MANUAL DO PROFESSOR

SER PROTAGONISTA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Área do conhecimento:
Linguagens e suas Tecnologias – 3
Componente curricular:
Educação Física

ENSINO MÉDIO
VOLUME ÚNICO

ISABEL FILGUEIRAS
TIEMI OKIMURA KERR
DENISE FALCÃO

CÓDIGO DA COLEÇÃO
0097P260101201812
PNLD ENSINO MÉDIO • 2026 – 2029 • OBJETO 1
MATERIAL DE DIVULGAÇÃO
Versão em processo de avaliação

sm

MANUAL DO PROFESSOR

SER PROTAGONISTA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Área do conhecimento:
Linguagens e suas Tecnologias – 3
Componente curricular:
Educação Física

ENSINO MÉDIO

VOLUME ÚNICO

ISABEL FILGUEIRAS

Doutora em Educação pela Faculdade de Educação (FE) da Universidade de São Paulo (USP).
Licenciada em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte (EEFE) da USP.
Docente do Programa de Pós-graduação *stricto sensu* em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu-SP.
Redatora da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) do Ensino Médio.

TIEMI OKIMURA KERR

Mestra em Educação Física, na área de concentração Pedagogia do Movimento Humano pela EEFE-USP.
Professora universitária em instituição particular e na Educação Básica da rede pública.
Organizadora e autora de livros na área de Educação Física Escolar.

DENISE FALCÃO

Doutora em Estudos do Lazer pela Universidade de Minas Gerais (UFMG).
Professora adjunta da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional (EEFFTO) da UFMG.

São Paulo, 1ª edição, 2024

sm

Ser Protagonista Educação Física

© **SM Educação**

Todos os direitos reservados

Direção editorial André Monteiro
Gerência editorial Lia Monguilhott Bezerra

Edição executiva Transforma Editorial
Edição: Transforma Editorial
Assistência de edição: Transforma Editorial
Suporte editorial: Camila Alves Batista, Fernanda de Araújo Fortunato

Coordenação de preparação e revisão Cláudia Rodrigues do Espírito Santo
Preparação: Transforma Editorial
Revisão: Transforma Editorial

Coordenação de *design* Gilciane Munhoz
***Design*:** Paula Maestro

Coordenação de arte Vitor Trevelin
Edição de arte: Diagonal Design
Assistência de arte: Diagonal Design

Coordenação de iconografia Josiane Laurentino
Pesquisa iconográfica: Paloma Klein
Tratamento de imagem: Ana Isabela Pithan Maraschin

Capa APIS Design
Ilustração de capa: Davi Augusto

Projeto gráfico APIS Design

Editoração eletrônica Diagonal Design

Pré-impressão Américo Jesus

Fabricação Alexander Maeda

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

Filgueiras, Isabel
Ser protagonista educação física / Isabel Filgueiras, Tiemi Okimura Kerr, Denise Falcão. -- 1. ed. -- São Paulo : Edições SM, 2024.
Componente curricular: Educação física.
Área do conhecimento: Linguagens e suas tecnologias.

ISBN 978-85-418-3542-8 (aluno)
ISBN 978-85-418-3540-4 (professor)

1. Educação física (Ensino médio) I. Kerr, Tiemi Okimura. II. Falcão, Denise. III. Título.

24-230303 CDD-796.07

Índices para catálogo sistemático:
1. Educação física : Ensino médio 796.07

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

1ª edição, 2024

SM Educação
Avenida Paulista, 1842 – 18º andar, cj. 185, 186 e 187 – Condomínio Cetenco Plaza
Bela Vista 01310-945 São Paulo SP Brasil
Tel. 11 2111-7400
atendimento@grupo-sm.com
www.grupo-sm.com/br

APRESENTAÇÃO

CARO ESTUDANTE, CARA ESTUDANTE,

Este livro foi escrito para oferecer a você uma jornada de aprendizado diversificada pelo universo da Educação Física. O volume explora como as práticas corporais fazem parte da cultura, das histórias e das identidades de diferentes grupos sociais. Ao tratar dos esportes, das danças, das lutas, das ginásticas, das práticas corporais de aventura e dos jogos e brincadeiras, a obra convida a falar sobre você, suas vivências e como você pode expressar quem é e o que pensa sobre o mundo.

Por meio de diferentes estratégias pedagógicas, você será incentivado a experimentar diferentes práticas da cultura corporal de movimento, a refletir criticamente sobre elas, a engajar-se socialmente, a desenvolver sua criatividade e comunicação, a agir de modo autônomo, responsável e colaborativo, assumindo posições com base em princípios éticos, solidários e democráticos.

Você verá que as propostas de aprendizagem desenvolvidas neste livro dialogam com outros componentes da escola, pois a Educação Física deixou de ser uma aula apenas para executar movimentos e se tornou um espaço que integra experiência, conexão e reflexão com recursos das linguagens corporal, verbal e artística. Por isso, durante as atividades, você será incentivado a explorar possibilidades criativas das linguagens, realizando produções culturais diversas.

Cada prática corporal abordada levará à ampliação de suas experiências e reflexões frente a temas conectados às culturas juvenis e a questões contemporâneas, como diversidade cultural, direitos humanos, combate a preconceitos, ciência e tecnologia, cidadania, saúde, meio ambiente e trabalho. Ao explorar as diferentes propostas de cada capítulo, você vai conhecer desde as raízes culturais de manifestações afro-brasileiras, como o samba de roda e a capoeira, os jogos e as lutas de etnias indígenas, até questões mais amplas, como a inclusão no esporte paralímpico e a influência das tecnologias digitais na prática esportiva e no modo como os jovens percebem seus corpos. Em alguns momentos, você também será desafiado a transitar por práticas de pesquisa para solucionar problemas relacionados à Cultura Corporal de Movimento, tornando seu aprendizado ainda mais significativo e conectado com a realidade.

Nosso desejo é que este livro seja uma ferramenta para o seu crescimento pessoal e escolar, permitindo que você se veja como protagonista dessa jornada de aprendizagem. Queremos que você não só vivencie as práticas corporais, mas também compreenda e reflita criticamente sobre elas, fazendo isso de maneira significativa e transformadora para seu projeto de vida.

Bons estudos e ótima jornada!

As autoras

CONHEÇA SEU LIVRO

Este livro é composto de oito capítulos que contemplam múltiplas práticas da Cultura Corporal de Movimento. Veja, a seguir, os detalhes de como este livro está organizado.

ABERTURA

Abertura

Uma imagem que busca instigar sua curiosidade e motivar o início da viagem. Antes de embarcar, você vai conhecer os objetivos de aprendizagem do capítulo.

SEÇÕES

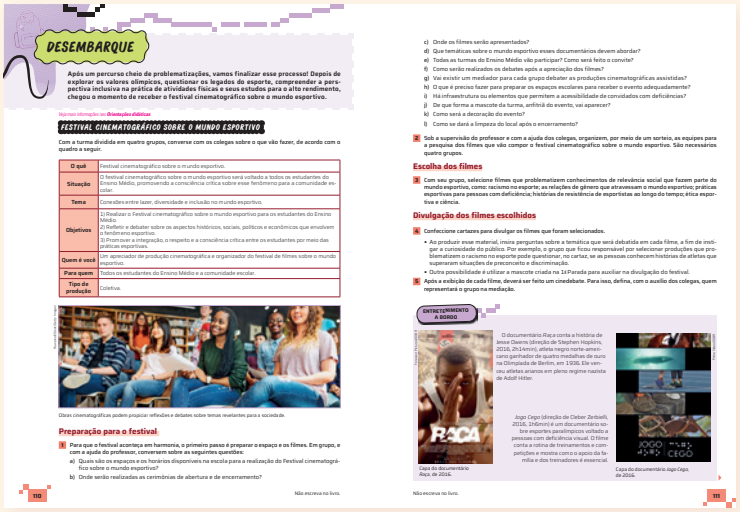
Embarque

Como todo embarque, esta seção tem o objetivo de dar início à viagem. É o momento em que os conhecimentos que você já tem sobre os temas serão explorados por meio de atividades diversificadas, que privilegiam a leitura de imagens e o diálogo.

Na estrada

Esta seção é o **coração** da viagem e se divide em quatro paradas. Em cada uma delas, há uma oportunidade de descobrir coisas novas ou de se aprofundar naquilo que você já conhece. Você vai estudar e vivenciar os diferentes objetos de conhecimento da Educação Física, em articulação com a temática do capítulo e com a produção final realizada no *Desembarque*. Também vai explorar diferentes práticas de pesquisa.

Não escreva no livro.


DESEMBARQUE

Após um percurso cheio de problematizações, vamos finalizar esse processo! Depois de explorar os valores olímpicos, questionar os legados do esporte, compreender a perspectiva inclusiva na prática de atividades físicas e seus estudos para o alto rendimento, chegou o momento de receber o festival cinematográfico sobre o mundo esportivo.

Algumas informações são **Orientações didáticas**.

FESTIVAL CINEMATOGRÁFICO SOBRE O MUNDO ESPORTIVO

Com a turma dividida em quatro grupos, converse com os colegas sobre o que vão fazer, de acordo com o quadro a seguir.

O quê	Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo.
Situação	O festival cinematográfico sobre o mundo esportivo será voltado a todos os estudantes do Ensino Médio, promovendo a consciência crítica sobre esse fenômeno para a comunidade escolar.
Tema	Comedias entre lazer, diversidade e inclusão no mundo esportivo.
Objetivos	1) Realizar o Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo para os estudantes do Ensino Médio. 2) Refletir e debater sobre os aspectos históricos, sociais, políticos e econômicos que envolvem o fenômeno esportivo. 3) Promover a integração, o respeito e a consciência crítica entre os estudantes por meio das práticas esportivas.
Quem é você	Um apreciador de produção cinematográfica e organizador do festival de filmes sobre o mundo esportivo.
Para quem	Todos os estudantes do Ensino Médio e a comunidade escolar.
Tipo de produção	Coletiva.

Obras cinematográficas podem propiciar reflexões e debates sobre temas inerentes para a sociedade.

Preparação para o festival

1 Para que o festival aconteça em harmonia, o primeiro passo é preparar o espaço e os filmes. Em grupo, e com a ajuda do professor, conversem sobre as seguintes questões:
a) Quais são os espaços e os horários disponíveis na escola para a realização do Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo?
b) Onde serão realizadas as cerimônias de abertura e de encerramento?
c) Onde os filmes serão apresentados?
d) Que temáticas sobre o mundo esportivo esses documentários devem abordar?
e) Todas as turmas do Ensino Médio vão participar? Como será feito o convite?
f) Como serão realizados os debates após a apreciação dos filmes?
g) Vai existir um mediador para cada grupo debater as produções cinematográficas assistidas?
h) O que é preciso fazer para preparar os espaços escolares para receber o evento adequadamente?
i) Há infraestrutura ou elementos que permitem a acessibilidade de convidados com deficiências?
j) De que forma a mascote da turma, anfitriã do evento, vai aparecer?
k) Como será a decoração do evento?
l) Como se dará a limpeza do local após o encerramento?

2 Sob a supervisão do professor e com a ajuda dos colegas, organizem, por meio de um sorteio, as equipes para a pesquisa dos filmes que vão compor o festival cinematográfico sobre o mundo esportivo. São necessários quatro grupos.

Escolha dos filmes

3 Com seu grupo, selecione filmes que problematizem conhecimentos de relevância social que fazem parte do mundo esportivo, como: racismo no esporte; as relações de gênero que atravessam o mundo esportivo; práticas esportivas para pessoas com deficiência; histórias de resistência de esportistas ao longo do tempo; ética esportiva e ciência.

Divulgação dos filmes escolhidos

4 Confeccione cartazes para divulgar os filmes que foram selecionados.
- Ao produzir esse material, insira perguntas sobre a temática que será debatida em cada filme, a fim de instigar a curiosidade do público. Por exemplo, o grupo que ficou responsável por selecionar produções que problematizem o racismo no esporte pode questionar, no cartaz, se as pessoas conhecem histórias de atletas que superaram situações de preconceito e discriminação.
- Outra possibilidade é utilizar a mascote criada na 1ª Parada para auxiliar na divulgação do festival.

5 Após a exibição de cada filme, deverá ser feito um cinedebate. Para isso, defina, com o auxílio dos colegas, quem representará o grupo na mediação.

ENTRETENIMENTO A BORDO

Capa do documentário *Raça*, de 2016.

O documentário *Raça* conta a história de Jesse Owens (direção de Stephen Hopkins, 2016, 2h14min), atleta negro norte-americano ganhador de quatro medalhas de ouro na Olimpíada de Berlim, em 1936. Ele venceu atletas arianos em pleno regime nazista de Adolf Hitler.

Jogo Cego (direção de Cleber Zerbeli, 2016, 1h56min) é um documentário sobre esportes paralímpicos voltado a pessoas com deficiência visual. O filme conta a rotina de treinamentos e competições e mostra como o apoio da família e dos treinadores é essencial.

Capa do documentário *Jogo Cego*, de 2016.

Não escreva no livro.

110

111

Desembarque

Nele, você vai reunir todos os conhecimentos construídos para ser protagonista em diferentes produções que mobilizam a comunidade escolar a enxergar e a construir um mundo com mais respeito às diferenças e mais empatia.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Nesta viagem pelo universo das práticas corporais, você explorou diferentes manifestações culturais, como o breaking, o forró, o ciclismo, o skate e o surfe. Agora, é hora de fazer uma pausa e refletir sobre o que você aprendeu ao longo do caminho. Em grupos, debata as questões a seguir, conectando as experiências vividas com os temas de inclusão, diversidade, gênero, sexualidade, sustentabilidade e ativismo socioambiental.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

1 Descreva as principais características do breaking como dança e como prática cultural.
2 Como o breaking tem sido utilizado como uma ferramenta de inclusão social, principalmente para jovens transgêneros?
3 Qual é a importância do forró na construção da identidade nordestina e como ele se espalhou pelo Brasil?
4 Como o forró universitário modernizou a dança tradicional e que questões de gênero ele desperta?
5 Como campanhas como a de Niterói podem incentivar o uso de bicicletas e promover a mobilidade urbana sustentável?
6 Quais são os principais obstáculos na implementação de ciclovias e outras infraestruturas para ciclistas nas cidades?
7 Que aspectos técnicos e culturais caracterizam o skate como uma prática de aventura urbana?
8 Como o skate pode ser uma ferramenta para promover a inclusão social e o direito ao lazer nas cidades?
9 Quais são os impactos ambientais da prática do surfe e como os surfistas têm se mobilizado para proteger os oceanos?
10 Como as ações de limpeza de praias, como as realizadas pelo EcoSurf, impactam a conscientização sobre a poluição marinha?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

1 De que forma o estudo deste capítulo expandiu sua compreensão sobre a importância da inclusão e da diversidade nas práticas corporais e na cultura em geral?
2 Como as discussões sobre a história e as transformações do forró contribuíram para sua compreensão da cultura brasileira e da construção de identidades?
3 A análise da poluição e do uso de bicicletas despertou em você um novo olhar sobre a mobilidade urbana? Você se sente mais motivado a fazer escolhas de transporte mais sustentáveis no seu cotidiano?
4 O estudo sobre o skate fez você repensar a importância dos espaços públicos para a prática de atividades físicas e o papel dos jovens na construção de cidades mais acolhedoras e inclusivas?
5 Qual foi a sua principal reflexão após entender o impacto ambiental das práticas de surfe? Como isso influenciou sua atitude em relação à redução do lixo nos oceanos e o consumo consciente?
6 Quais foram seus principais aprendizados sobre o impacto ambiental do surfe? Como essa reflexão influenciou sua postura em relação ao consumo consciente e à preservação dos oceanos?
7 De que forma as atividades em grupo realizadas neste capítulo te ajudaram a desenvolver habilidades de colaboração, comunicação e respeito às diferentes opiniões?
8 Os exemplos de ativismo social que vimos neste capítulo motivaram você a pensar em formas de contribuir para sua comunidade? Que tipo de ações você se sente inspirado a realizar?
9 As atividades e discussões deste capítulo ajudaram você a refletir sobre seus próprios valores e crenças em relação à diversidade, inclusão e sustentabilidade? De que forma?
10 Ao concluir este capítulo, como você avalia sua evolução em relação à sensibilidade cultural, consciência social e ambiental? Que áreas você gostaria de explorar mais, sobretudo no que diz respeito ao cuidado com o meio ambiente?

Não escreva no livro.

121

Retrospectiva da viagem

Seção que propõe, por meio de questões reflexivas, realizar uma avaliação e uma autoavaliação do percurso da viagem.

SEÇÕES

FECHAMENTO

BOXES

Balcão de informações

Quem não precisa tirar uma dúvida durante uma viagem? Este boxe traz explicações e curiosidades para ampliar seus conhecimentos.

#ficaadica

Oferece uma informação complementar ou esclarecimentos para ajudá-lo na realização das atividades.

Bagagem

Fique sempre de olho em sua bagagem, pois ela tende a aumentar durante sua viagem escolar. Neste boxe, você vai retomar e aprofundar conceitos importantes para a compreensão de determinadas atividades.

Vale visitar

Durante uma viagem, existem visitas que podem ser inesquecíveis. Este boxe traz sugestões de *sites* com artigos, reportagens, filmes, vídeos e outros materiais interessantes relacionados aos assuntos discutidos.

Entretenimento a bordo

Em viagens longas ou curtas, livros, filmes, músicas, *sites*, séries e produções culturais são ótimas companhias para ir além.

Glossário

Esclarece o significado de alguns termos.

