tendo como referência a dimensão dos conteúdos conceituais, atitudinais e procedimentais

2 AS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A sequência didática consiste na organização de forma estruturada e planejada do conteúdo de lutas na EF escolar dentro IFAL, pois, permite ao professor superar as dificuldades de trabalhar esse conteúdo, garantindo uma progressão adequada do tema aos discentes. Apesar de encontrarmos materiais de qualidade, ainda assim são pouco se comparados aos outros conteúdos inseridos na BNCC. Além disso, também são poucos disseminados entre os professores de Educação Física. Dessa forma, um dos objetivos deste trabalho é contribuir com estes professores através da produção deste E-Book com uma sequência didática do conteúdo de lutas para que possa ajudá-los em suas aulas.

Na sequência, temos ao analisar os dados a respeito das lutas na escola, nota-se que muitos professores ainda sentem muita dificuldade em executar, ensinar tais atividades. Com a sequência didática, pretende-se aproximar o professor do mundo das lutas, auxiliando-o através da informação do conteúdo planejado. Assim, teremos na sequência didática tanto aulas teóricas, quanto práticas, com o intuito de favorecer a formação integral dos discentes.

Objetivo também, fazer com que cada vez mais professores possam trabalhar em suas aulas esse conteúdo de tamanho potencial e despertem o interesse de aplicar essas atividades tão benéficas e importantes para a formação dos educandos como um todo.

O E-book do ensino de lutas com vistas à formação integral com a sequência didática é de relevância para a Educação Física, tendo em vista que vários professores precisam de conhecimento e informação sobre esse tema. O E-book visa mostrar os benefícios que as aulas de lutas bem planejadas e numa sequência didática estruturada pode proporcionar aos educandos do ensino médio integrado na sua formação omnilateral. Portanto, trata-se de uma contribuição para a educação como um todo, pelo fato de permitir que os professores de Educação Física compreendam as vantagens das lutas na formação dos educandos e que esses, por sua vez, possam conhecer, participar e desfrutar do tema.

3 SEQUÊNCIA DIDÁTICA DE ENSINO DE ENSINO DO CONTEÚDO DE LUTAS NA EPT

SEQUÊNCIA DIDÁTICA DE PROPOSTA DE ENSINO PARA O CONTEÚDO LUTAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA			
Unidade Temática	Habilidades/Objetivos	Objetos de conhecimento	Práticas didático-pedagógicas
LUTAS	(EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem. (EF67EF16) Identificar as características (códigos, rituais, elementos	Lutas 	História das lutas; Diferentes tipos de lutas; Características das lutas; Diferenças entre luta e briga (Valores e Preconceitos);

	técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.		
LUTAS	(EF67EF14) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais. (EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.	Lutas	Arranca rabo; Arranca rabo no círculo (dupla); Sumô com bola gigante; Joquempô gigante; Luta de jacaré;
LUTAS	(EF67EF17) Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito. (EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.	Lutas Indígenas e regionais 	Lutas de Matriz Indígenas e Africanas. Vivenciar diversas lutas indígenas e africanas em especial a Huka-Huka e a capoeira;
LUTAS	(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de	Lutas Indígenas e regionais	Rouba bandeira (podendo puxar); Luta do pregador;

	<p>segurança e respeitando o oponente.</p> <p>(EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.</p>		<p>A bola é minha;</p> <p>Cabo de guerra e suas variações;</p> <p>Quebra de braço;</p>
LUTAS	<p>(EF67EF15) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.</p> <p>(EF89EF18) Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.</p>	<p>Lutas (Jiu-jitsu)</p> 	<p>Conhecer sobre a história do Jiu-jitsu;</p> <p>O jiu-jitsu no Brasil;</p> <p>Suas diversas características, objetivos e finalidades enquanto esporte:</p> <p>Os principais golpes;</p> <p>As faixas.</p>
LUTAS	<p>(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.</p> <p>(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.</p>	Lutas	<p>Corrida de estafetas;</p> <p>Estoura balões;</p> <p>Rei do Castelo;</p> <p>Luta de jacaré;</p> <p>Campo minado.</p>