Recurso digital

Este ícone indica que no livro digital você encontra carrosséis de imagens, vídeos, *podcasts*, infográficos clicáveis e mapa clicável.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 — 8
CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO E VIDA EM SOCIEDADE

Embarque **10**
Foco na imagem 10
Foco no diálogo 11

Na estrada **12**
1ª Parada: O que é a Cultura Corporal de Movimento? 12
2ª Parada: O fenômeno esportivo 20
3ª Parada: Redes sociais e os padrões de beleza 28
Objeto digital – *Podcast*: A cultura da busca pelo corpo perfeito 28
4ª Parada: Marcadores sociais da diferença e práticas corporais: o balé em foco 35

Desembarque **42**
Criação de conteúdos digitais para rede social 42

Retrospectiva da viagem **45**
Fotografias da viagem: avaliação 45
Selfies da viagem: autoavaliação 45

CAPÍTULO 2 — 46
DANÇAS E PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: CULTURAS JUVENIS EM FOCO

Embarque **48**
Foco na imagem 48
Foco no diálogo 49

Na estrada **50**
1ª Parada: Representatividade das juventudes no *breaking* 50
Objeto digital – Vídeo: A história e as regras do *breaking* 50
2ª Parada: Forró: tradição e transformação 57
3ª Parada: Direito a cidades sustentáveis: ciclismo e *skate* 65
4ª Parada: Práticas corporais de aventura na natureza e ativismo socioambiental 73

Desembarque **78**
Campanha publicitária 78

Retrospectiva da viagem **81**
Fotografias da viagem: avaliação 81
Selfies da viagem: autoavaliação 81

CAPÍTULO 3 — 82
EXPERIÊNCIA ESPORTIVA: MÚLTIPLAS CONEXÕES

Embarque **84**
Foco na imagem 84
Foco no diálogo 85

Na estrada **86**
1ª Parada: Movimento Olímpico: educação e megaeventos 86
2ª Parada: Paralimpíadas: inclusão ou exclusão? 93
Objeto digital – *Podcast*: Capacitismo e esporte 93
Objeto digital – Carrossel de imagens: Paralimpíadas: muito além do esporte! 97
3ª Parada: As mulheres e as competições esportivas: histórias de luta! 99
4ª Parada: Atletismo, ciência e desempenho 102
5ª Parada: Prática esportiva: ações necessárias para atletas 106

Desembarque **110**
Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo 110

Retrospectiva da viagem **113**
Fotografias da viagem: avaliação 113
Selfies da viagem: autoavaliação 113

CAPÍTULO 4 — 114
ENVELHECIMENTO ATIVO, SAÚDE COLETIVA E GINÁSTICA

Embarque **116**
Foco na imagem 116
Foco no diálogo 117

Na estrada **118**
1ª Parada: Existem diferentes maneiras de envelhecer 118
2ª Parada: Direito à saúde: atividade física é para todos 127
Objeto digital – Infográfico clicável: Mitos e verdades sobre a vida saudável 127
Objeto digital – Vídeo: Quanto tempo de atividade física cada pessoa deve fazer? 129
3ª Parada: Diferentes perspectivas sobre as práticas corporais 134
4ª Parada: Projeto de vida: da adolescência à velhice 141

Desembarque **145**
Evento para compartilhar saberes 145

Retrospectiva da viagem **149**
Fotografias da viagem: avaliação 149
Selfies da viagem: autoavaliação 149

Não escreva no livro.

CAPÍTULO 5 **150**

BRINCADEIRAS E JOGOS: MÚLTIPLOS SIGNIFICADOS

Embarque 152

Foco na imagem 152
Foco no diálogo 153

Objeto digital – Vídeo: Diferenças entre brincadeira, jogo e esporte 153

Na estrada 154

1ª Parada: A relevância social das brincadeiras e dos jogos 154
2ª Parada: Jogos eletrônicos, saúde e lazer entre crianças e jovens 158
3ª Parada: Jogos cooperativos 164
4ª Parada: Brincadeiras e jogos de matriz africana 170

Desembarque 175

Pesquisa documental e apresentação de seminário 175

Retrospectiva da viagem 181

Fotografias da viagem: avaliação 181
Selfies da viagem: autoavaliação 181

CAPÍTULO 6 **182**

NO RITMO DA CAPOEIRA E DO SAMBA DE RODA

Embarque 184

Foco na imagem 184
Foco no diálogo 185

Na estrada 186

1ª Parada: Capoeira e samba de roda: patrimônios culturais imateriais da humanidade 186
2ª Parada: Capoeira: origens e práticas contemporâneas 190

Objeto digital – Infográfico clicável: Os paranauês da capoeira 190

3ª Parada: Samba de roda: origens e práticas contemporâneas 201

Objeto digital – Mapa clicável: Raízes da África no Brasil 205

4ª Parada: Combatendo preconceitos e estereótipos das práticas de capoeira e samba de roda 206

Desembarque 212

Evento cultural para a comunidade 212

Retrospectiva da viagem 215

Fotografias da viagem: avaliação 215
Selfies da viagem: autoavaliação 215

CAPÍTULO 7 **216**

PRÁTICAS CORPORAIS: NAÇÕES E CULTURAS

Embarque 218

Foco na imagem 218
Foco no diálogo 218

Na estrada 220

1ª Parada: A resistência das práticas corporais indígenas 220

Objeto digital – Infográfico clicável: Jogos Mundiais dos Povos Indígenas 220

2ª Parada: Judô no Brasil 225
Prática de pesquisa – estudos de recepção 232
3ª Parada: Beisebol: esporte nacional nos EUA 233
4ª Parada: *Badminton*: do continente asiático para o mundo 237

Desembarque 244

Projeto *podcast* 244

Retrospectiva da viagem 247

Fotografias da viagem: avaliação 247
Selfies da viagem: autoavaliação 247

CAPÍTULO 8 **248**

ESPORTE: ESPETÁCULO DE MULTIDÕES

Embarque 250

Foco na imagem 250
Foco no diálogo 251

Na estrada 252

1ª Parada: Torcida: uma das estrelas do esporte 252

Objeto digital – Carrossel de imagens: Esportes de invasão 256

2ª Parada: Profissão atleta: entre o sonho e a realidade 260

Objeto digital – *Podcast*: Luta e resistência no futebol feminino 260

3ª Parada: As tecnologias, a arbitragem e as redes sociais 264
4ª Parada: Pesquisa bibliográfica e o estudo do esporte como fenômeno cultural 270

Desembarque 277

Festival esportivo inclusivo 277

Retrospectiva da viagem 281

Fotografias da viagem: avaliação 281
Selfies da viagem: autoavaliação 281

Transcrição dos áudios 282

Referências bibliográficas comentadas 287

CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO E VIDA EM SOCIEDADE

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- explorar os múltiplos significados sociais, culturais e históricos da Cultura Corporal de Movimento e sua relação com a construção de valores democráticos e inclusivos;
- analisar criticamente as barreiras sociais e econômicas que limitam o acesso ao lazer e às práticas corporais;
- organizar e vivenciar práticas corporais que integrem a diversidade cultural, promovendo a inclusão e o respeito às diferenças;
- compreender o esporte como um fenômeno sociocultural dinâmico;
- analisar criticamente as diferentes formas de codificação e significação dos esportes, refletindo sobre a relação entre técnica, mídia e cultura;
- refletir sobre a influência das redes sociais na construção de padrões de beleza e discutir como a mídia e as tecnologias digitais podem promover a inclusão, ou a exclusão, de pessoas nas dinâmicas sociais e como podemos utilizar esses recursos para combater a discriminação e promover a diversidade e o respeito;
- compreender os marcadores sociais da diferença (gênero, raça, classe social, etc.) e analisar criticamente como eles influenciam o acesso e a participação nas práticas corporais;
- experimentar processos criativos em práticas corporais;
- vivenciar o ciberativismo como ferramenta de transformação social.

Jovens se reúnem em parque público, no Brasil, para aproveitar momentos de lazer. Foto de 2023.

CAPÍTULO

1

FG Trade/iStock/Getty Images

EMBARQUE

A Cultura Corporal de Movimento, objeto de estudo da Educação Física escolar, manifesta-se de diferentes formas nas culturas juvenis e nos diversos campos da vida social. Nesse contexto, esportes, lutas, danças, brincadeiras, jogos, ginásticas e práticas corporais de aventura são elementos importantes para a análise e transformação da sociedade. Ao embarcar nesta viagem, você terá a oportunidade de ampliar sua visão de mundo e assumir compromissos éticos com os valores democráticos e os direitos humanos.

FOCO NA IMAGEM

Observe fotos de pessoas durante prática de atividades físicas e esportivas ao ar livre. Depois, reflita sobre as questões propostas e compartilhe suas respostas com os colegas e o professor.

João Prudente/Pulsar Imagens

Apresentação de capoeira em Belém (PA), 2013.

Lucas Lacaz Ruiz/Fotoarena

Prática de meditação no Parque Vicentina Aranha, São José dos Campos (SP), em 2023.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

1 Os espaços urbanos, como parques e praças, são importantes locais de vivência de práticas da Cultura Corporal de Movimento. Pessoas com diferentes interesses de lazer frequentam esses espaços sozinhas, com amigos ou familiares. Em sua opinião, o que motiva as pessoas a frequentar esses espaços? **1.** Resposta pessoal.

2 Como você avalia a importância desses espaços e vivências? **2.** Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

3 **Como você avalia as iniciativas dos órgãos públicos da sua cidade na promoção de eventos, projetos e programas para favorecer o envolvimento das pessoas com práticas corporais em atividades de lazer?** **3.** Resposta pessoal.

4 **Você já vivenciou algumas dessas iniciativas? Compartilhe com os colegas e o professor. Pesquise as informações em redes sociais de órgãos responsáveis pelas políticas públicas de esporte e lazer em sua cidade, perfis de projetos sociais e outros canais de divulgação.** **4.** Resposta pessoal.

FOCO NO DIÁLOGO

Leia os trechos de dois textos a seguir e responda às questões no caderno. Depois, converse com os colegas e o professor.

Políticas Públicas de Lazer

Atualmente, o lazer é compreendido como um fenômeno sociocultural, contemplando componentes educativos, comunicativos e sociais, com capacidade de promover, além do desenvolvimento da cidadania, a melhoria da saúde como um todo, podendo, inclusive, propiciar espaço para vivências significativas de valorização do tempo disponível.

[...]

A apropriação dos espaços e equipamentos públicos para a prática de esportes e vivências no contexto do lazer, em diferentes ambientes urbanos, pode deflagrar uma conexão entre as pessoas e valorizar o cotidiano e a cultura das cidades. Assim, é imprescindível entender os interesses da sociedade pelas vivências no contexto do lazer e a necessidade de investimento em Políticas Públicas capazes de disponibilizar espaços apropriados para estes propósitos, os quais devem apresentar um sentido aos praticantes, uma vez que representam uma importante forma de promover a socialização e a construção de relacionamentos.

[...]

O conceito de Políticas Públicas, de forma geral, pode se reportar a um grupamento de fatores que norteiam a criação e estruturação de leis, com a intenção de trazer benefícios à sociedade.

[...]

As Políticas Públicas caracterizam-se por um conjunto de planos, ações, programas e metas, voltados a solucionar problemas de interesse público e ao bem-estar da sociedade.

Adaptado de PACHECO, José Pedro Scarpel; SCHWARTZ, Gisele Maria. Políticas Públicas e espaços de Esporte e Lazer nos estudos acadêmicos: uma revisão sistemática. *Licere* – Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, Belo Horizonte, v. 24, n. 2, p. 341-376, jun. 2021. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/34948/27550. Acesso em: 20 set. 2024.

Promoção da saúde e políticas públicas de esporte e lazer

De modo a criar condições favoráveis, políticas públicas que considerem o contexto social, cultural e os diversos domínios da vida cotidiana se configuram em medidas necessárias. Dentre elas, as relacionadas às atividades físicas, neste estudo compreendidas não de modo reducionista e funcionalista como qualquer movimento corporal que produza gasto energético, mas sim como aquilo que "[...] envolve pessoas se movendo, agindo e atuando em espaços e contextos culturalmente específicos, influenciados por uma gama única de interesses, emoções, ideias, instruções e relacionamentos", como aquelas realizadas em um tempo disponível, caracterizadas como lazer.

Sendo assim, as atividades físicas consistem em experiência humana que têm como ponto de partida a pessoa e a abrange fisiológica, psicológica, emocional, afetiva, social, política e culturalmente, pois a procura por espaços públicos que as fomentem não ocorre somente com base nos efeitos fisiológicos, mas nas possibilidades de diálogo e o convívio.

[...]

Na esfera federal brasileira, as atividades físicas de lazer foram adotadas e abordadas como temas prioritários da Política Nacional de Promoção da Saúde com objetivos de promover ações, aconselhamento e divulgação de práticas corporais e de atividades físicas, incentivando a melhoria das condições dos espaços públicos, considerando a cultura local e incorporando brincadeiras, jogos, danças populares, entre outras práticas.

Adaptado de ALENCAR, Gildiney Penaves *et al*. Promoção da saúde e políticas públicas de esporte e lazer: conexões e digressões. *Revista Brasileira de Políticas Públicas*, Brasília, v. 13, n. 2, p. 362-385, ago. 2023. Disponível em: https://www.uhumanas.uniceub.br/RBPP/article/view/7985. Acesso em: 20 set. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

5 **Segundo os trechos dos textos, qual é a importância das políticas públicas de lazer e esporte?** **5.** As políticas públicas de lazer e esporte são importantes porque promovem o bem-estar social, incentivam a cidadania e a socialização. Elas criam condições para que as pessoas aproveitem os espaços públicos de forma significativa, contribuindo para o desenvolvimento da saúde integral (física, emocional e social).

6 **Que âmbitos da experiência humana são promovidos nas atividades físicas de lazer?** **6.** São promovidos os âmbitos fisiológico, psicológico, emocional, social e cultural. Essa promoção não só se limita ao gasto energético, mas também ao desenvolvimento e à criação de oportunidades de diálogo, convívio e expressão em contextos culturalmente específicos, ajudando a construir relações e a valorizar as vivências pessoais e sociais.

7 **Qual é a importância de considerar a cultura local na promoção de políticas públicas de esporte e lazer?** **7.** Ao incorporar a cultura local, como danças, brincadeiras e jogos populares, as políticas se conectam com as identidades e as tradições dos habitantes da região, tornando-se mais atraentes e eficazes na promoção da participação e da socialização.

Não escreva no livro.

NA ESTRADA

Nesta seção, você vai explorar a diversidade de práticas corporais e seus múltiplos significados sociais e culturais. Para isso, vai refletir sobre como a Cultura Corporal de Movimento se conecta à sua identidade e ao seu lazer, além compreendê-la como ferramenta de inclusão social. Você também vai analisar de que maneira a mídia pode influenciar o modo como as pessoas vivenciam e apreciam o esporte e refletir sobre o papel das políticas públicas para garantir o acesso democrático às práticas corporais.
Além disso, você vai analisar como as redes sociais impactam a maneira como percebemos o nosso corpo e como lidamos com essa percepção e será desafiado a pensar criticamente sobre o conteúdo que consome *on-line*, refletindo sobre a importância da diversidade corporal.
Ao longo desta jornada, você vai acumular informações, vivências e habilidades que resultarão na criação de um perfil de rede social para exercer o ciberativismo e influenciar positivamente a comunidade acerca da relação entre Cultura Corporal de Movimento e questões sociais.

1ª PARADA

O que é a Cultura Corporal de Movimento?

Ao longo dos seus anos de estudo no Ensino Fundamental, você vivenciou diversas práticas corporais nas aulas de Educação Física: brincadeiras, jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e atividades de aventura. Diante dessas vivências, você já se perguntou o que essas práticas têm em comum e qual é a sua importância?

Todas essas práticas corporais, tão marcantes em sua trajetória escolar, compõem a Cultura Corporal de Movimento, um universo rico e complexo que vai além do movimento do corpo e que engloba as diferentes maneiras como as pessoas se expressam, se relacionam e constroem significados por meio do corpo, refletindo valores, identidades e aspectos culturais de cada sociedade.

As práticas corporais estão inseridas em contextos sociais, culturais, econômicos, ideológicos e políticos, portanto compreender esses contextos é essencial para analisar criticamente seus significados na sociedade. Ao longo desta parada, você será convidado a refletir sobre a relação dessas práticas com a construção da sua identidade, com o autoconhecimento e com a promoção de valores democráticos.

As atividades propostas vão incentivar você a compreender o significado cultural, social e histórico das práticas corporais, exercendo o seu pensamento crítico e organizando suas experiências com a diversidade de manifestações da Cultura Corporal de Movimento.

Essa abordagem pedagógica inclusiva tem como prioridade formar cidadãos críticos, autônomos e conscientes, capazes de tomar decisões sobre suas práticas corporais ao longo da vida. É esse o objetivo que esperamos que você alcance ao concluir o Ensino Médio: ser protagonista de suas escolhas e participar ativamente da construção de uma sociedade justa.

Desvendando as práticas corporais

Chamamos de práticas corporais todas as manifestações culturais em que a linguagem corporal se destaca como principal forma de expressão de ideias, pensamentos e sentimentos constituintes da identidade de uma pessoa ou de um grupo. Elas representam um amplo conjunto da Cultura Corporal de Movimento, que pode ser organizado em diferentes categorias, conforme exposto a seguir.

Não escreva no livro.

Ginásticas

As ginásticas englobam uma variedade de práticas, desde a ginástica geral, que explora as capacidades acrobáticas e expressivas do corpo em atividades não competitivas, como acrobacias, malabarismo e pirâmides humanas, até as ginásticas de condicionamento físico, focadas na melhora do desempenho físico e na saúde, e as ginásticas de conscientização corporal, que envolvem práticas voltadas para a percepção e o controle do corpo.

FG Trade/iStock/Getty Images

Prática de alongamento em aula de Educação Física.

Anchiy/iStock/Getty Images

Esportes

Os esportes incluem modalidades que comparam o desempenho entre indivíduos ou grupos, seguindo regras institucionalizadas. No entanto, o esporte não se limita à competição, podendo ser praticado também como lazer e promoção da saúde. Os esportes têm regras formais, mas são flexíveis e podem ser adaptados de acordo com o espaço, número de participantes e materiais disponíveis.

Treino de time feminino de handebol na França. Foto de 2022.

Danças

As danças são práticas corporais rítmicas, organizadas em passos e coreografias, que podem ser executadas individualmente, em duplas ou em grupos. Cada estilo de dança apresenta características e movimentos específicos, influenciados por fatores culturais e históricos. As danças, como expressões corporais, possibilitam a integração de ritmos e movimentos que refletem a cultura de diferentes povos ao redor do mundo, além de serem reconhecidas como manifestações artísticas.

FG Trade/iStock/Getty Images

Jovens dançando em espaço aberto no Brasil. Foto de 2023.

BUDA MENDES/POOL/AFP/Getty Images

Lutas

As lutas são disputas corporais em que os participantes utilizam técnicas de ataque e de defesa com o objetivo de imobilizar, desequilibrar ou atingir o adversário. Essas práticas corporais têm regras próprias e estão fortemente conectadas à cultura e à história dos povos que as executam.

As boxeadoras Beatriz Ferreira (brasileira) e Shih-Yi Wu (cinhesa) se enfrentaram nos Jogos Olímpicos de Tóquio.

Não escreva no livro.

Práticas corporais de aventura

Práticas corporais de aventura desafiam o corpo em ambientes imprevisíveis, nos quais o risco é controlado e as habilidades técnicas são essenciais. Essas práticas podem ser realizadas na natureza ou em ambientes urbanos, e se caracterizam pela imprevisibilidade, pelo desafio e pela necessidade de perícia e domínio do corpo em interação com o ambiente.

RgStudio/Getty Images

Homem praticando escalada ao ar livre.

Westend61/Getty Images

Brincadeiras e jogos

Brincadeiras e jogos são atividades voluntárias realizadas dentro de limites de tempo e espaço definidos. Caracterizam-se pela criação e adaptação de regras e pelo prazer intrínseco à atividade lúdica. Essas práticas são recriadas por diferentes grupos, transmitidas entre gerações e adaptadas a diferentes contextos e culturas.

Idosos brincam de amarelinha em parque. Foto de 2017.

Significado cultural, social e histórico das brincadeiras e dos jogos

Nas brincadeiras e jogos, as regras são fluidas e adaptáveis, criadas e modificadas livremente pelos participantes. Mesmo quando codificadas com nomes e regras – como na amarelinha e no pega-pega – essas práticas se transformam em infinitas formas, guiadas pela liberdade, criatividade e contexto cultural de cada grupo.

As brincadeiras, como as retratadas nas imagens, carregam histórias e se transformaram ao longo do tempo, moldadas pelos usos e significados atribuídos a elas pelas pessoas. São práticas que fazem parte da identidade cultural de seus praticantes. Brasileiros de diferentes lugares podem brincar de maneiras distintas, expressando a riqueza e a diversidade cultural do país.

Moment RF/Getty Images

Guerreiro massai empina pipa, no Quênia, África. Foto de 2016.

Não escreva no livro.

As brincadeiras e os jogos assumem múltiplos sentidos em diferentes contextos, seja em interação com a natureza, na escola, em parques, clubes, seja no ambiente de trabalho. A intencionalidade também varia: recreação, socialização, educação, convivência familiar, entre outras. Os seres humanos constroem e reconstroem significados, transformando a cultura continuamente.

É importante lembrar que as brincadeiras e os jogos podem ter diversas origens. Existem brincadeiras criadas por diferentes povos, como africanos, orientais e indígenas, contudo podem não ser tão conhecidas por terem sua divulgação limitada. No Brasil, por exemplo, brincadeiras de origem europeia são mais conhecidas que as indígenas ou africanas, reflexo da história colonial e das relações de poder que marcaram a sociedade brasileira. Da mesma forma, a brincadeira dos idosos pode não ter o mesmo reconhecimento que a das crianças.

A Cultura Corporal de Movimento, com suas práticas e significados, está imersa em relações de poder e na busca por legitimação. Compreender essas relações é essencial para analisá-la de maneira crítica e promover a inclusão e a valorização da diversidade.

FatCamera/iStock/Getty Images

Crianças correm em parque do Canadá. Foto de 2019.

View Stock RF/Getty Images

Avós levam neta para andar de bicicleta e empinar pipa.

Múltiplas categorizações da Cultura Corporal de Movimento

A variedade de usos e de significados das práticas corporais interessa a pesquisadores de diferentes áreas, como historiadores e antropólogos. Esses estudiosos observaram que os esportes, os jogos, as brincadeiras, as lutas, as ginásticas, as danças e as práticas corporais de aventura apresentam sentidos e características diversas, conforme o contexto histórico, os valores culturais e a maneira como são apropriadas pelos praticantes. As práticas se modificam e se misturam ao longo do tempo, podendo sempre ser transformadas.

Um exemplo disso é o caratê, uma luta que pode ser praticada com diferentes objetivos. Em alguns casos, ele é apresentado como exibição, com foco nos movimentos, na precisão das técnicas e na expressão artística. O caratê também pode ser praticado como esporte de combate, em campeonatos com regras, classificação e premiação. Outro exemplo é a capoeira, que se desenvolveu como luta de resistência dos escravizados, mas hoje é praticada como jogo ou como esporte, dependendo do contexto e da intencionalidade.

As categorias de práticas corporais são ferramentas didáticas para abordar a multiplicidade da Cultura Corporal de Movimento na escola, mas não representam a complexidade e a dinâmica com que a cultura se manifesta na sociedade.

1 **Leia as perguntas e debata com a turma e o professor sobre sua compreensão acerca dessa perspectiva da Educação Física escolar e da Cultura Corporal de Movimento.**

a) Você já tinha refletido sobre o que aprende na Educação Física? Qual é o seu papel nessa perspectiva da Cultura Corporal de Movimento?

b) Por que é importante refletir criticamente sobre as práticas corporais?

c) Por que é importante entender as práticas da Cultura Corporal de Movimento como formas de expressão de valores e identidades?

1. Todas as respostas desta atividade são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Não escreva no livro.

d) De que maneira as práticas da Cultura Corporal de Movimento estão ligadas a fatores sociais, culturais, econômicos e políticos?

e) Você já pensou como a vivência das práticas corporais pode contribuir para a construção de sua identidade?

f) Por que é importante refletir sobre as práticas corporais e não apenas praticá-las?

g) Como a diversidade de modos de praticar a Cultura Corporal de Movimento pode enriquecer sua experiência?

h) De que forma a Educação Física pode promover valores democráticos por meio das práticas corporais?

2 **Com base nessa concepção de Educação Física, compartilhe com os colegas um elemento da Cultura Corporal de Movimento que você aprendeu na escola e seja significativo para você. Em seguida, forme um grupo com quatro a cinco estudantes e escolha algumas práticas corporais para vivenciarem de maneira inclusiva e democrática nas próximas aulas de Educação Física.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Oficina de Cultura Corporal de Movimento: explorando a diversidade

Como fazer

Etapa 1 – Organização dos grupos

Organize-se em um grupo com quatro a cinco estudantes. Cada grupo ficará responsável por explorar e propor uma oficina sobre um dos elementos da Cultura Corporal de Movimento, como: brincadeiras e jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes ou práticas corporais de aventura.

Etapa 2 – Pesquisa e planejamento

Cada grupo deverá realizar uma breve pesquisa sobre o elemento escolhido, utilizando seus conhecimentos prévios e materiais didáticos. A pesquisa deve abordar os seguintes aspectos:

- origem e história do elemento da Cultura Corporal de Movimento;
- características principais (regras, objetivos, movimentos fundamentais);
- valores e sentidos culturais relacionados à prática (cooperação, competição, respeito à diversidade);
- equipamentos e materiais necessários, caso existam.

Com base na pesquisa, você e seu grupo deverão elaborar um plano para a oficina, definindo como vão introduzir e conduzir a prática com os colegas.

Etapa 3 – Planejamento da oficina

Agora, você e seu grupo deverão organizar os materiais necessários e elaborar um roteiro detalhado para a realização da oficina. Veja a seguir o que deve constar nesse roteiro.

- Introdução teórica: breve apresentação sobre o elemento da Cultura Corporal de Movimento escolhido.
- Aquecimento: atividades de preparação física, com intensidade leve, relacionadas à prática que será realizada.
- Vivência prática: organização da prática, garantindo a participação de todos.
- Reflexão final: espaço para a discussão e reflexão sobre a prática vivenciada, incentivando o compartilhamento de experiências e impressões.

Etapa 4 – Apresentação da oficina

Os grupos apresentarão suas oficinas de acordo com o planejamento elaborado, em um tempo limitado (20 a 30 minutos). A apresentação deve ser orientada de acordo com as etapas listadas a seguir.

- Apresentar informações sobre a origem e os significados do elemento da Cultura Corporal de Movimento.
- Conduzir o aquecimento e a vivência prática.

Não escreva no livro.

- Incentivar a participação de todos.
- Facilitar a reflexão final, conduzindo perguntas sobre a prática e seus significados.

Etapa 5 – Reflexão e avaliação coletiva

Após a realização das oficinas, deverá ser realizada uma roda de conversa com toda a turma, com o objetivo de promover a reflexão sobre a experiência. Algumas perguntas norteadoras:

- O que vocês aprenderam com as oficinas sobre as diferentes práticas corporais?
- Como a Cultura Corporal de Movimento se manifesta de forma diversa em cada prática?
- Quais foram os desafios ao organizar e vivenciar as oficinas?
- Como essas práticas podem contribuir para a construção de valores como cooperação, respeito à diversidade e inclusão?

A turma deverá participar da discussão e registrar as principais reflexões em um diário de bordo ou no caderno.

---

3 **Os elementos da Cultura Corporal de Movimento estão presentes nos espaços públicos de lazer. O acesso a esses espaços é fundamental para garantir às pessoas, independentemente de sua condição socioeconômica, que possam usufruir do direito ao lazer.**

Observe as imagens a seguir, responda às questões e dialogue com os colegas e o professor.

João Carlos Mazella/Fotoarena

Pista de *skate* em Recife (PE), 2015.

Chico Ferreira/Pulsar Imagens

Quadra poliesportiva em Petrolina (PE), 2022.

Rogério Reis/Pulsar Imagens

Praia do Laranjal, em Pelotas (RS), 2012.

Geraldo Bubniak/Fotoarena

Academia ao ar livre em Curitiba (PR), 2012.

Ricardo Moreira/Fotoarena

Centro de Treinamento Paralímpico Brasileiro, em São Paulo (SP), 2016.

Medeiros/Paulinho Sema/Prefeitura de Porto Velho

Academia ao ar livre no bairro Mariana, em Porto Velho (RO), 2018.

Não escreva no livro.

a) Você tem acesso a espaços de lazer em sua comunidade?

b) O que você entende por espaços públicos de lazer e qual a importância deles para a comunidade?

c) Como os equipamentos e os projetos de lazer gratuitos em parques e praças podem beneficiar a população?

d) Na cidade em que você mora todos os bairros têm acesso igualitário a espaços públicos de lazer? O que pode ser feito para melhorar esse acesso?

3. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas.***

4 **O Brasil tem uma grande diversidade de espaços públicos de lazer, mas esses não estão igualmente distribuídos por todo o país, como é possível observar por meio do levantamento realizado pelo portal TenisBrasil. Leia a reportagem a seguir, responda às questões e converse com os colegas e o professor.**

4. Todas as respostas desta atividade são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas.***

VALE VISITAR

- Conheça as cidades que têm quadras de tênis no *site* TenisBrasil UOL: Brasil tem 410 quadras gratuitas ou baixo custo em 137 cidades. Disponível em: https://tenisbrasil.uol.com.br/quadras-publicas. Acesso em: 26 set. 2024.

Brasil supera as 400 quadras públicas de tênis: veja lista e jogue!

O levantamento exclusivo de TenisBrasil sobre as quadras públicas ou de baixíssimo custo existentes no país, iniciado no ano 2000 e mantido de forma permanente, contabilizou pela primeira vez um número superior a 400. Isso foi possível graças a atualizações feitas na lista em estados como Ceará, Paraíba, Mato Grosso e São Paulo.

Para confeccionar a relação inédita, TenisBrasil fez extensa pesquisa e tem contado acima de tudo com a colaboração de seus leitores. Assim, localizou 405 quadras públicas de tênis em 136 cidades de 23 Estados do País, além do Distrito Federal. Apenas Acre, Rondônia e Tocantins ainda não têm locais conhecidos.

Onde foi possível confirmar, a tabela indica também as condições do piso, a existência de iluminação e a disponibilidade de aulas gratuitas ou necessidade de agendamento prévio.

BRASIL supera as 400 quadras públicas de tênis: veja lista e jogue! *TenisBrasil UOL*, [*s. l.*], 13 ago. 2024. Disponível em: https://tenisbrasil.uol.com.br/brasil-supera-as-400-quadras-publicas-de-tenis-veja-lista-e-jogue.html. Acesso em: 19 set. 2024.

a) Por que as quadras públicas de tênis são importantes para as comunidades?

b) Como o mapeamento feito pelo *site* TenisBrasil pode nos ajudar a entender as desigualdades e a melhorar o acesso ao esporte no Brasil?

c) Quais são as barreiras que podem impedir o uso de quadras públicas de tênis, mesmo em regiões nas quais elas existem?

d) Como o acesso a espaços públicos de lazer e esporte pode influenciar a saúde e o bem-estar da comunidade?

e) Em sua comunidade, há quadras públicas ou outros espaços para a prática de esportes? Se sim, como você avalia as condições desses espaços?

f) Você percebe que todas as práticas corporais têm a mesma presença em termos de infraestrutura pública em sua cidade? Como você pode contribuir para a melhoria dos espaços de lazer em sua comunidade ou em sua escola?

5 **Nesta atividade de mapeamento, o objetivo é levar você e os colegas a descobrir as potencialidades dos espaços públicos da comunidade e a verificar a possibilidade de utilizá-los para vivências em suas aulas. Para isso, siga as orientações.**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Mapeamento dos espaços de lazer: descobrindo as potencialidades da comunidade

Como fazer

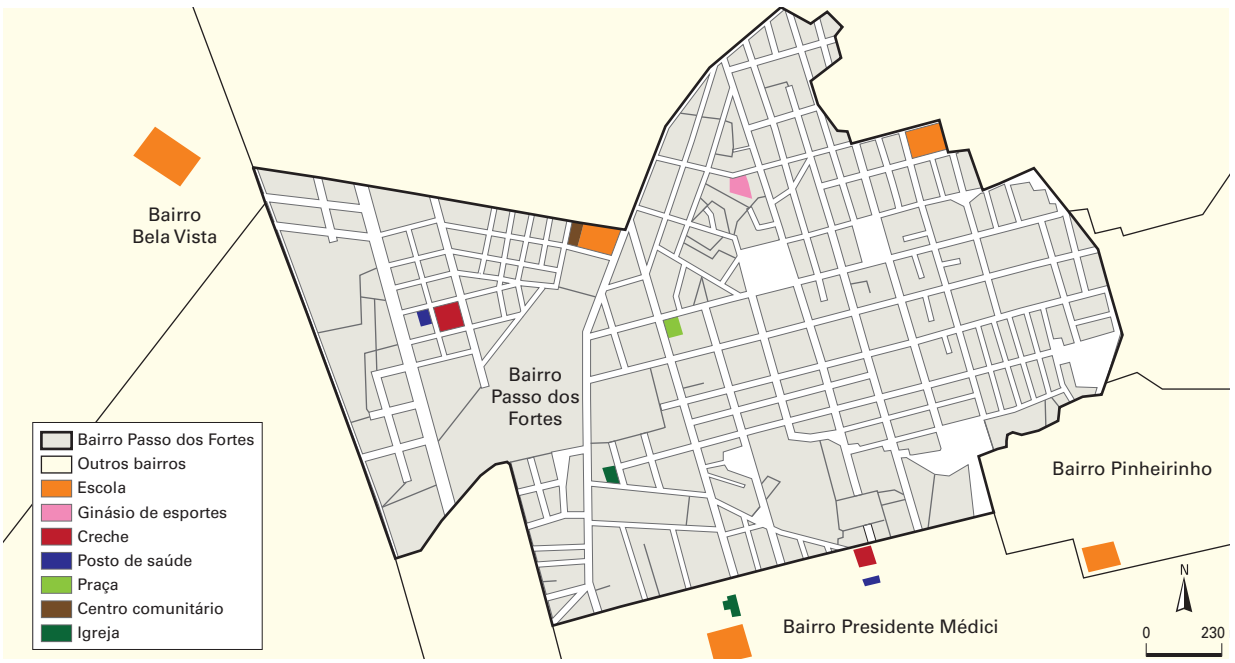
- ***Brainstorming* coletivo**: com a turma, troque ideias sobre espaços da comunidade que possuem potencial para se transformar em áreas de lazer para a população, como praças, parques, clubes ou grandes áreas abertas.
- **Formação de grupos e escolha do espaço**: organize-se em grupos de cinco estudantes e escolha um dos espaços listados pela turma.
- **Pesquisa *on-line***: na sala de informática ou utilizando os próprios dispositivos móveis, pesquise as possibilidades de o espaço escolhido ser utilizado para práticas corporais no

Não escreva no livro.

tempo de lazer. Verifique a infraestrutura do local: se há grande circulação de pessoas, se há equipamentos que facilitam o acesso de pessoas com deficiência, idosos e pessoas obesas e se há quadras, equipamentos de ginástica, *playground*, salas de dança, espaços para lutas ou práticas corporais de aventura.

- **Visita ao local**: combine com o professor uma data para visitar o local escolhido. Pesquise o contato do órgão ou departamento público responsável pelo espaço para verificar a necessidade de autorização ou agendamento prévio para a visita.
- **Observação e registro**: durante a visita, observe as possibilidades de práticas corporais no espaço e avalie suas potencialidades. Se possível, vivencie as práticas no local. Faça registros fotográficos ou em vídeo, priorizando os locais que podem se tornar áreas de lazer para a comunidade. Anote também aspectos problemáticos ou dificultadores.
- **Elaboração do mapa**: elabore um mapa da comunidade, indicando a localização dos espaços de lazer que propiciem práticas corporais. Utilize ferramentas e aplicativos que possibilitem a criação de um mapa interativo, com *hiperlinks* que levem às informações e aos registros realizados pela turma

LOCALIZAÇÃO DE EQUIPAMENTOS COMUNITÁRIOS QUE ATENDEM AO BAIRRO PASSO DOS FORTES



João Miguel A. Moreira/ID/BR

Para criar um mapa interativo que mostre os equipamentos de lazer do seu bairro, incluindo praças públicas, academias, clubes esportivos, pista de *skate*, academias de luta, escolas de dança e outros locais voltados para práticas corporais, você e seu grupo podem seguir estas etapas:

- **Escolha de uma plataforma de mapeamento**: selecione uma plataforma *on-line* que possibilite a criação de mapas interativos com camadas personalizadas, ícones e informações.
- **Coleta de informações**: faça uma lista dos equipamentos de lazer no bairro, incluindo praças públicas, academias de ginástica, clubes esportivos, pistas de *skate*, academias de luta e escolas de dança.
- **Criação do mapa interativo**: acesse a plataforma de mapeamento escolhida, crie um novo mapa e nomeie-o. Adicione marcadores para cada local, categorizando-os por cor ou ícones diferentes. Para cada marcador, adicione descrições como horários de funcionamento, tipos de atividade oferecida e fotos, se possível.
- **Compartilhamento do mapeamento**: compartilhe o mapa interativo no perfil *on-line* que será criado na seção *Desembarque* deste capítulo. Você pode compartilhar o *link* com a comunidade, incorporar o mapa na rede social ou criar um *QR code* para facilitar o acesso.