LUTAS	<p>(EF67EF17) Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.</p> <p>(EF89EF17) Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.</p>	<p>Lutas (Judô)</p> 	<p>Conhecer sobre a história do Judô;</p> <p>O judô no Brasil;</p> <p>Suas diversas características, objetivos e finalidades enquanto esporte:</p> <p>Os principais golpes;</p> <p>As faixas.</p>
LUTAS	<p>(EF67EF14) Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.</p> <p>(EF89EF16) Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.</p>	Lutas	<p>Pega-pega no tatame e suas variações;</p> <p>Carrinho de mão;</p> <p>¹O-soto-gari e suas sequências;</p> <p>Huka-huka;</p> <p>Derruba a base;</p> <p>Pé com pé.</p>

**DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES PROPOSTAS DA VIVÊNCIA PRÁTICA DO
CONTEÚDO DE LUTAS**



¹ Vídeo explicativo do O-soto-gari partindo para o Joelho da Barriga e depois a chave de braço armlock.

ARRANCA O RABO

Nesta atividade, cada aluno ganha um ou dois pedaços de pano ou TNT que vai simular um rabo. Ao sinal do professor e com os alunos espalhados pela quadra,

eles poderão arrancar os “rabos” um dos outros. Aquele aluno que perder o seu, saí da atividade, terminando quando apenas um restar.

Varição: uma área da quadra é demarcada com um quadrado ou círculo, podendo ser até o círculo central da quadra. Os alunos em duplas são posicionados dentro dele, cada um com um pedaço de pano ou TNT simulando um rabo. O objetivo é que cada criança tente roubar o rabo da sua dupla, ganhando quem o fizer primeiro.



SUMÔ COM A BOLA GIGANTE

Disputa entre dois alunos, ambos abraçados a bola, eles devem mover o adversário para fora do círculo, quem conseguir é o vencedor.



JOQUEMPÔ

Duas equipes em extremos da quadra. Ao comando um de cada equipe corre pela demarcação e quando se encontram fazem uma luta pré-determinada. Quem ganha continua o percurso, quem perde vai para o final da sua fila e o próximo sai. Ganha a equipe que fizer o caminho primeiro.



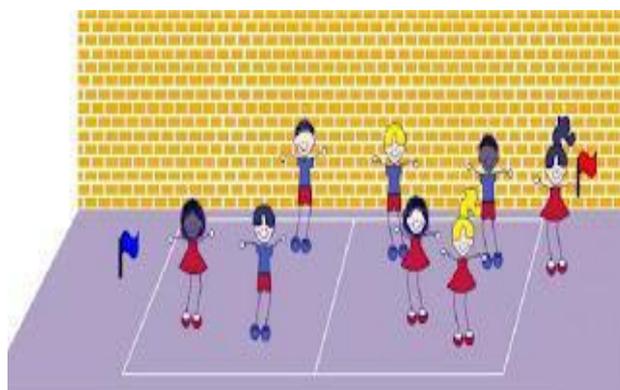
LUTA DE COSTAS

Os alunos são divididos em dupla e traçam-se duas linhas, paralelas, com distância de 1,5 metros uma da outra, para cada um deles. Os alunos ficam de costas um para o outro, encostando os corpos. “O objetivo é empurrar um ao outro até conseguir fazer com que o amigo de sala ultrapassasse a linha do chão”, relata a professora. Ela ainda propôs a atividade com crianças de pesos diferentes e, posteriormente, com um aluno de frente para o outro.



ROUBA BANDEIRA PODENDO PUXAR

O objetivo é recuperar a bandeira do time adversário e trazê-la para o seu próprio campo. As equipes devem atravessar o território do time oponente com cuidado para tentar pegar a bandeira protegida no fundo do campo adversário. Se um participante for tocado pela equipe adversária, ele fica parado no lugar e só pode sair se for “salvo/tocado” por alguém do seu próprio time.



LUTA DO PREGADOR

Colocam-se vários pregadores em cada um dos alunos que frente a frente à dupla tentará tirar o maior número possível do oponente. Esta brincadeira pode ser de e forma individual ou em equipe, no caso da equipe, quem tiver menos pregadores vence.



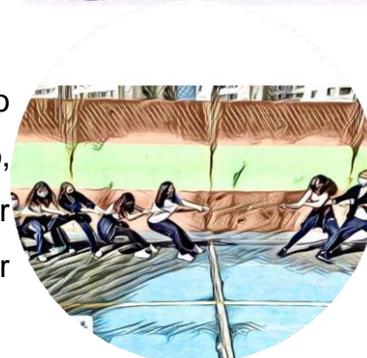
A BOLA É MINHA

Utilizando-se de uma bola de basquete ou similar, os dois oponentes assumem posição com as duas mãos segurando a bola. Ao sinal, procura-se retirar a bola do adversário e reter a posse de bola.



CABO DE GUERRA

Como as lutas exigem entendimento sobre o uso da contraposição de forças, o cabo de guerra é uma atividade bem-vinda. Para isso, crianças são divididas em dois grupos e cada um deles deve puxar um lado diferente de uma corda, ganhando aquele que conseguir trazer a corda para o seu lado.



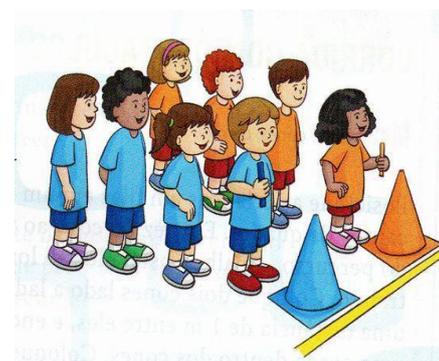
QUEDA DE BRAÇO

A **luta de braço** (também conhecida como quebra de braço, braço de ferro ou queda de braço) é uma atividade em que dois contendores, com um dos cotovelos apoiados sobre superfície horizontal, enlaçam as mãos ou os punhos, e cada um, aplicando força muscular, tenta fazer o adversário desdobrar o braço.



CORRIDA DE ESTAFETA

Divide-se em 3 filas e na frente de cada fila haverá um percurso. Ao sinal do professor, o primeiro aluno de cada fila deve correr até o arco e passá-lo pelo corpo. Em seguida, ele deve deixar o arco no mesmo local e voltar para o final da fila. O próximo aluno deve repetir a atividade e assim sucessivamente, até que todos os alunos tenham realizado o percurso.



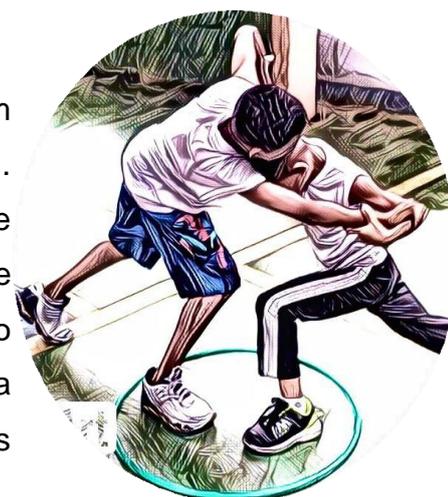
ESTOURA O BALÃO

O objetivo é estourar os dois balões do adversário. É uma atividade simples de oposição, com o objetivo de estourar o balão (bexiga) do oponente, apenas pisando em cima, não pode chutar. Pode ser utilizado como educativo para o futsal/futebol. Adaptação: pode usar uma sacola plástica e quando o oponente pisar em cima, marca o ponto.



REI DO CASTELO

A atividade começa com dois oponentes dentro do arco e tem como objetivo fazer o adversário retirar os dois pés do arco. A atividade é apresentada para iniciar a luta olímpica e se aproxima das situações de quedas do jiu jitsu quando ocorre o desequilíbrio e “catada” de pernas para derrubar. No começo da atividade não pode ocorrer pegadas nas pernas e na sequência pode liberar a ação desde que segurasse uma das pernas para retirar o adversário do arco.



LUTA DO JACARÉ

O objetivo nessa atividade é desequilibrar o adversário. Em duplas, um de frente para o outro, na posição de quatro apoios, um oponente terá que desequilibrar seu adversário, puxando-o pelo braço. Aquele que conseguir desestabilizar o oponente primeiro vence.



CAMPO DE MINADO

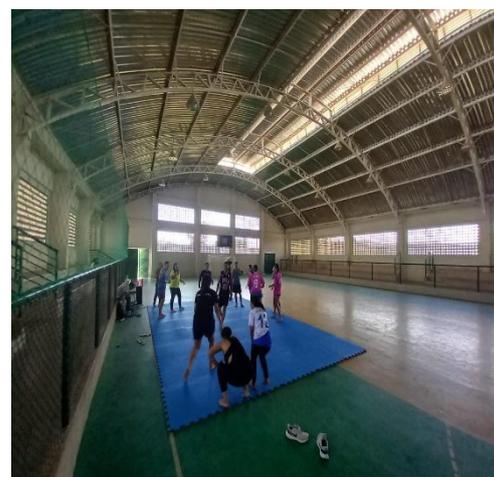
Para iniciar o jogo, dividimos os alunos em dois grupos. O professor deve ficar com o mapa nas mãos (conferindo), enquanto as equipes participantes tentam descobrir o caminho até o outro lado do **campo minado**. participante que está no campo, deve pular de espaço em espaço, até conseguir atravessar todo o campo minado, sem usar nenhum espaço com "X" (que estão demarcados no mapa).