2ª PARADA

O fenômeno esportivo

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Quando alguém pergunta se você pratica esportes, geralmente questiona de forma abrangente, referindo-se a esportes como práticas corporais (ginástica, jogos, lutas, etc.). Você sabe distinguir essas práticas dos esportes propriamente ditos?

1 **Reúna-se com três colegas, observe as imagens e responda às questões no caderno.**

a. O que você vê nas imagens?

b. Essas práticas podem ser consideradas esportes? Por quê?

c. Quais elementos dessas imagens ajudam a identificar se as práticas retratadas são esportes?

ProfessionalStudioImages/iStock/Getty Images

Família jogando vôlei, em 2021.

AIZAR RALDES/AFP/Getty Images

Jovens jogando partida em campeonato de xadrez na rua; cidade de El Alto, Bolívia, 2022.

Studio CJ/iStock/Getty Images

Mulher praticando ginástica em ambiente domiciliar, com auxílio de vídeo ou aula *on-line*, em 2022.

Marcello Fim/Ofotográfico/Folhapress

Final do Campeonato Brasileiro de League of Legends (CBLOL) de 2019, em São Paulo (SP).

2 **A palavra esporte tem uma história complexa, com origens que remontam a diversas línguas e culturas. A etimologia do termo tem referência direta ao inglês *sport*. A ideia de prazer, divertimento e descanso está presente desde suas raízes, refletindo sua essência lúdica e sua conexão com o jogo. No entanto, a definição de esporte pode variar em diferentes contextos e culturas, abrangendo desde atividades predominantemente físicas até práticas que envolvem o desenvolvimento mental e estratégico.**

A Lei Geral do Esporte brasileira reconhece o esporte como um direito social fundamental e o regulamenta no país.

A seguir, leia os trechos dessa lei e, depois, retome as imagens da atividade anterior para analisá-las. Responda às questões e compartilhe suas respostas com os colegas e o professor.

Lei n. 14.597, de 14 de junho de 2023. Institui a Lei Geral do Esporte.
Seção I - Disposições Preliminares

§ 1º Entende-se por esporte toda forma de atividade predominantemente física que, de modo informal ou organizado, tenha por objetivo a prática de atividades recreativas, a promoção da saúde, o alto rendimento esportivo ou o entretenimento.

Não escreva no livro.

2. a) Espera-se que os estudantes reconheçam que **sim**, a brincadeira de vôlei com a família se enquadra na definição de esporte da Lei Geral do Esporte. Apesar de ser uma atividade informal e recreativa, ela envolve predominantemente a atividade física e pode ter como objetivos o lazer, a promoção da saúde e a interação social.

Seção III - Do Direito Fundamental ao Esporte

Art. 3º Todos têm direito à prática esportiva em suas múltiplas e variadas manifestações.

§ 1º A promoção, o fomento e o desenvolvimento de atividades físicas para todos, como direito social, notadamente às pessoas com deficiência e às pessoas em vulnerabilidade social, são deveres do Estado e possuem caráter de interesse público geral.

§ 3º É direito da mulher, em qualquer idade, ter oportunidades iguais de participar em todos os níveis e em todas as funções de direção, de supervisão e de decisão na Educação Física, na atividade física e no esporte, para fins recreativos, para a promoção da saúde ou para o alto rendimento esportivo.

2. c) Espera-se que os estudantes compreendam que a ginástica em casa, como a prática de abdominais, não se enquadra na definição do termo segundo a Lei Geral do Esporte, no entanto a lei também reconhece que a promoção e o fomento das atividades físicas para todos é um direito social, por isso programas de esporte e lazer nas diferentes instâncias governamentais incluem práticas de ginásticas de condicionamento físico e de conscientização corporal.

Seção IV - Dos Níveis da Prática Esportiva

Art. 4º A prática esportiva é dividida em 3 (três) níveis distintos, mas integrados, e sem relação de hierarquia entre si, que compreendem:

I - a formação esportiva;

II - a excelência esportiva;

III - o esporte para toda a vida.

[...]

Art. 5º A formação esportiva visa ao acesso à prática esportiva por meio de ações planejadas, inclusivas, educativas, culturais e lúdicas para crianças e adolescentes, desde os primeiros anos de idade, direcionada ao desenvolvimento integral [...]

Art. 6º A excelência esportiva abrange o treinamento sistemático direcionado à formação de atletas na busca do alto rendimento de diferentes modalidades esportivas [...]

Art. 7º O esporte para toda a vida consolida a aquisição de hábitos saudáveis ao longo da vida, a partir da aprendizagem esportiva, do lazer, da atividade física e do esporte competitivo para jovens e adultos [...]

2. d) Espera-se que os estudantes reconheçam que, pela definição da Lei Geral do Esporte, os *e-sports* não são classificados como esportes, pois, apesar de exigirem habilidades motoras e estratégicas, não envolvem predominantemente a atividade física. No entanto, é importante que eles estejam cientes do crescente reconhecimento dos *e-sports* como modalidades competitivas e de entretenimento, que em alguns contextos são integradas ao universo esportivo. No Brasil, já há a defesa do reconhecimento dos esportes eletrônicos na legislação esportiva, como o Projeto de Lei PJ 205/23, que define os *e-sports* como "disputas em jogos eletrônicos em que os participantes, sendo atletas profissionais ou não, contra conhecidos ou desconhecidos, de forma

BRASIL. *Lei n. 14.597, de 14 de junho de 2023*. Institui a Lei Geral do Esporte. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/lei/l14597.htm. Acesso em: 29 jul. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas.***

a) A brincadeira de vôlei com a família pode ser considerada esporte?

b) Debata com os colegas se xadrez pode ser considerado um esporte pela Lei Geral do Esporte.

c) Ginástica em casa pode ser considerada um esporte segundo a Lei Geral do Esporte?

d) Os *e-sports* (esportes eletrônicos) podem ser considerados esportes segundo a Lei Geral do Esporte?

2. b) Espera-se que os estudantes debatam o fato de que, ao definir o esporte como "toda forma de atividade predominantemente física", o xadrez pode não ser considerado um esporte, segundo o texto da lei. No entanto, é importante que reconheçam que o xadrez tem características esportivas, como a competição, as regras e o desenvolvimento de habilidades estratégicas, sendo reconhecido como esporte em outros contextos e legislações, tendo, inclusive, calendário nacional próprio de competições organizadas pela Federação Brasileira de Xadrez e calendário internacional supervisionado pela Federação Internacional de Xadrez, por isso está em tramitação um projeto de Lei PL 2.127/2019, que propõe o reconhecimento dos esportes da mente na legislação esportiva brasileira. Para saber mais sobre a tramitação desse projeto, acesse a página do Senado, disponível em: https://www25.senado.leg.br/web/atividade/materias/-/materia/136224#:~:text=Projeto%20de%20Lei%20n%C2%B0%202127%2C%20de%202019&text=Ementa%3A,da%20mente%20como%20pr%C3%A1ticas%20desportivas. Acesso em: 12 out. 2024.

3 **Os esportes são práticas corporais dinâmicas, com significados e formas de execução que variam de acordo com os objetivos dos praticantes e o contexto cultural em que se inserem. Para ampliar nosso repertório e nossa compreensão sobre o esporte, vamos analisar quando essa manifestação se constitui como uma prática corporal com regras formais, competição, comparação de desempenho e organização institucional. Essa formalização garante a padronização das competições, proporcionando a realização de eventos esportivos em diferentes locais e contextos, como os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.**

Cameron Spencer/Getty Images

Seleção brasileira feminina de *rugby sevens* em partida contra o Japão nos Jogos Olímpicos de Paris, 2024.

Ramsey Cardy/Sportsfile/Getty Images

Atleta indiana Sheetal Devi em competição paralímpica de arco e flecha nos Jogos de Paris, 2024.

on-line ou presencialmente, competem com recursos tecnológicos da informação e comunicação, sendo o resultado determinado preponderantemente pelo seu desempenho intelectual e destreza". Disponível em: https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra?codteor=2238980&filename=PL%20205/2023. Não escreva no livro. Acesso em: 9 out. 2024.

a) Jogos Olímpicos e Paralímpicos são eventos esportivos de grande relevância mundial. Veja as modalidades desses megaeventos na lista a seguir. Depois, reúna-se com três colegas e pense em uma forma de classificar essas modalidades. Na sequência, socialize os critérios com a turma.

Modalidades esportivas

Jogos Olímpicos	Jogos Paralímpicos
Atletismo	Atletismo
Badminton	*Badminton*
Basquete	Bocha
Basquete 3×3	Basquete em cadeira de rodas
Boxe	Canoagem
Breaking	Ciclismo
Canoagem velocidade	Esgrima em cadeira de rodas
Canoagem *slalom*	Futebol de cegos
Ciclismo BMX *freestyle*	*Goalball*
Ciclismo BMX *racing*	Halterofilismo
Ciclismo de estrada	Hipismo
Ciclismo de pista	Judô
Ciclismo *mountain bike*	Natação
Escalada	Remo
Esgrima	*Rugby* em cadeira de rodas
Futebol	*Taekwondo*
Ginástica artística	Tênis de mesa
Ginástica de trampolim	Tênis em cadeira de rodas
Ginástica rítmica	Tiro com arco
Golfe	Tiro esportivo
Handebol	Triatlo
Hipismo	Vôlei sentado
Hóquei sobre grama	////////////////////
Judô	////////////////////
Levantamento de peso	////////////////////
Luta	////////////////////
Maratona aquática	////////////////////
Nado artístico	////////////////////
Natação	////////////////////
Pentatlo moderno	////////////////////
Polo aquático	////////////////////
Remo	////////////////////
Rugby sevens	////////////////////
Saltos ornamentais	////////////////////
Skate	////////////////////
Surfe	////////////////////
Taekwondo	////////////////////
Tênis	////////////////////
Tênis de mesa	////////////////////
Tiro com arco	////////////////////
Tiro esportivo	////////////////////
Triatlo	////////////////////
Vela	////////////////////
Vôlei	////////////////////
Vôlei de praia	////////////////////

3. a) Procure explicar para a turma que existe uma Classificação Esportiva Paralímpica (CEP), que é uma forma de categorização para determinar quais atletas são elegíveis para competir nos Jogos Paralímpicos, garantindo, assim, uma competição justa. Mais informações sobre o assunto são apresentadas no *site* do Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: https://cpb.org.br/classificacao/classificacao-esportiva/. Acesso em: 30 out. 2024.

Não escreva no livro.

b) Os grupos adotaram os mesmos critérios de classificação? Leia a classificação didática proposta pelo documento que norteia a educação brasileira, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), e compare com as categorizações propostas pelos grupos.

> A classificação usa um modelo baseado na lógica interna dos esportes, considerando cooperação, interação com o adversário, demandas motoras e objetivos táticos. Esse modelo agrupa os esportes em sete categorias:
>
> Esportes de marca: comparam resultados em tempo, distância ou peso (ex.: atletismo, ciclismo, levantamento de peso).
>
> Esportes de precisão: envolvem arremessar ou lançar objetos para acertar um alvo (ex.: bocha, tiro com arco, golfe).
>
> Esportes técnico-combinatórios: avaliam a qualidade técnica e artística do movimento (ex.: ginástica, nado sincronizado, saltos ornamentais).
>
> Esportes de rede e quadra dividida ou parede de rebote: o objetivo é arremessar, lançar ou rebater a bola para a quadra adversária (ex.: vôlei, tênis, squash).
>
> Esportes de campo e taco: o objetivo é rebater a bola e correr bases antes que o adversário recupere a bola (ex.: beisebol, críquete, softbol).
>
> Esportes de invasão/territorial: envolvem levar uma bola ou objeto a uma meta defendida pelo adversário (ex.: futebol, basquete, handebol).
>
> Esportes de combate: envolvem técnicas para submeter o adversário por meio de ataque e defesa (ex.: judô, boxe, esgrima).

BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, DF: MEC, 2018. p. 231.

Agora, responda:

- Houve semelhanças entre as classificações dos grupos e a proposta na política educacional?
- Em sua opinião, qual é a importância de estabelecer um sistema de classificação dos esportes.

c) O primeiro campeonato dos Jogos Olímpicos da era moderna aconteceu em 1896, em Atenas, na Grécia. Desde a primeira edição, muitos esportes deixaram de ser olímpicos e outros tantos passaram a integrar o evento mundial. Vamos testar seus conhecimentos sobre as modalidades olímpicas?

Jogo das modalidades esportivas

Material

- Folha de papel
- Caixa para armazenar tirinhas de papel
- Venda para os olhos

Como fazer

- Recorte tirinhas da folha de papel e escreva o nome de uma modalidade esportiva da lista apresentada anteriormente em cada tirinha. Dobre as tirinhas e coloque-as em uma caixa.
- Vende os olhos de um colega e o posicione no centro da sala de aula.
- O professor sorteará uma modalidade e, silenciosamente, escreverá o nome dessa modalidade no quadro, revelando-o para a turma.
- Cada estudante dirá uma palavra para descrever o esporte sorteado: essa palavra pode ser uma característica ou uma regra relacionada à modalidade esportiva.
- Caso o estudante vendado desconfie de que sabe a resposta, ele precisará fazer um movimento que simule o esporte em questão. Se ele estiver enganado, o professor deverá instruir a turma a continuar a dar as pistas. Se o estudante quiser dar um novo palpite, deverá repetir o mesmo processo.
- Quando o estudante vendado fizer um palpite correto, a turma baterá palmas duas vezes. Ele, então, dirá o nome da modalidade esportiva, concluindo a rodada.
- O professor vai iniciar um novo turno, selecionando uma nova modalidade na caixa e vendando outro estudante.

A perspectiva cultural nos ajuda a compreender que as práticas corporais, incluindo o esporte, vão além do treinamento físico, técnico ou tático. Elas carregam consigo atitudes e valores que precisam ser refletidos, especialmente se o objetivo é propagar valores democráticos e uma educação inclusiva.

Na 1ª Parada, você observou como as práticas corporais revelam sentidos das sociedades e das culturas em que foram criadas, e como se transformam quando apropriadas por outros grupos culturais.

O antropólogo francês Marcel Mauss (1872-1950) afirmava que o corpo é o primeiro e o mais importante instrumento da cultura humana, sendo ao mesmo tempo matéria-prima e ferramenta da cultura. Portanto, ao estudar as práticas corporais, é essencial compreender os sentidos culturais a elas atribuídos e como se modificam.

Leia o texto a seguir e, depois, reflita sobre as questões propostas com os colegas e o professor.

A técnica esportiva como construção cultural: implicações para a pedagogia do esporte

Em contraposição ao modelo de técnica oriundo das ciências da natureza, esboçamos a noção de técnica corporal com base no olhar das ciências sociais e humanas, especificamente, do antropólogo francês Marcel Mauss (1872-1950).

Não se pretende opor os conceitos de eficiência e eficácia simbólica, como se fossem excludentes ou com significados opostos, mesmo porque o movimento biomecanicamente eficiente é dotado, inegavelmente, de significados culturais. Isso se torna mais evidente atualmente, devido ao grande poder da mídia esportiva que multiplica imagens de atuações de atletas de alto rendimento. O gesto esportivo oriundo dos movimentos dos atletas de alto rendimento constitui-se, sem dúvida, em técnica, aliás, das mais eficientes e, plasticamente, das mais belas. Porém, não pode ser tomado como a técnica modelar, a ser ensinada imediatamente a todos os estudantes. Primeiramente, por se tratar de movimentos dos mais elaborados, demanda grande tempo de treinamento para sua perfeita manifestação; em segundo lugar, porque os estudantes, culturalmente situados, podem possuir outros interesses de movimento, que levem a outras demandas em termos de execução.

Yobro10/iStock/Getty Images

Enterrada no basquete.

A consideração da dimensão da eficácia simbólica permite também compreender o esporte como fenômeno sociocultural e não somente como um conjunto de técnicas, táticas e regras específicas. Nesse sentido, a técnica esportiva não pode ser separada da dimensão dos significados culturais, dos rituais, das visões de mundo, das características de seus praticantes, das especificidades do contexto etc. O mesmo esporte definido como universal, por possuir regras comuns em todas as partes do mundo e ser organizado em federações e confederações, é, no entanto, praticado de formas diferentes, com interesses variados e significados próprios. Os gestos esportivos devem ser vistos não apenas por uma perspectiva mecânica, mas como fatos sociais totais, no sentido que deu a essa expressão Marcel Mauss, envolvendo as dimensões biológica, psicológica e, sobretudo, sociológica.

FG Trade/iStock/Getty Images

Basquete de rua praticado em uma quadra no Brasil, 2023.

A proposta que defendemos sugere o ensino do esporte que vise a atingir todos e quaisquer estudantes, de todas as idades, de todas as condições físicas, com variados interesses. Assim, não se deve insistir apenas na repetição de certos gestos esportivos tidos como os mais eficientes, pois isso desconsidera que o esporte se constitui e se expressa por um conjunto de significados que transcende a dimensão mecânica do gesto. Propomos, enfim, o ensino da cultura esportiva de forma mais democrática, singular e autoral, respeitando as especificidades culturais e as constantes ressignificações do esporte. Portanto, a pedagogia do esporte precisa refutar o modelo meramente instrumental de técnica e recuperar a dimensão simbólica inerente às práticas tradicionais humanas.

DAOLIO, Jocimar; VELOZO, Emerson Luís. A técnica esportiva como construção cultural: implicações para a pedagogia do esporte. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 9-16, jan/jul. 2008. DOI: 10.5216/rpp. v11i1.1794. Disponível em: https://revistas.ufg.br/fef/article/view/1794 . Acesso em: 19 set. 2024.

4. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

4 **Sobre o texto, responda no caderno:**

a) Explique o que você entendeu sobre o conceito de técnica corporal na visão do antropólogo Marcel Mauss.
b) Qual é a importância de entender o esporte como fenômeno sociocultural?
c) Por que o ensino esportivo não deve se limitar à reprodução de gestos técnicos de alto rendimento?
d) De que forma a mídia influencia a percepção dos gestos esportivos e o modelo de prática esportiva?
e) Como o esporte pode ser ensinado de forma mais democrática e inclusiva?
f) Por que a pedagogia do esporte deve integrar aspectos simbólicos e não apenas técnicos?

Não escreva no livro.

Como vimos, o esporte é muito mais do que um conjunto de técnicas biomecânicas eficientes e padronizadas. Ele representa um fenômeno sociocultural rico em significados, rituais e visões de mundo que se transforma e se adapta ao longo do tempo. Essa perspectiva, que se afasta do modelo puramente técnico, propõe uma visão mais humana e contextualizada do esporte, reconhecendo sua relação com a cultura e a sociedade.

David L. Nemec/NBAE/Getty Images

Partida de basquete do NY Knicks, no Madison Square Garden, em Nova York, Estados Unidos, 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

5 **Faça uma pesquisa sobre a evolução do voleibol ao longo do tempo, reflita sobre as mudanças nas práticas corporais desse esporte e responda às questões no caderno.**

a) Compare os locais de prática, as vestimentas dos praticantes e os movimentos corporais utilizados em diferentes épocas e levante hipóteses sobre os sentidos atribuídos às práticas corporais em cada período.

b) Pesquise as modificações nas regras do vôlei e aponte suas hipóteses sobre os motivos que levaram a essas transformações.

O esporte, como fenômeno social e cultural, possui raízes em diversas culturas e se manifesta de diferentes formas ao redor do mundo. As práticas corporais que envolvem competição, realizadas em espaços comunitários e com a presença de espectadores, são observadas em diversas sociedades, demonstrando seu caráter universal e sua importância para a socialização e para a construção de identidades coletivas.

O voleibol, criado em 1895 por William Morgan, na Associação Cristã de Moços (ACM), nos Estados Unidos, exemplifica a evolução histórica de um esporte. Inicialmente concebido como um jogo mais leve e com menos contato físico que o basquete, o voleibol se transformou ao longo do tempo, adquirindo um alto nível de exigência física, técnica e tática. Essa transformação se deu pela apropriação e recriação do esporte por diferentes gerações de praticantes, influenciados por fatores como a busca por competitividade, a mídia e as próprias mudanças socioculturais.

VALE VISITAR

Visite o *site* oficial da Federação Paulista de Volleyball (FPV) para conhecer mais a história do esporte.

- Disponível em: https://www2.fpv.com.br/. Acesso em: 30 out. 2024.

6 **Agora, você vai experimentar o vôlei de um modo diferente.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Experimentação das modificações das regras do vôlei

Como fazer

- Com toda a turma, organize-se em quatro grupos para vivenciar o vôlei de acordo com regras de diferentes épocas.

Regras do mintonette

O primeiro grupo jogará com as regras do mintonette, o nome original do vôlei. Veja quais são elas.

- Quando a bola bate no chão ou quando o jogador erra a rebatida, a saída (saque) será do adversário.
- São concedidas três saídas a cada sacador, antes de se permitir ao time adversário que saque.
- Não há limite de toques de uma equipe antes de enviar a bola para o adversário.
- A equipe só marca ponto quando tem a saída (vantagem).
- A rede não pode ser tocada, e a bola não pode ser agarrada.
- Se a bola tocar em qualquer objeto estranho ao jogo e voltar novamente à área de jogo, pode continuar a ser jogada.
- Os jogadores podem tocar na bola duas vezes consecutivas.

Regras atuais do vôlei

7. a) O esporte, assim como a arte e a cultura, é tratado como um produto da indústria cultural, com eventos organizados para atender aos interesses econômicos de grandes corporações e patrocinadores. As práticas esportivas se tornam mercadorias, promovendo o consumo de produtos associados, e o foco se desloca para a geração de lucros e a satisfação das expectativas do mercado global.

O segundo grupo jogará com as regras atuais do vôlei.

- Cada *set* tem 25 pontos, com uma diferença mínima de 2 pontos.
- Cada time é composto de 6 jogadores em quadra e 6 jogadores reservas.
- Após o saque, cada time só poderá tocar a bola três vezes, sendo proibido a um jogador tocar a bola duas vezes seguidas.
- Uma equipe marca um ponto caso tenha êxito em fazer a bola tocar a quadra adversária, quando a equipe adversária comete uma falta ou quando a equipe adversária recebe uma penalidade.
- Se o time marca o ponto na mesma jogada (*rally*) em que começou sacando, a pessoa que está no saque não muda de posição. Se uma equipe marca o ponto, mas quem sacou foi o time adversário, as posições precisam ser trocadas, seguindo o rodízio.
- Se um time manda a bola para fora dos limites da quadra, não consegue fazê-la passar para o outro lado da rede e/ou a deixa tocar na rede, o ponto é do outro time.
- O jogador líbero atua exclusivamente na assistência e defesa durante as partidas.

Vôlei com vantagem

O terceiro grupo jogará com as regras do vôlei com vantagem, utilizadas até 1998.

- Cada *set* será disputado com 15 pontos, e a equipe pontua quando o adversário erra duas vezes seguidas ou troca a posse de bola.

7. b) A indústria cultural transforma o esporte em um espetáculo midiático, com foco no entretenimento e no consumo em massa. Isso privilegia determinados esportes com maior apelo comercial, como futebol e basquete, enquanto práticas esportivas de povos com menor influência econômica, como as culturas africanas e indígenas, são marginalizadas e sub-representadas.

Vôlei da escola

O quarto grupo criará as próprias regras para o vôlei, buscando torná-lo mais inclusivo e democrático.

A indústria cultural e os esportes

7. c) A cultura de povos colonizados é apagada porque os colonizadores impõem suas práticas culturais e valores. Nações com maior poder econômico e militar dominam a narrativa cultural, o que se reflete também nos esportes, com práticas corporais tradicionais de povos indígenas ou africanos sendo menos promovidas em escala global, enquanto esportes de origem europeia e norte-americana dominam o cenário internacional.

O esporte, como um dos fenômenos sociais mais relevantes da atualidade, movimenta cifras consideráveis e envolve milhões de pessoas em diferentes áreas. Sua divulgação impulsiona o consumo de produtos e o coloca como um dos principais produtos da indústria cultural contemporânea. No entanto, é fundamental analisar criticamente como a lógica da indústria cultural influencia o esporte e seus significados.

A expressão "indústria cultural" foi criada pelos filósofos Theodor Ludwig Wiesengrund-Adorno (1903-1969) e Max Horkheimer (1895-1973) para criticar a "industrialização" da arte e da cultura, processos que, segundo eles, prioriza os interesses econômicos em detrimento da produção artística e cultural autêntica. Essa lógica transforma espectadores em consumidores e sujeita as produções culturais à mesma lógica de produção em série das indústrias. No contexto esportivo, essa crítica se manifesta na forma como o esporte é organizado, divulgado e consumido, atendendo a interesses mercadológicos e limitando a diversidade de práticas e expressões corporais.

É importante observar que a indústria cultural global tende a privilegiar práticas esportivas de países com maior poder econômico e político, enquanto as práticas corporais de culturas marginalizadas, como as africanas e as indígenas, são sub-representadas. Essa tendência reflete as relações de poder e de dominação que marcaram a história, como apontam historiadores como Eric Hobsbawm (1917-2012) e antropólogos como Clifford Geertz (1926-2006).

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas.***

7 **Responda às seguintes questões no caderno e compartilhe suas respostas com a turma e o professor.**

a) Como o conceito de "indústria cultural" se aplica ao esporte no mundo contemporâneo?

b) Em sua opinião, quais são os principais impactos da indústria cultural na maneira como o esporte é divulgado e consumido?

c) Por que a cultura de povos que foram colonizados, incluindo suas práticas corporais, tende a ser apagada pela indústria cultural?

d) Como a indústria cultural influencia o acesso a diferentes tipos de prática corporal no mundo?

8 **Para aprofundar seus conhecimentos sobre os elementos da Cultura Corporal de Movimento presentes em sua comunidade, realize uma investigação de observação e tomada de notas, com base nas orientações a seguir. Faça suas anotações no caderno.**

7. d) A indústria cultural tende a promover esportes que geram mais lucro e atraem grandes audiências, limitando o acesso e a visibilidade de práticas corporais de culturas minoritárias ou de grupos como as mulheres. Esportes que não se encaixam nessa lógica de mercado global recebem menos atenção da mídia, o que reduz o interesse e o acesso a essas práticas por parte do público.

Não escreva no livro.

BAGAGEM

Prática de pesquisa, observação e tomada de notas

A observação é uma ferramenta de pesquisa fundamental em diversas áreas do conhecimento, especialmente nas Ciências Humanas e Sociais. Em pesquisas sociais, a observação permite compreender como as pessoas interagem, se comportam e vivenciam suas rotinas em seus contextos sociais. Observando diretamente, o pesquisador pode captar detalhes que passariam despercebidos em entrevistas ou questionários, acessando informações sobre interações, expressões e comportamentos em situações reais.

Existem diferentes tipos de observação, cada um com suas características e aplicações:

- Na observação participante, o pesquisador se envolve ativamente nas atividades do grupo que está estudando, participando das práticas enquanto observa. Essa imersão proporciona uma compreensão mais profunda do fenômeno estudado, mas exige atenção para equilibrar a participação com o registro das observações.
- Na observação não participante, o pesquisador analisa o grupo de fora, sem se envolver diretamente nas atividades. Essa abordagem favorece a objetividade, minimizando a influência do pesquisador no comportamento dos observados.
- Na observação estruturada, o pesquisador utiliza um roteiro predefinido com categorias e aspectos específicos a serem observados. Essa técnica auxilia na organização e no foco da pesquisa, facilitando a comparação de dados.
- Na observação não estruturada, o pesquisador analisa de maneira mais livre e aberta, sem um roteiro prévio rígido. Essa abordagem permite captar aspectos inesperados e espontâneos da situação observada.

Registrar as observações de forma detalhada e organizada é crucial para a pesquisa. O diário de campo é uma ferramenta essencial para documentar o processo de observação, servindo como um repositório de informações, reflexões e interpretações.

Existem diferentes tipos de anotações:

- Descritivas: registros detalhados e objetivos de tudo o que é observado – pessoas, ações, interações, ambiente, etc., sem emitir julgamentos ou interpretações. Por exemplo: "Três crianças, duas meninas e um menino, brincam de pega-pega na praça. A menina mais alta corre mais rápido e consegue alcançar os outros com facilidade."
- Reflexivas: anotações sobre as impressões, os sentimentos e as interpretações do pesquisador sobre o que foi observado. Por exemplo: "A forma como as crianças brincam parece refletir as relações de poder entre elas."
- Contextuais: informações sobre o ambiente físico e social da observação, como local, horário, clima, condições sociais, etc. Por exemplo: "A praça está movimentada, com pessoas de diferentes idades e grupos sociais."
- De interação: (se for observação participante) registro das interações do pesquisador com o grupo observado, incluindo conversas e participação em atividades. Por exemplo: "Conversei com uma das crianças sobre as regras da brincadeira. Ela me explicou com entusiasmo e me convidou para participar."

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas.***

Observação da Cultura Corporal de Movimento na comunidade

Como fazer

Agora, você vai experimentar a técnica da observação e da tomada de notas para levantar dados sobre as práticas da Cultura Corporal de Movimento presentes na comunidade.

1. Planejamento da observação

- Junte-se a quatro estudantes e escolham um espaço público e uma prática da Cultura Corporal de Movimento para investigar.
- Definam o local de observação: uma quadra, parque, academia ao ar livre, etc.
- Escolham o tipo de observação: participante ou não participante.
- Nesse primeiro momento, utilizem a observação não estruturada.

2. Coleta de dados

- Observe a prática escolhida, prestando atenção aos detalhes.
- Organize o material para suas anotações: caderno, caneta, etc.
- Se possível, em conjunto com o grupo, defina categorias para as anotações: participantes, ambiente, interações, movimentos, etc.
- Anote tudo o que observar de forma descritiva, sem julgamentos ou interpretações.
- Registre a cronologia dos eventos, comportamentos, falas e reações.
- Organize suas anotações no diário de campo, dividindo-as em categorias.

3. Análise dos dados

- Conversem em grupo sobre as observações, compartilhando os diários de campo.

- Explorem pontos comuns e específicos das observações.
- Identifiquem padrões de comportamento, interações e reações.
- Reflitam sobre os significados da prática corporal investigada.
- Relacionem as observações com o contexto social e cultural da comunidade.
- Produzam um relatório com descrição e análise da prática corporal investigada.

Ao final da atividade, divulguem os resultados da pesquisa no perfil *on-line* que será criado na seção *Desembarque* deste capítulo.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Ao listar, compartilhar e experimentar as práticas corporais com a turma, reconhecendo as diferentes intencionalidades e significados, você mobilizou conhecimentos sobre a Cultura Corporal de Movimento.

Quando você percebe as diferenças de intencionalidade, de contexto e de significado das práticas corporais, você está observando a inserção cultural dessas práticas. As questões culturais presentes nas práticas corporais não envolvem apenas escolhas e intenções pessoais, mas também integram valores e visões de mundo.

Perceber como as práticas corporais são permeadas de significados culturais e sociais contribui para que você possa se posicionar de forma ética e responsável diante de seus diferentes usos e significados, além de permitir que se conscientize de tais práticas e aprofunde sua capacidade de interagir com elas.

3ª PARADA

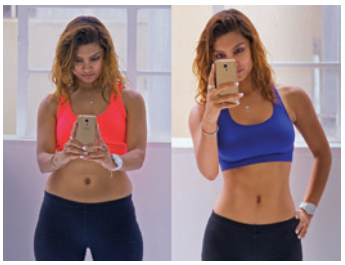
A cultura da busca pelo corpo perfeito

Redes sociais e os padrões de beleza

Nesta parada, você vai investigar como os padrões de beleza, propagados pelas redes sociais, influenciam a percepção que jovens e adolescentes têm de seus próprios corpos. A partir da análise de imagens, depoimentos e discussões em grupo, você poderá refletir como as mídias digitais afetam a autoimagem e a autoestima. Além disso, serão abordados os riscos associados a essas influências, como o desenvolvimento de distúrbios alimentares, e a construção de uma visão mais crítica sobre o corpo nas redes sociais.

1 **Observe as imagens a seguir, leia os trechos de entrevistas com jovens e converse com os colegas e o professor sobre as questões propostas.**

PeopleImages.com - Yuri A/ Shutterstock.com/ID/BR



PeopleImages.com - Yuri A/ Shutterstock.com/ID/BR

Jovens tiram *selfies* na frente do espelho mostrando a forma corporal antes e depois de um programa de dieta e exercícios físicos.

Autorretrato nas redes sociais

Sou gordinha e gosto sempre de parecer mais magra nas fotos. Por isso, escolho o ângulo certo e depois mexo nela. Se ainda assim não ficar boa, apago logo e tiro outra até ficar do jeito que eu quero. Se alguém me achar bonita na foto, vai me achar bonita quando se lembrar de mim. Vai ficar com aquela imagem gravada na mente. Ainda bem que todo mundo diz que sou fotogênica. (entrevistada B)

[...]

Gosto de olhar minhas fotos. Sempre tiro fotos do meu corpo. Acho ele atraente. Não sou gordo, nem magro, sou normal! [...] Na verdade mesmo, queria ser um pouco mais fortinho. Ter músculos definidos, barriga definida. Mas vou entrar na academia e deixar meu corpo do jeito que eu quero. (entrevistado C)

Entrevistada da pesquisa: MIRANDA, Luciana Aparecida de. Corpo para mostrar: o autorretrato nas redes sociais. *In*: ENCONTRO BAIANO DE ESTUDOS EM CULTURA, 3. 2012, Cachoeira. *Anais* [...]. Cachoeira: UFRB, 2012. p. 7-8. Disponível em: https://www.ufrb.edu.br/ebecult/wp-content/uploads/2012/04/Corpo-para-mostrar-o-autorretrato-nas-redes-sociais.pdf. Acesso em: 13 out. 2024.

Não escreva no livro.

Todas as respostas desta atividade são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

a) Você usa redes sociais? Se sim, com que frequência você as acessa? Quais são os tipos de conteúdo que você mais vê nas redes sociais? Eles influenciam a maneira como você se vê ou age no seu dia a dia?

b) Qual é a relação entre a forma física e a imagem que as pessoas desejam mostrar nas redes sociais? Como isso pode influenciar o modo como você vê o seu corpo?

c) Nos depoimentos apresentados, os jovens expressam preocupação com o corpo e com a maneira como ele é mostrado nas redes sociais. Como você se sente em relação ao seu corpo? Você gosta de publicar fotos *on-line*? Você procura os melhores ângulos e edições ao tirar uma *selfie* pensando na forma como as outras pessoas vão observar?

d) Você já fez ou pensa em fazer uma dieta ou um programa de exercícios físicos com o objetivo de modificar sua forma corporal? De que maneira as fotos de "antes e depois" que você vê nas redes sociais influenciam sua decisão de mudar o corpo ou manter o estilo de vida atual?

e) Você segue influenciadores ou páginas que falam sobre dietas, exercícios ou modificação corporal? O que você acha desse tipo de conteúdo?

A utilização de editores de imagens para modificar a aparência corporal, promessas de maneiras rápidas de alcançar a "boa forma", divulgação de novas fórmulas e de conhecimentos para conquistar o "corpo ideal" são ideias que circulam nas redes sociais. Você já parou para pensar em como essas ideias podem afetar a imagem e a satisfação corporal das pessoas?
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas.***

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Imagem corporal

A imagem corporal é a representação mental que você constrói sobre o próprio corpo, incluindo as percepções sobre suas potencialidades e fragilidades. Ela faz parte da sua autoimagem e é construída ao longo da vida, influenciada por fatores individuais, sociais e culturais. A imagem corporal abrange aspectos físicos, psicológicos e sociais e é fortemente influenciada pelos padrões e pelas expectativas que a sociedade impõe sobre a aparência. As mudanças corporais da puberdade e a busca por identidade podem tornar os adolescentes mais vulneráveis à insatisfação com a imagem corporal e às pressões da mídia, da sociedade e do grupo de amigos em relação aos padrões de beleza.