PEGA-PEGA

A atividade de pega-pega inicia com o pegador podendo pegar apenas abaixo do joelho. Quem for pego passa se o pegador.

VARIAÇÃO: Os fugitivos podem ficar livres de ser pegos (mancha) quando um componente subir nas costas do outro (canguru), assim nem dos dois participantes poderão ser pegos.



CARRINHO DE MÃO

Formando duplas, um dos alunos coloca as duas mãos no chão e o colega o segura entre as pernas na altura dos joelhos. As duplas devem fazer uma movimentação sem se preocupar com velocidade em função da segurança do companheiro.



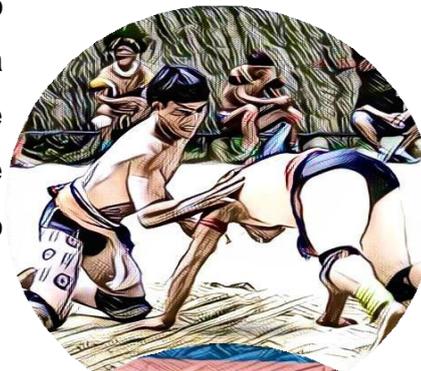
*O-SOTO-GARI E SUA SEQUÊNCIA COMBINADA

Alunos formam duplas e é passado à técnica de judô O-soto-gari inicialmente. Feito a queda, explicamos que logo após a queda coloca-se o joelho na barriga

(técnica do jiu-jitsu) e terminamos um armlock (técnica de ambas as artes marciais).

HUKA-HUKA

O Huka-Huka é uma luta indígena que tem como objetivo derrubar ou tocar atrás do joelho do adversário. A luta começa na posição de pé, caso aconteça na quadra. Porém, se a atividade se desenvolver no tatame pode iniciar em pé ou de joelho com objetivo de colocar as costas do meu adversário no chão.



DERRUBA BASE

Esse jogo de oposição é composto por duas garrafas (peças que cada jogador tem que cuidar da sua base). Nessa atividade o objetivo é tentar derrubar a garrafa do adversário, tornando-se, portanto, um jogo de ataque e defesa, onde quem derrubar primeiro a base do adversário vence.



LUTA PÉ COM PÉ

Para esta atividade os alunos deverão estar sentados no chão com os pés unidos. O objetivo aqui é fazer com que seu colega toque com as costas ou com as mãos no chão.



5 ORIENTAÇÕES E DICAS AOS PROFESSORES

As atividades, jogos e brincadeiras de lutas devem ser praticadas com ludicidade, podendo ser adaptadas e recriadas a depender do local que será aplicada, importante salientar que todas as atividades devem privilegiar um

ambiente social harmônico, equilibrado e respeitoso. O reconhecimento prévio dos locais de aula (sejam eles a quadra poliesportiva, o pátio coberto ou descoberto, a sombra de uma árvore, ou até mesmo a sala de aula) é relevante para que o mesmo possa ser preparado de modo a evitar/minimizar eventuais acidentes durante as atividades práticas (GARCIA 2020).

As atividades práticas sobre lutas podem constituir um instrumento didático relevante para potencializar o processo de ensino e aprendizagem dos educandos. Mas, práticas corporais baseadas em movimentos de lutas podem ocasionalmente gerar acidentes, assim como nos esportes, nas brincadeiras, enfim em qualquer prática corporal (GARCIA 2020).

Dessa forma é necessário que se crie uma atmosfera de colaboração e criatividade durante as aulas, sempre administrando as ações dos participantes oferecendo dicas de segurança e também, por vezes, contendo o ímpeto dos mesmos (GARCIA 2020). Assim, as atividades aqui colocadas podem ser adaptadas e/ou recriadas a depender do local que for acontecer, a fim de evitar acidentes.