Padrões de beleza: riscos para adolescentes e jovens

2 **Para iniciar este tópico, você vai debater com os colegas os padrões de beleza.**

Como fazer

- Procure revistas impressas, atuais ou antigas, de grande circulação, que divulguem estratégias para "conquistar o corpo ideal".
- A turma deve se organizar em grupos com quatro a seis integrantes.
- Cada integrante do grupo deverá escolher e recortar da revista a imagem de uma pessoa que considere bonita.
- O grupo deverá compor um cartaz com todas as imagens selecionadas e afixá-lo em um local visível para os demais grupos.
- Quando todos os grupos terminarem, observem os cartazes e participem de uma roda de conversa para debater as seguintes questões com o professor e os colegas:
- Há características em comum nas imagens selecionadas?
- Que critérios cada grupo adotou para definir que uma pessoa é bonita?
- Em geral, o que determina os padrões de beleza na sua turma?

3 **Leia os textos a seguir e reflita sobre as questões. Depois, compartilhe seu ponto de vista com os colegas e o professor.**

O corpo nas redes sociais

O surgimento das redes sociais nas últimas décadas trouxe consigo grandes modificações no estabelecimento de relações interpessoais, oferecendo para crianças e adolescentes possibilidades de estar em constante interação com pessoas e comunidades virtuais desenvolvidas através de afinidade de interesse em comum. No entanto, as redes

sociais podem influenciar os comportamentos, opiniões, ações, principalmente dos adolescentes, afinal eles ainda estão na fase de construção de sua identidade. Dessa forma, os padrões de beleza estabelecidos pela influência sociocultural aliada à indústria do corpo ideal são fatores de risco que contribuem para a instauração da insatisfação corporal na vida dos adolescentes, visto que, no mundo contemporâneo, a imagem ganha extrema relevância. A perda do corpo infantil e a reestruturação corporal podem trazer sofrimento ao adolescente na busca pela aceitação social, gerando preocupações relacionadas à imagem corporal, a forma como se apresenta, se relaciona e como ele é. Os materiais compartilhados nas redes sociais, frequentemente apresentando imagens idealizadas, têm o potencial de desencadear transtornos alimentares e distúrbios da imagem corporal. Isso pode levar a um aumento do isolamento social, sentimentos de depressão e uma sensação de inferioridade e inadequação entre muitos jovens, resultante da preocupação excessiva em não se enquadrar nos padrões socialmente estabelecidos.

Adaptado de COMIN, Breno Cristiano; SOARES, Nandra Martins; MOMBELLI, Mônica Augusta. Mundo virtual e saúde mental: influência das mídias sociais na autoimagem dos adolescentes. *Revista de Gestão e Secretariado,* São José dos Pinhais, v. 15, n. 5, p. 9, 2024. Disponível em: https://ojs.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/3727/2391. Acesso em: 16 set. 2024.

Corpos e almas livres

A incrível e turbulenta jornada em busca do amor-próprio

Em meus 24 anos de vida, em nenhum momento eu não estive acima do peso recomendado para meu índice de massa corporal, e a relação que tenho com meu corpo é como uma montanha-russa, cheia de altos e baixos. Foram dietas malucas, limão em jejum, academia, injeção de enzimas que prometem diminuir a gordura localizada e até a bendita noz-da-Índia – semente totalmente proibida pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) que promete acelerar o metabolismo e causa uma diarreia absurda. Por que gastar energia odiando um corpo que me mantém viva? Depois de um tempo, decidi quebrar uma barreira que me segurava na minha batalha por autoaceitação. Furei uma bolha nas minhas redes sociais. Fiz uma limpa e deixei de seguir contas feitas por pessoas que só mostravam corpos e vidas perfeitos. Todo mundo tem imperfeições, né? Comecei a acompanhar *hashtags* e perfis com conteúdos reais, com um olhar especial para aqueles voltados ao *body positive* e aos corpos livres.

ROSA, Mariane Venditi da. Corpos e almas livres: a incrível e turbulenta jornada em busca do amor-próprio. *Sextante*, Porto Alegre, n. 57, nov. 2021. Disponível em: https://www.ufrgs.br/sextante/corpos-e-almas-livres/. Acesso em: 18 set. 2024.

Todas as respostas desta atividade são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

a) Com base nos textos e em suas experiências, você acha que adolescentes e jovens estão mais expostos a padrões de beleza idealizados nas redes sociais? Justifique sua resposta.

b) Como você observa o uso de recursos tecnológicos, como filtros e ferramentas de edição de imagens e vídeos no modo como as pessoas mostram sua aparência das redes sociais?

c) Quais estratégias você acredita que poderiam ajudar adolescentes e jovens a desenvolverem uma visão crítica sobre os padrões de beleza nas redes sociais e evitarem a insatisfação corporal?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O movimento *Body Positive* surgiu como uma resposta aos padrões de beleza restritos e irreais que permeiam a sociedade, principalmente nas redes sociais. Ele busca promover a aceitação de todos os corpos, independentemente de formato, tamanho, raça, deficiência ou quaisquer outras características, incentivando uma autoimagem positiva e o respeito à diversidade corporal. O movimento visa diminuir a influência da mídia e da publicidade na construção de padrões de beleza excludentes, incentivando uma maior representatividade de corpos diversos nos espaços midiáticos, incluindo corpos gordos, corpos com deficiência e corpos com marcas como estrias e cicatrizes.

Os principais pilares do movimento *Body Positive* são:

- amar e respeitar seu corpo como ele é, sem a necessidade de mudanças para atender a padrões sociais;
- valorizar a diversidade corporal, reconhecendo que cada corpo é único e não deve ser comparado a padrões irreais;
- lutar contra a imposição de ideais estéticos que excluem a maioria das pessoas, promovendo uma visão mais inclusiva da beleza;
- aumentar a visibilidade de corpos diversos para que as pessoas possam se ver representadas de maneira positiva nos meios de comunicação.

No Brasil, diversos ativistas têm se destacado na defesa do *Body Positive* nas redes sociais, como Alexandra Gurgel (1989-) e Jéssica Balbino (1985-), compartilhando conteúdos sobre aceitação corporal e combatendo a gordofobia e a discriminação contra corpos com deficiência. Esses ativistas trabalham para criar um ambiente inclusivo e positivo nas redes sociais, no qual as pessoas possam se sentir representadas e valorizadas, independentemente de como seus corpos se apresentam.

Não escreva no livro.

Frazer Harrison/Getty Images

Mama Cax (1989-), modelo dos EUA participa de campanhas para promover maior representatividade das pessoas com deficiência na moda. Na foto, ela participa da Semana de Moda de Nova York em 2019.

Maju de Araújo/ Acervo da cedente

Maju de Araújo (2002-), modelo brasileira com síndrome de Down, promove conteúdos de conscientização e superação da discriminação contra pessoas com deficiência.

Padrões de beleza e distúrbios alimentares

O excessivo apelo midiático em relação a padrões de beleza, para homens e principalmente para mulheres, desperta questões sociais e de saúde que exigem atenção. A supervalorização da força e da virilidade masculina, por exemplo, pode validar comportamentos dominadores e agressivos, contribuindo para riscos de violência contra a mulher. A ideia de possuir corpos atléticos e musculosos gera pressões para a vida dos jovens, e aqueles que não conseguem ou não desejam se enquadrar nos perfis idealizados podem se sentir inferiorizados e excluídos, além de correrem risco de desenvolver distúrbios de autoimagem e de alimentação.

Leia as definições a seguir e, depois, converse com o grupo.

Transtornos alimentares

Os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial.

Anorexia nervosa

A anorexia nervosa tem três características essenciais: restrição persistente da ingesta calórica; medo intenso de ganhar peso ou de engordar ou comportamento persistente que interfere no ganho de peso; e perturbação na percepção do próprio peso ou da própria forma. O indivíduo mantém um peso corporal abaixo daquele minimamente normal para idade, gênero, trajetória do desenvolvimento e saúde física.

Bulimia nervosa

Existem três aspectos essenciais na bulimia nervosa: episódios recorrentes de compulsão alimentar, comportamentos compensatórios inapropriados recorrentes para impedir o ganho de peso e autoavaliação indevidamente influenciada pela forma e pelo peso corporais. Para concluir o diagnóstico, a compulsão alimentar e comportamentos compensatórios inapropriados devem ocorrer, em média, no mínimo uma vez por semana por três meses.

vadimguzhva/iStock/Getty Images

Retrato de mulher com anorexia, 2015.

Adaptado de: AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*: DSM-5-TR. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023. p. 371, 382 e 388. *Apud* SCARDINI, Bruna; SILVA, Janaína. Transtornos alimentares e sua relação com os padrões de beleza impostos pelas mídias sociais. *In*: ALMEIDA, Flávio Aparecido de; KLAUSS, Jaisa (org.). *Psicologia*: teorias e práticas em pesquisa. Guarujá: Científica Digital, 2024. v. 2. p. 94-110, p. 100. Disponível em: https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/240717167.pdf. Acesso em: 16 set. 2024.

4 Agora, você vai fazer uma pesquisa sobre padrões de beleza. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Investigando padrões de beleza da turma

Como fazer

- Organize-se em pequenos grupos, de três a quatro estudantes.
- Compartilhe sua experiência com alimentação e como os padrões de beleza influenciam sua vida.
- Conversem sobre as seguintes perguntas:
  - Já sentiram pressão para mudar sua alimentação ou corpo devido aos padrões de beleza da mídia ou das redes sociais?
  - Qual é a relação entre sua rotina alimentar e a busca por um corpo que se aproxime dos padrões promovidos pela mídia?
  - Compare os principais sintomas da anorexia e da bulimia. Em sua opinião, por que esses distúrbios muitas vezes passam despercebidos ou são ignorados pelas pessoas ao redor?

Investigando a gordofobia e a prática de exercícios físicos

- Use a palavra-chave "corpo saudável" em um mecanismo de busca e observe as primeiras imagens que aparecem. Repare se as fotos retratam uma variedade de corpos ou se há uma predominância de corpos magros como o único modelo de saúde. Então, reflita sobre as seguintes questões:
  - O corpo magro é sempre o único que pode ser considerado saudável? Como isso pode confundir a busca por saúde com padrões estereotipados de beleza?
  - Como o campo midiático utiliza a busca pelo corpo magro para promover a prática de exercícios?
  - Você já presenciou ou viveu situações em que pessoas gordas foram discriminadas na escola, nas aulas de Educação Física ou em outras atividades físicas?

Em uma roda de conversa, debatam as falas a seguir, que revelam atitudes gordofóbicas:

- "Nossa, você é gorda(o), mas tem um rosto tão bonito!"
- "Como você emagreceu, está mais bonito(a)!"
- "Hoje vou fazer uma gordice!"

Analise se você ou pessoas ao seu redor já manifestaram algum comportamento ou comentário associado à gordofobia e como isso impacta a vida das pessoas.

#ficaadica

Lembre-se: embora a magreza extrema, o excesso de peso e a obesidade possam afetar a saúde, todas as pessoas merecem respeito, e o corpo de ninguém deve ser motivo de exclusão ou discriminação em práticas sociais, de lazer ou no trabalho. O estigma relacionado ao peso e à forma corporal pode afetar negativamente a saúde mental das pessoas, que frequentemente são alvo de piadas e olhares preconceituosos. A saúde não está limitada a um tipo de corpo.

VALE VISITAR

Acesse o texto para mais informações sobre como combater a gordofobia.
Gordofobia: o que é e como combater o preconceito contra pessoas gordas na escola.

- Disponível em: http://www.multirio.rj.gov.br/index.php/leia/reportagens-artigos/reportagens/17449-gordofobia-o-que-%C3%A9-e-como-combater-o-preconceito-contra-pessoas-gordas-na-escola. Acesso em: 26 set. 2024.

Ginásticas de condicionamento físico e padrões de beleza

As práticas de **ginásticas de condicionamento físico**, como musculação, *crossfit* e ginástica localizada, são frequentemente associadas à busca pelo "corpo ideal", seguindo tendências e modismos. Essas práticas têm em comum a execução de exercícios que visam aumentar o metabolismo e estimular os sistemas cardiorrespiratório e muscular, com o objetivo de melhorar a condição física do praticante. No entanto, é fundamental compreender que as ginásticas de condicionamento físico vão além da busca por padrões de beleza. Elas podem e devem ser vivenciadas com foco na melhora da aptidão física, no autoconhecimento e na ampliação da consciência corporal, respeitando a individualidade de cada praticante.

Não escreva no livro.

Exemplos de ginásticas de condicionamento físico:

- Exercícios de fortalecimento muscular: musculação, ginástica localizada, treinamento funcional.
- Exercícios aeróbicos: caminhada, corrida, bicicleta ergométrica.
- Aulas com passos de dança: zumba, *step*.

A **aptidão física** é a capacidade de utilizar as funções e as habilidades corporais de forma eficiente nas atividades do dia a dia, no trabalho e no lazer. Ela envolve a saúde, o desenvolvimento de capacidades físicas, como força, resistência e flexibilidade, e o desempenho motor, com habilidades como velocidade, agilidade, potência, coordenação e equilíbrio.

O conceito de aptidão física preza pelo respeito à individualidade, ao ritmo e aos objetivos de cada praticante, reconhecendo que as necessidades de cada pessoa são distintas. Esse é o ponto que diferencia o uso das ginásticas com foco no "corpo ideal" daquele que busca o desenvolvimento da aptidão física e do desempenho motor de forma saudável e consistente.

5 **Agora, você vai movimentar seu corpo e fazer exercícios de condicionamento físico que respeitam a individualidade dos praticantes.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Práticas de ginástica de condicionamento físico

Como fazer

- Em conjunto com o professor e os colegas de turma, selecionem exercícios de uma ou mais modalidades de ginástica de condicionamento físico que vocês conhecem ou gostariam de conhecer.
- Cada estudante (ou grupos de quatro a seis estudantes) deve escolher um ou dois exercícios que considere adequados para seu corpo e que respeitem seus limites.
- Compartilhem com a turma a execução do exercício, o que ele trabalha no corpo e por que foi selecionado.
- Para cada exercício selecionado, apresentem duas opções de execução: uma mais simples e outra mais avançada, para atender a diferentes níveis de condicionamento físico.
- Durante a apresentação e experimentação de cada exercício, discutam como cada um sentiu a dificuldade e o nível de intensidade.
- Ao final, conversem sobre o que sentiram ao trabalhar com as possibilidades de ajuste dos exercícios às necessidades individuais.

Avaliação e cuidados com a imagem corporal

A identificação de grande número de pessoas com problemas de imagem corporal levou pesquisadores da psicologia e das ciências da atividade física a desenvolver instrumentos de pesquisa para avaliar a imagem corporal. Um desses instrumentos é Body Shape Questionnaire (BSQ), adaptado e validado para uso no Brasil por Mônica Di Pietro, Evelyn Doering Xavier e Dartiu Xavier da Silveira, da Universidade Federal de São Paulo (SP).

6 **Copie o quadro no caderno e responda às questões a seguir em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas, utilizando a seguinte legenda:**

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

Quanto maior a soma dos valores assinalados, maior a sua insatisfação com o próprio corpo.

Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

	1	2	3	4	5	6
1. Sentir-se entediado(a) faz você preocupar-se com a forma física?	////	////	////	////	////	////
2. Sua preocupação com a forma física chega a ponto de você pensar que deveria fazer uma dieta?	////	////	////	////	////	////
3. Já lhe ocorreu que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante do corpo?	////	////	////	////	////	////

4. Você tem receio de que poderia engordar ou ficar mais gordo(a)?	////	////	////	////	////	////
5. Você anda preocupado(a), achando que o seu corpo não é firme o suficiente?	////	////	////	////	////	////
6. Ao ingerir uma refeição completa e sentir o estômago cheio, você se preocupa em ter engordado?	////	////	////	////	////	////
7. Você se sentiu tão mal com sua forma física a ponto de chorar?	////	////	////	////	////	////
8. Você deixou de correr por achar que seu corpo poderia balançar?	////	////	////	////	////	////
9. Estar com pessoas magras do mesmo gênero que você faz você reparar em sua forma física?	////	////	////	////	////	////
10. Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem ocupar muito espaço quando você se senta?	////	////	////	////	////	////
11. Você já se sentiu gordo(a) mesmo após ingerir uma pequena quantidade de alimento?	////	////	////	////	////	////
12. Você tem reparado na forma física de outras pessoas do mesmo gênero que o seu e, ao se comparar, tem se sentido em desvantagem?	////	////	////	////	////	////
13. Pensar na sua forma física interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (por exemplo, assistir a televisão, ler ou acompanhar uma conversa)?	////	////	////	////	////	////
14. Ao estar a sós consigo e observar o seu corpo em situações cotidianas, como tomar banho, você se sente gordo(a)?	////	////	////	////	////	////
15. Você tem evitado usar roupas mais justas para não se sentir desconfortável com a sua forma física?	////	////	////	////	////	////
16. Você já se pegou pensando em remover partes mais carnudas de seu corpo?	////	////	////	////	////	////
17. Comer doces, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gordo(a)?	////	////	////	////	////	////
18. Você já deixou de participar de eventos sociais (por exemplo, festas) por se sentir mal com relação à sua forma física?	////	////	////	////	////	////
19. Você se sente muito grande e arredondado?	////	////	////	////	////	////
20. Você sente vergonha do seu corpo?	////	////	////	////	////	////
21. A preocupação com sua forma física o(a) leva a fazer dieta?	////	////	////	////	////	////
22. Você se sente mais contente em relação à sua forma física quando seu estômago está vazio (por exemplo, pela manhã)?	////	////	////	////	////	////
23. Você acredita que a sua forma física se deva à sua falta de controle?	////	////	////	////	////	////
24. Você se preocupa que outras pessoas vejam dobras na sua cintura ou estômago?	////	////	////	////	////	////
25. Você acha injusto que outras pessoas do mesmo gênero que o seu sejam mais magras que você?	////	////	////	////	////	////
26. Você já vomitou para se sentir mais magro(a)?	////	////	////	////	////	////
27. Quando acompanhado(a), você fica preocupado(a) em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado(a) em um sofá ou no banco do ônibus)?	////	////	////	////	////	////
28. Você se preocupa com o fato de estar ficando cheio de “dobras” ou “banhas”?	////	////	////	////	////	////
29. Ver seu reflexo (por exemplo, em um espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?	////	////	////	////	////	////
30. Você belisca áreas do seu corpo para ver quanto há de gordura?	////	////	////	////	////	////
31. Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários e banheiros)?	////	////	////	////	////	////
32. Você já tomou laxante para se sentir mais magra(o)?	////	////	////	////	////	////
33. Você fica preocupada(o) com sua forma física quando em companhia de outras pessoas?	////	////	////	////	////	////
34. A preocupação com sua forma física leva você a sentir que deveria fazer exercícios?	////	////	////	////	////	////

Não escreva no livro.

4ª PARADA

Marcadores sociais da diferença e práticas corporais: o balé em foco

Nesta parada, você vai refletir sobre os marcadores sociais da diferença e como eles impactam as práticas corporais, com foco no balé. Além de analisar imagens e textos, você terá a oportunidade de investigar histórias de bailarinos e bailarinas que superaram barreiras sociais, compreendendo como esses desafios são moldados pela interseccionalidade – a interação entre diferentes marcadores sociais, como raça, gênero, classe social e deficiência. Para complementar a reflexão, você vai participar de uma vivência prática, explorando movimentos básicos do balé clássico e criando uma coreografia.

1 **Observe as imagens, leia o texto e converse sobre as questões com os colegas e professor.**

César Diniz/Pulsar Imagens

Grupo Foliarco de Balé se apresenta durante a Virada Cultura da Cidade de São Paulo (SP), em 2019.

Favelinha Dance/Arquivo do cedente

Grupo Favelinha Dance, originário de Belo Horizonte (MG), busca promover o protagonismo negro. Foto de 2024.

Juventudes e marcadores sociais

Prevalece no senso comum um certo imaginário de que as juventudes são constituídas por um grupo de pessoas homogêneas, geralmente, associadas a dois extremos: por um lado, jovens de classe média, brancos, moradores de regiões mais ricas e que, por sua condição social, se dedicam apenas aos estudos; por outro lado, os jovens, por vezes, são associados a moradores de periferias, pretos e pobres envolvidos em situações de violências e drogas. Mas essas imagens nem de longe explicam as diversidades das juventudes. A juventude é uma noção dinâmica, sócio-histórica e culturalmente construída, sempre situada e relacional. Adotamos neste trabalho a perspectiva de clivagens sociais, verificando como classe social, raça gênero e região impactam o que é ser jovem. Essas clivagens sociais estão associadas à mais facilidade ou dificuldade de acesso a direitos e políticas públicas. E elas não podem ser analisadas de forma isolada: a intersecção entre diversas clivagens sociais gera mais formas de opressões sociais. [...] Dessa forma, gênero, raça, classe e outros marcadores sociais não atuam isoladamente, são indissociáveis.

ARAÚJO, Rogério de Oliveira; PEREZ, Olívia Cristina. Juventudes e Marcadores Sociais da Diferença nos Planos Estaduais de Juventude do Brasil. *Iberoamericana*: América Latina-España-Portugal, [*s. l.*] v. 23, n. 82, p. 81-95, 2023. Disponível em: http://journals.iai.spk-berlin.de/index.php/iberoamericana/article/view/2997. Acesso em: 13 out. 2024.

Todas as respostas desta atividade são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

a) Que marcadores sociais você pode observar nas pessoas representadas nas imagens?

b) De que forma as imagens revelam a diversidade das juventudes?

c) Em conjunto com os colegas, elabore uma lista de práticas corporais cultivadas por diferentes perfis de jovens, considerando os marcadores sociais de renda, gênero, etnia e local de moradia (no campo, em regiões mais centrais e em regiões mais periféricas da cidade).

d) De que forma você observa desigualdades no acesso a práticas corporais e na vivência delas na realidade em que sua escola e família estão inseridas?

e) Como você interpreta as relações entre o trecho "A juventude é uma noção dinâmica, sócio-histórica e culturalmente construída, sempre situada e relacional" e as práticas corporais que você listou?

Os **marcadores sociais da diferença** são categorias que nos ajudam a entender as desigualdades sociais, revelando as características que historicamente têm sido usadas para definir quem tem mais ou menos poder, acesso a recursos e oportunidades. Esses marcadores não são apenas atributos individuais, eles refletem estruturas sociais e políticas que afetam diretamente a vida das pessoas, inclusive suas experiências com as práticas corporais. Cada pessoa pode ser identificada por diferentes marcadores sociais simultaneamente, como classe social, gênero, raça/etnia, deficiência, orientação sexual, idade, local de origem e religião, entre outros. Essas identidades se interseccionam e influenciam as experiências e as oportunidades das pessoas no mundo, inclusive no acesso e na participação em práticas corporais.

VALE VISITAR

Saiba mais sobre as discussões relativas à diversidade de gênero, acesse o conteúdo do *site Politize!*: POLITIZE! O que é transfobia? *Politize!*, setembro de 2021.

- Disponível em: https://www.politize.com.br/equidade/o-que-e-transfobia/. Acesso em: 26 set. 2024.

A **classe social** se refere à posição econômica e social que uma pessoa ou grupo ocupa na sociedade. O acesso a recursos materiais, como dinheiro, educação e moradia, é distribuído de forma desigual entre as classes. Nas práticas corporais, a classe social pode afetar o acesso a espaços adequados, equipamentos de qualidade e oportunidades de participação, com pessoas de classes menos favorecidas enfrentando mais barreiras, como a falta de espaços de lazer e esporte próximos às suas casas.

O **gênero** se refere aos papéis, comportamentos e expectativas socialmente construídos para homens, mulheres e pessoas não binárias. As diferenças de gênero podem resultar em desigualdade de tratamento e de oportunidades nas práticas corporais. Em alguns esportes, por exemplo, certos padrões de comportamento são esperados de acordo com o gênero, o que pode revelar restrições históricas e desigualdades na experiência de mulheres e pessoas não binárias nas práticas corporais.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Entendendo os conceitos de gênero, transgênero e cisgênero

O **gênero** é uma construção social e cultural que define o que significa ser masculino ou feminino em diferentes contextos históricos e sociais. Ele vai além da biologia e do corpo físico e é influenciado por fatores culturais e expectativas da sociedade.

Pessoas **transgênero** são aquelas que não se identificam com o gênero que lhes foi atribuído ao nascer. Ser transgênero envolve uma profunda identificação psicológica e emocional com um gênero diferente do biológico, e, muitas vezes, essas pessoas podem buscar mudanças sociais, legais e/ou físicas para alinhar sua identidade de gênero com seu corpo e vida cotidiana.

Pessoas **cisgênero** são aquelas cuja identidade de gênero corresponde ao sexo que lhes foi atribuído ao nascer.

A diversidade de gênero reconhece que existem muitas formas de viver e expressar o gênero, indo além dos rótulos binários. A compreensão e o respeito pela diversidade de gênero são fundamentais para a construção de uma sociedade justa e inclusiva, na qual todas as pessoas possam viver autenticamente e com dignidade.

A **diversidade sexual** abrange as diferentes orientações sexuais, como a homossexualidade, a bissexualidade, a pansexualidade e a assexualidade, entre outras. A identidade de gênero, por sua vez, engloba as experiências de pessoas cisgênero e transgênero. A sociedade, muitas vezes, impõe normas e barreiras que limitam a participação dessas pessoas em práticas corporais, gerando discriminação e exclusão.

- **Homossexualidade**: atração afetiva e/ou sexual por pessoas do mesmo gênero.
- **Bissexualidade**: atração por pessoas de mais de um gênero.
- **Pansexualidade**: atração por pessoas, independentemente de seu gênero ou identidade de gênero.
- **Assexualidade**: ausência de atração sexual ou baixo interesse por atividades sexuais.

Marconi Araújo/Brunno Martins

O conceito de **raça**, historicamente utilizado para classificar seres humanos com base em características biológicas, é hoje compreendido como uma construção social que visa justificar hierarquias e desigualdades. A ciência contemporânea refuta a ideia de que a raça tenha uma base biológica sólida, pois os seres humanos compartilham mais semelhanças genéticas do que diferenças. O conceito de **etnia**, por outro lado, está relacionado a aspectos culturais, históricos e linguísticos compartilhados por um grupo de pessoas e envolve a herança cultural e o sentimento de pertencimento a um grupo.

A **deficiência** é um marcador social que impacta a identidade e as oportunidades das pessoas, inclusive em relação às práticas corporais. A deficiência não se resume a limitações físicas, sensoriais ou cognitivas; ela revela também como a sociedade muitas vezes não está preparada para acolher a diversidade de corpos e habilidades.

Marconi Araújo, em espetáculo de balé no Rio Grande do Norte, foi acometido por poliomielite e é cadeirante, encontrando na dança seu espaço de expressão.

Não escreva no livro.

Agora que você compreendeu o conceito de marcadores sociais, vamos aprofundar a discussão sobre como essas categorias afetam a experiência das pessoas com práticas corporais.

Analise a trajetória da bailarina Ingrid Silva (1988-) e reflita sobre como os marcadores sociais da diferença impactaram suas experiências como bailarina. Em seguida, faça com os colegas uma pesquisa sobre outros bailarinos e bailarinas que enfrentaram barreiras para praticar balé, considerando os diferentes marcadores sociais da diferença.

Eduardo Knapp/Folhapress

Ingrid Silva, bailarina brasileira integrante do Dance Theatre Of Harlem nos Estados Unidos em apresentação na cidade de São Paulo (SP), em 2021.

Nascida no Rio de Janeiro, Ingrid Silva iniciou sua trajetória na dança aos oito anos de idade no projeto social "Dançando para Não Dançar", que oferece aulas de balé para jovens de baixa renda. Seu talento e dedicação a levaram a estudar na Escola de Dança Maria Olenewa, uma das mais tradicionais escolas de balé do Brasil. Aos 17 anos, Ingrid recebeu uma bolsa de estudos para o Dance Theatre of Harlem, em Nova York, onde se profissionalizou e se tornou uma das principais bailarinas da companhia.

Em sua trajetória, Ingrid enfrentou desafios relacionados à falta de representatividade e à inclusão no mundo do balé. Por anos, ela precisou pintar suas sapatilhas de ponta com maquiagem para que combinassem com o tom de sua pele, uma vez que as sapatilhas tradicionalmente eram fabricadas apenas em tons claros. Em 2017, a fabricante japonesa Chacott — atendendo a um apelo de Ingrid — lançou sapatilhas de ponta em tons de pele negra, quebrando um tabu histórico no balé e abrindo caminho para uma maior inclusão de bailarinas negras.

Ingrid também é cofundadora do projeto "Blacks in Ballet", que visa dar visibilidade ao trabalho de bailarinos negros e promover a diversidade no mundo da dança. Com uma forte presença na mídia, Ingrid utiliza sua plataforma para lutar por uma maior inclusão e representatividade no balé, inspirando jovens bailarinos e bailarinas a perseguirem seus sonhos, independentemente das barreiras que enfrentarem.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O balé é uma prática corporal historicamente marcada por questões de classe social, gênero e etnia. Tradicionalmente, o acesso ao balé era restrito a meninas de famílias com maior poder aquisitivo. Meninos que se interessam pelo balé podem enfrentar preconceitos e questionamentos sobre sua orientação sexual, além de terem pouco incentivo familiar e encontrar dificuldades para acessar espaços de prática.

Um artigo publicado em 2018 pelo *Geledés: Instituto da Mulher Negra*, organização que atua na defesa dos direitos de mulheres e negros desde 1988, aponta a sub-representação de bailarinas negras em posições de destaque em grandes companhias de dança no mundo todo. Mesmo talentosas e dedicadas, bailarinas negras são raramente selecionadas para papéis de protagonistas, o que evidencia a presença do racismo na prática do balé.

O preconceito racial se revela, inclusive, na produção das sapatilhas de ponta. Apesar de terem sido criadas em 1829, as sapatilhas de ponta só começaram a ser produzidas em larga escala em tons de pele negra a partir de 2017, evidenciando a exclusão histórica de bailarinas negras nesse universo.

2 **Agora, você vai pesquisar os artistas do balé e se aprofundar mais na questão dos marcadores sociais.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Marcadores sociais na prática do balé

Como fazer

- Com os colegas, dividam-se em grupos.
- Cada grupo deve escolher um bailarino ou bailarina negro(a) que tenha se destacado no balé clássico, no Brasil ou no exterior. Alguns exemplos são: Janet Collins, Raven Wilkinson, Lauren Anderson, Aesha Ash, Misty Copeland, Céline Gittens, Michaela DePrince e Precious Adams.
- Investigue a história de vida do bailarino(a) escolhido(a), buscando informações sobre:

VALE VISITAR

Para saber mais sobre a história de bailarinas negras e obter dicas de documentários sobre o tema, acesse o artigo "As bailarinas negras e o balé clássico" no *site Geledés: Instituto da Mulher Negra*.

- Disponível em: https://www.geledes.org.br/as-bailarinas-negras-e-o-ballet-classico/. Acesso em: 18 set. 2024.

#ficaadica

Utilize fontes confiáveis como livros, entrevistas, artigos acadêmicos e documentários para construir um panorama detalhado dessas trajetórias. Faça uma pesquisa também sobre o contexto histórico e social em que essas personalidades viveram, relacionando com os conceitos de interseccionalidade que vimos no capítulo.

- Onde nasceu e como começou sua formação em dança.
- Quais foram as instituições e projetos de dança que ajudaram na sua inserção no balé.
- Que barreiras sociais, econômicas e raciais enfrentou ao longo de sua carreira.
- De que forma superou essas barreiras e se destacou no balé.

Com base nas pesquisas, criem um quadro comparativo que inclua:

- Barreiras enfrentadas (falta de acesso a escolas de dança, racismo nas audições, etc.).
- Soluções ou estratégias utilizadas (bolsas de estudo, apoio de projetos sociais, engajamento em movimentos sociais, etc.).
- Conquistas (papéis principais, reconhecimento internacional, ativismo, etc.).
- Sobreposição de marcadores sociais e seus impactos na prática de dança (ser pobre, morar na periferia, ser negro(a) e ser mulher, etc.).

VALE VISITAR

Para saber mais sobre a biografia e as barreiras enfrentadas por três bailarinos brasileiros, acesse o artigo "Mobilizando o conceito de interseccionalidade à luz da obra de Lélia Gonzalez: três estudos de caso em dança". ARJ–Art Research Journal: *Revista de Pesquisa em Artes*, v. 9, n. 2, 2022. https://periodicos.ufrn.br/artresearchjournal/article/view/28902. Acesso em: 26 set. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

3 Após a pesquisa, que tal experimentar movimentos do balé clássico? 1

Vivência de dança criativa inspirada no balé clássico

Como fazer

- Ouça a música e pense em movimentos suaves e elegantes, como os usados em apresentações de balé.
- Experimente os movimentos básicos do balé: *pliés*, *relevés*, *tendus*, *arabesques* e *pirouettes*. Adapte os movimentos ao seu ritmo e capacidade física.
- ***Plié***: movimento de flexão dos joelhos, com os pés em diferentes posições. Concentre-se em manter a coluna reta e os ombros relaxados.
  - *Demi-plié*: flexão leve, sem levantar os calcanhares.
  - *Grand plié*: flexão profunda, com os calcanhares levemente levantados.

Mar de Palha/ID/BR

O *pliê* é realizado nas cinco posições e, como na imagem, pode ser um *demi-pliê* ou um *grand pliê*, quando o bailarino flexiona o joelho até chegar próximo ao solo.

Mar de Palha/ID/BR

As posições do balé.

- ***Relevé***: movimento de elevação na ponta dos pés (ou meia ponta). Mantenha o corpo alinhado e as pernas esticadas, controlando a descida com cuidado. Para manter o equilíbrio, contraia o abdômen e alinhe a cabeça com o corpo.

Mar de Palha/ID/BR

O *relevé* também pode ser realizado nas cinco posições do balé.

Não escreva no livro.

- ***Tendu***: movimento de extensão da perna para a frente, para o lado ou para trás, deslizando o pé no chão. Mantenha a perna estendida e os dedos do pé apontados.

Tendu para a frente, para o lado e para trás.

- ***Arabesque***: posição em que uma perna é estendida para trás, com o corpo levemente inclinado para a frente. Mantenha a perna de base firme e o corpo alinhado.

Para iniciantes, o arabesque é feito na meia ponta.

- ***Pirouette***: giro completo do corpo em um dos pés. Mantenha os braços em primeira posição e fixe o olhar em um ponto para auxiliar no equilíbrio.

Explorando o espaço e as formas geométricas

- Vivência de dança criativa é uma oportunidade para explorar o espaço de forma expressiva e dinâmica. Utilize as formas geométricas, como diagonais, círculos e linhas, para enriquecer sua coreografia e sua expressão corporal.
- Diagonais: movimente-se em linhas diagonais pelo espaço, explorando diferentes direções, velocidades e alturas.
- Círculos: utilize movimentos circulares com o corpo todo ou com partes específicas, como braços e pernas, para criar fluidez e continuidade na coreografia.
- Linhas retas: crie contrastes com os movimentos circulares e diagonais, utilizando linhas retas para dar estrutura e dramaticidade à coreografia.

Dicas para a criação coreográfica

- Conte uma história com o corpo, expressando emoções e ações por meio dos movimentos.
- Varie os níveis de movimento, explorando o espaço em diferentes alturas.
- Interaja com outros dançarinos, criando diálogos corporais e formas geométricas em conjunto.

Varie o ritmo e o tempo da coreografia, alternando movimentos rápidos e lentos.

- Experimente e improvise, descobrindo novas formas de movimento e expressão.
- Ao realizar os movimentos, reflita sobre as histórias dos bailarinos(as) que você pesquisou. Como eles superaram as barreiras que enfrentaram? Use a dança como forma de expressar essa superação e a luta pela inclusão na dança clássica.
- Em grupo, apresentem suas coreografias para a turma, explicando como a pesquisa sobre bailarinos(as) negros(as) inspirou a criação dos movimentos. Ao final, promovam uma roda de conversa sobre o que sentiram ao realizar a atividade e como o conceito de interseccionalidade se manifesta nas histórias dos bailarinos e nas práticas corporais.

VALE VISITAR

Para conhecer mais sobre companhias de dança que promovem a inclusão e a diversidade, acesse os *links*:
Dance Theatre of Harlem https://www.dancetheatreofharlem.org/
Ballet Black. https://balletblack.co.uk/
Fernanda Bianchini: https://afbb.ong.br/
(Acessos em: 26 set. 2024.)
Caso tenha dificuldade com a leitura em inglês, utilize recursos do seu navegador para tradução ou promova uma atividade interdisciplinar com o professor de inglês.