Para deixar as aulas ainda mais atraentes, dinâmicas e lúdicas é importante que haja rodízios entre as duplas quando houver, a fim de manter a motivação, socialização e envolvimento aos educandos. Enfatizar a importância da segurança durante as atividades de lutas, explicando as regras, até antes mesmo de ir para o local da prática, no quadro, por exemplo, utilize equipamentos adequados e promova um ambiente seguro para os alunos.

Relacione as lutas com outras áreas do conhecimento, como história, geografia e biologia. Isso enriquece a experiência dos alunos. Trabalhar a interdisciplinaridade, envolvendo questões históricas, geográficas, sociais, culturais, da biomecânica, entre outros, pode trazer melhores benefícios aos educandos nas relações interpessoais, sociais e cognitivas, que são fatores essenciais para alcançar sucesso no processo de ensino-aprendizagem.

O professor poderá incluir no final das aulas uma roda de conversa a fim de conhecer a percepção e opinião dos discentes quanto às atividades

desenvolvidas, assim como o momento servirá de avaliação processual do conteúdo.

Sugere-se tematizar a relação existente entre as atividades e as atitudes desenvolvidas ao longo da proposta de ensino das lutas e sua relação com a formação enquanto sujeito. O professor também pode adotar uma prova escrita bem como a autoavaliação como instrumento de verificação da aprendizagem do conteúdo.

Deixo a sugestão caso necessite de abordar a temática por mais tempo do que aqui apresentada, trabalhar com seminários de lutas que não foram abordadas das aulas teóricas na sequência didática. Carbonesi (2014), fala que apresentação de seminário pode facilitar o desenvolvimento de habilidades que hoje se fazem necessárias frente às exigências impostas pelo mercado de trabalho na grande maioria das profissões, como a expressão de ideias em público.

6 PROPOSTAS DE ATIVIDADES AOS PROFESSORES

Texto que pode ser trabalhado nas aulas da temática para refletirmos sobre a violência, brigas, entre outros. Trata-se do texto do jornalista Gilberto Dimenstein, que pode servir de impulso para levantar diálogos e reflexões. Segue QR code e link do site do texto.

[Folha de S.Paulo - Gilberto Dimenstein: Desenho desanimado - 25/10/98 \(uol.com.br\)](http://www.uol.com.br/folha/s-paulo/25/10/98/dimenstein-desenho-desanimado)



Segue link de vídeos das lutas apresentadas nas aulas teóricas.



Capoeira: Luta, dança e jogo.



Jiu-jitsu a origem



História do Judô

7 REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A.A., ROCHA, L.C. **A atuação dos professores de Educação Física na escola: uma investigação dos aspectos das aulas de educação física escolar no ensino público de Salvador.** Diálogos Possíveis. 2007; 6(1): 175-187.

BRASIL. LDB: **Lei de diretrizes e bases da educação nacional.** Brasília: Coordenação de Edições Técnicas, Senado Federal; 2017a.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília, 2017.

CARBONESI, M. A. R. M. **O uso do seminário como procedimento avaliativo no ensino superior privado.** Portugal: ANPAE, 2014.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física.** São Paulo: Cortez, 1992.

COLL, C. et al. **Os conteúdos da reforma.** Porto Alegre: Artmed, 2000.

DARIDO, S.C. **Os conteúdos da Educação Física na Escola**. In: Darido, S.C.; Rangel, I.C.A. (Org.). Educação Física na escola: implicações para prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 64-78.

FERREIRA, H.S. **As lutas na Educação Física Escolar**. Revista de Educação Física. 2006; 135: 36-44.

FONSECA, Joel. M. C; FRANCHINI, Emerson. VECCHIO. Fabrício. B. D. **Conhecimento Declarativo de Docentes sobre a Prática de Lutas, Artes Marciais e Modalidades Esportivas de Combate nas Aulas de Educação Física Escolar em Pelotas**, Rio Grande do Sul. Revista Pensar a Prática, Goiânia, v. 16, n. 2, p. 416-434, abr./jun., 2013.

GARCIA, L. F. **As lutas como conteúdo escolar: o desafio de ensinar**. UNESP – Universidade Estadual Paulista, “Júlio de Mesquita Filho”. 2020.

PREYER, C. T. **Educação física escolar: a importância da diversificação no ensino de seus conteúdos**. Campinas, 2000. Disponível em: <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/importancia-das-lutas>>. Acesso em: 09. Out. 2022.

SOARES, C. L., et al. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

ZABALA, A. **A prática educativa: Como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998.