Interseccionalidade nas práticas corporais

A interseccionalidade é um conceito fundamental para compreendermos como diferentes aspectos da identidade de uma pessoa – seus marcadores sociais – se cruzam e geram experiências complexas de privilégio ou discriminação. Esse conceito, cunhado em 1989 pela teórica feminista negra estadunidense Kimberlé Crenshaw, surgiu de suas reflexões sobre as discriminações múltiplas e simultâneas enfrentadas pelas mulheres negras, com base em seu gênero e em sua cor de pele.

A interseccionalidade nos ajuda a analisar como diferentes marcadores sociais, como gênero, raça/etnia, classe, orientação sexual e deficiência, interagem e se sobrepõem, criando uma teia complexa de privilégios e opressões. Nos Estados Unidos, o conceito ganhou destaque nos movimentos feministas e antirracistas, denunciando as limitações de abordagens que não consideravam a complexidade das experiências de mulheres negras e de outros grupos marginalizados.

Na América Latina, a interseccionalidade tem sido utilizada para analisar as desigualdades estruturais em sociedades marcadas por profundas divisões de classe, raça e gênero, e para compreender as experiências de grupos como mulheres negras, povos indígenas, quilombolas e pessoas LGBTQIA+. No Brasil, o conceito tem sido fundamental para o movimento feminista negro, liderado por autoras como Sueli Carneiro, Lélia Gonzalez e Djamila Ribeiro, e para a luta pelos direitos de grupos historicamente marginalizados.

Refletir sobre a interseccionalidade nas práticas corporais – como danças, lutas, ginásticas, esportes, brincadeiras, jogos e práticas corporais de aventura – nos ajuda a compreender as barreiras, as desigualdades e as dificuldades específicas que pessoas de diferentes grupos sociais enfrentam para acessar as práticas corporais e participar plenamente delas devido à interseção de seus marcadores sociais. Além disso, a interseccionalidade revela como preconceitos e discriminações se manifestam de formas complexas e interligadas, dificultando o exercício do direito e da liberdade de escolha das práticas corporais.

No balé clássico, a interseccionalidade revela como o racismo e o elitismo se combinam para excluir bailarinos negros e de baixa renda, e como os preconceitos de gênero limitam a participação de meninos.

No esporte, a interseccionalidade evidencia as barreiras enfrentadas por atletas negros, mulheres, transgêneros e pessoas com deficiência, que sofrem com preconceito, falta de inclusão e reconhecimento.

A análise interseccional nos permite desconstruir a ideia de que as desigualdades nas práticas corporais são naturais ou inevitáveis, e nos incentiva a buscar soluções para a construção de espaços justos, inclusivos e democráticos, nos quais todos possam participar e se expressar livremente, sem serem limitados por seus marcadores sociais.

4 **Leia os textos a seguir e reflita sobre as questões propostas.**

Discurso de Sojourner Truth proferido na Convenção dos Direitos das Mulheres, nos EUA em 1851.

Aquele homem lá diz que uma mulher precisa ser ajudada ao entrar em carruagens, e levantada sobre as valas, e ficar nos melhores lugares onde quer que vá. Ninguém me ajuda em lugar nenhum! E eu não sou uma mulher? Olhem para mim! Olhem para o meu braço. Eu arei, eu plantei e eu recolhi tudo para os celeiros. E nenhum homem pode me auxiliar. E eu não sou uma mulher? Eu poderia trabalhar tanto e comer tanto quanto qualquer homem [...] e suportar o chicote tão bem quanto! E eu não sou uma mulher? Eu dei à luz crianças e vi a maior parte delas ser vendida como escravas. E quando eu chorei com o sofrimento de uma mãe, ninguém além de Jesus me ouviu. E eu não sou uma mulher?

HENNING, Carlos Eduardo. Interseccionalidade e pensamento feminista: as contribuições históricas e os debates contemporâneos acerca do entrelaçamento de marcadores sociais da diferença. *Mediações* – Revista de Ciências Sociais, Londrina, v. 20, n. 2, p. 104, jul./dez. 2015. Disponível em: https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/mediacoes/article/view/22900/pdf%27. Acesso em: 13 out. 2024.

Não escreva no livro.

Esporte e masculinidade tóxica

As demandas sociais contemporâneas têm colocado em xeque as diversas formas de opressão que historicamente se fizeram presentes de forma naturalizada nas sociedades ocidentais, entre as quais pode-se elencar, além da tradicional opressão de classe, o racismo, o (cis)sexismo e a LGBTIfobia. Nesse contexto, uma identidade que se destaca entre os/as protagonistas desses processos de segregação social está o homem branco, de classe média, heterossexual e cisgênero. Vivemos atualmente a contestação da chamada masculinidade tóxica, uma forma muito tradicional de 'ser homem', recorrentemente imposta na formação de meninos e jovens e que hoje, mais do que nunca, sabe-se que gera violência e desordem emocional tanto para mulheres como para os próprios homens. (...) A masculinidade tóxica se mostra maléfica para homens hetero, homo, cis, trans, pretos, pardos, brancos, deficientes, jovens, idosos e de diferentes classes sociais, entre inúmeras outras identificações possíveis.

Nessa discussão sobre a masculinidade tóxica, o campo do esporte ganha centralidade, pois este é um espaço-tempo que, historicamente, construiu seus sentidos pela legitimação de virilidade, força, agressividade, vigor, coragem e distância de qualquer aspecto do que se reconhece como feminino. Assim, o esporte como reserva e domínio masculino contribuiu para a manutenção e funcionamento das estruturas patriarcais, uma vez que distorceu fortemente as relações de poder a favor dos homens sustentando formas mais extremadas de uma identidade masculinista. Todavia, o esporte também é suscetível a mudanças e, na contemporaneidade, passa a ser afetado pelas demandas que emergem contingencialmente na sociedade, uma vez que sentidos de masculinidade alternativos entre seus praticates são cada vez mais presentes nos contextos esportivos.

BRITO, Leandro Teofilo de. Da masculinidade hegemônica à masculinidade *queer/cuir/kuir*: disputas no esporte. *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 29, n. 2, p. 2, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ref/a/cNwyVKFqHbkqkrb3kcbsvQc/. Acesso em: 17 set. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

a) Como o discurso de Sojourner Truth desafia a percepção de fragilidade associada ao corpo feminino, e de que forma essa visão pode influenciar a maneira como mulheres negras são vistas e tratadas em práticas corporais?

b) De que maneira os marcadores de raça e gênero afetam as oportunidades de participação e sucesso de mulheres negras em práticas corporais?

c) O texto sobre masculinidade tóxica descreve como o esporte reforça estereótipos de força, agressividade e virilidade. Como você enxerga a presença desses valores nas práticas esportivas que observa ou de que participa? Já percebeu algum impacto negativo desse comportamento para homens e mulheres no ambiente esportivo? **4. c)** Respostas pessoais.

d) Como as ideias de masculinidade tóxica descritas no texto influenciam a participação de meninos em atividades tradicionalmente vistas como "femininas", como a dança ou o balé? Já presenciou ou vivenciou situações de preconceito ou exclusão por causa dessa visão? **4. d)** Respostas pessoais.

4. e) Resposta pessoal.

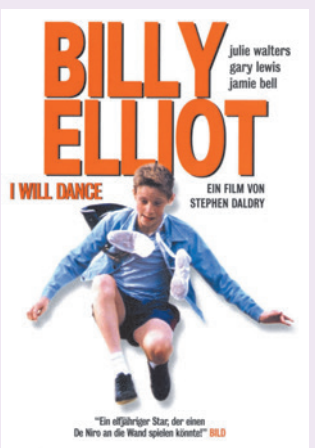
e) De que forma você pode contribuir para uma maior inclusão e equidade nas práticas corporais da sua escola, considerando os debates proporcionados pelos textos?

4. b) Os marcadores de raça e gênero, quando combinados, criam uma barreira dupla para o acesso, a participação e o reconhecimento de mulheres negras nas práticas corporais. Elas enfrentam o racismo e o sexismo de forma interseccional, o que impacta suas oportunidades e suas trajetórias no esporte, na dança e em outras práticas corporais.

4. a) O discurso de Sojourner Truth, proferido em 1851, desafia a percepção de fragilidade historicamente associada ao corpo feminino e denuncia a invisibilização e o tratamento desigual dados às mulheres negras. Truth, ao narrar suas experiências de trabalho e resistência, demonstra a força e a capacidade das mulheres negras, desafiando os estereótipos que as limitam e as inferiorizam. Essa visão pode influenciar a forma como mulheres negras são vistas e tratadas nas práticas corporais, questionando a exclusão e a discriminação que sofrem e abrindo caminho para uma maior participação e reconhecimento.

ENTRETENIMENTO A BORDO

No filme *Billy Elliot*, que se passa em uma pequena cidade no interior da Inglaterra, Billy Elliot, filho de um minerador, descobre uma paixão inesperada pela dança. Contrariando as expectativas de sua família e os costumes locais, ele se encanta com a graça e a força do balé. Determinado a seguir seu sonho, Billy enfrenta preconceitos e desafios em uma jornada emocionante de autodescoberta e superação.



StudioCanal/Working Title Films/BBC Film/D/BR

Pôster do filme *Billy Elliot* (direção de Stephen Daldry, 2000, 1h50min), dirigido por Stephen Daldry.

DESEMBARQUE

Ao longo deste capítulo, você explorou os elementos da Cultura Corporal de Movimento, as questões que permeiam sua distribuição e prática, e seu papel na sociedade. Agora, é hora de assumir um papel de protagonismo na comunidade e compartilhar seus conhecimentos utilizando as redes sociais como ferramenta de ativismo e transformação social.

CRIAÇÃO DE CONTEÚDOS DIGITAIS PARA REDE SOCIAL

Leia o quadro a seguir para obter as informações sobre esta atividade.

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

O quê	Perfil em uma rede social focado no ativismo social relacionado à Cultura Corporal de Movimento.
Situação	Vocês vão assumir o papel de *influencers* digitais e ativistas, produzindo conteúdos para um perfil em rede social que aborde questões relevantes sobre as práticas corporais e sua relação com a sociedade.
Tema	O perfil abordará as práticas corporais (de aventura, brincadeiras, jogos, esportes, danças, ginástica, lutas) e questões de relevância social, como: • direito ao lazer e à saúde; • respeito à diversidade de corpos; • combate a preconceitos como racismo, gordofobia e homofobia; • apoio a minorias sociais e equidade de acesso às práticas corporais, independentemente de marcadores sociais.
Objetivos	• Criar conteúdos digitais a serem disseminados em um perfil de rede social da turma. • Compartilhar o perfil com a comunidade escolar. • Monitorar a repercussão do perfil por meio de curtidas, compartilhamentos e comentários. • Avaliar o perfil utilizando estratégias de análise de mídias sociais.
Quem é você	*Influencer* digital, ativista de causas sociais.
Para quem	Comunidade escolar.
Tipo de produção	Trabalho coletivo, em grupos de cinco integrantes.

Ativismo nas redes sociais

Você sabe o que é ciberativismo? Leia o texto a seguir e realize a atividade proposta.

O Ativismo nas Redes Sociais: Conceito, Importância e Características

O ativismo nas redes sociais é uma vertente do ciberativismo, que engloba todas as atividades online voltadas à promoção de causas sociais e políticas. Ao contrário do ativismo tradicional, que ocorre em espaços físicos e envolve manifestações presenciais, o ciberativismo aproveita o poder da internet para organizar ações e amplificar vozes que, muitas vezes, não são ouvidas nos grandes meios de comunicação. É uma prática que consiste no uso de plataformas digitais para promover e defender causas sociais, culturais, políticas e ambientais. Essa forma de ativismo, que surgiu com a popularização da internet no início do século 21, permite que cidadãos comuns, movimentos sociais e organizações utilizem o espaço digital para disseminar ideias, gerar discussões e mobilizar ações, de maneira rápida e acessível. As redes sociais, ao facilitarem a troca de informações e a criação de conteúdo por usuários, ampliaram o alcance das manifestações de ativismo. Isso transformou as redes em ferramentas poderosas para reivindicar direitos, expor injustiças e influenciar políticas públicas. O ativismo nas redes sociais desempenha um papel fundamental na democratização da comunicação, uma vez que dá voz a indivíduos e comunidades historicamente marginalizadas, permitindo que eles se organizem e influenciem decisões importantes. [...]

Adaptado de FIA BUSINESS SCHOOL. Ativismo nas redes sociais: características, impactos e exemplos. FIA Business School, São Paulo, 3 mar. Disponível em: https://fia.com.br/blog/ativismo-nas-redes-sociais/#:~:text=O%20ativismo%20nas%20redes%20sociais%20pode%20surgir%20por%20motivos%20bastante,pequenos%20fatos%20que%20causem%20indignação. Acesso em: 22 set. 2024.

Não escreva no livro.

1 **Organize-se em um grupo com cinco integrantes. Cada grupo deve definir um foco de trabalho, considerando as temáticas abordadas no capítulo (direito ao lazer, respeito à diversidade, combate a preconceitos, apoio a minorias sociais, etc.). Pesquise perfis ativistas em redes sociais que estejam engajados com o tema escolhido pelo grupo. Observe os conteúdos, as estratégias de comunicação e as características do ativismo digital. Selecione um perfil que considere mais interessante e inspirador para o tema do grupo.**

Análise de mídias sociais

A análise de mídias sociais – muito utilizada no *Marketing* Digital – nos permite investigar as interações, o engajamento e, portanto, o desempenho de perfis e publicações em plataformas digitais, revelando como diferentes conteúdos impactam o público e promovem valores, ideias e comportamentos. Essa análise utiliza métricas que medem a visibilidade, a influência, o engajamento, a reputação e a conversão de um perfil, além de observar os aspectos multimodais da comunicação, como o uso de imagens, vídeos e textos. A importância social da análise de mídias sociais reside em sua capacidade de revelar como as redes sociais moldam percepções, comportamentos e discursos.

2 **Agora, você vai aplicar estratégias de análise de mídias para observar de forma mais sistemática o perfil que você e seu grupo escolheram na atividade anterior.**

Analisando perfis de ativismo

Como fazer

- Formule questões que vão guiar sua análise, por exemplo: Como o perfil impacta o público? Como ele promove a causa que defende? Como ele utiliza vídeos, imagens e textos para propagar suas mensagens? Qual é o alcance e a influência desse perfil?
- Decida se você analisará as postagens de uma semana, um mês ou mais, considerando a frequência de publicação do perfil.
- Reúna as seguintes métricas:
  - Visibilidade: número de seguidores e alcance das postagens.
  - Influência: número de novos seguidores no período analisado.
  - Engajamento: número médio de curtidas, comentários e compartilhamentos por postagem.
  - Reputação: percepção do público sobre o perfil e frequência de publicação.
  - Conversão: número de novos seguidores e interações geradas pelas postagens.
- Organize as métricas coletadas em tabelas e gráficos.
- Analise como o perfil utiliza imagens, vídeos, memes e textos, e como esses recursos comunicam os valores e causas defendidas.

Exemplo de análise

Observe a postagem do perfil da Agência da Organização das Nações Unidades para Refugiados (ACNUR), em uma rede social, durante os Jogos Paralímpicos de 2024, em Paris.

Observe no topo da postagem que, além do perfil da ACNUR Brasil, há referência a outros três perfis. Reflita sobre como essa marcação contribui para o engajamento e o alcance da publicação.

Analise a imagem utilizada, considerando sua composição, cores e elementos visuais. Como ela se relaciona com a causa defendida pelo perfil?

Navegue em outras publicações do perfil, observando as mesmas informações e buscando identificar padrões e estratégias de comunicação.

Leia a legenda da publicação e observe como o texto busca comunicar e engajar o público sobre a causa defendida. Que tipo de linguagem é utilizada? Quais as estratégias de comunicação?

Arquivo/ACNUR Brasil

Observe o número de curtidas, o número de seguidores e os comentários da postagem. Como esses números refletem o engajamento do público?

Postagem do perfil da Agência da Organização das Nações Unidades para Refugiados (ACNUR).

Não escreva no livro.

- Construa uma apresentação com os dados da análise, incluindo exemplos de *posts* e informações sobre as métricas.
- Apresente os resultados de forma clara e objetiva, destacando os pontos mais relevantes da sua análise.

Criação do perfil e dos conteúdos digitais

3 **Após analisar perfis ativistas e aprender sobre as estratégias de comunicação nas redes sociais, é hora de colocar seus conhecimentos em prática! Seu grupo vai criar um perfil que promova a inclusão, o respeito e a diversidade nas práticas corporais, com base no tema escolhido na etapa anterior.**

Construindo um perfil ativista

Como fazer

1ª etapa: Curadoria de informações

- Retome os conteúdos aprendidos no capítulo sobre o tema escolhido.
- Amplie suas fontes de informação, pesquisando textos, imagens e vídeos em fontes confiáveis, como livros, artigos científicos e *sites* de órgãos e instituições.

2ª etapa: Organização do perfil

Para alcançar um público mais amplo e gerar maior engajamento, é importante variar os recursos apresentados nas postagens. Explore as seguintes possibilidades:

- Vídeos: criem vídeos curtos e impactantes, falando diretamente com o público sobre o tema do perfil.
- Histórias: compartilhem histórias inspiradoras.
- Frases motivadoras: publiquem frases que inspirem a reflexão sobre o respeito à diversidade e à inclusão.
- Fotos: utilizem imagens de alta qualidade que representem o tema do perfil, como fotos de práticas corporais inclusivas e momentos de lazer e convivência.
- Infográficos: criem infográficos com dados e informações relevantes sobre o tema, apresentados de forma visual e acessível.
- Enquetes: façam perguntas ao público para incentivar a interação e o engajamento.
- Bastidores: mostrem o processo de criação do perfil e apresentem os integrantes do grupo.
- Notícias: compartilhem notícias e informações atuais e relevantes sobre o tema.
- Depoimentos: publiquem depoimentos de pessoas que foram impactadas pelas práticas.
- Dicas e informações: criem conteúdos educativos com dicas, informações e explicações sobre o tema do perfil.

Avaliando o aprendizado

4 **Após a criação e divulgação do perfil nas redes sociais, é hora de avaliar seu impacto e refletir sobre a experiência de aprendizagem.**

Avaliando o impacto do perfil

Como fazer

- Divulguem o perfil na comunidade escolar e incentivem a interação do público.
- Apliquem as estratégias de análise de mídias sociais aprendidas para monitorar o desempenho do perfil e avaliar a necessidade de ajustes nas estratégias de comunicação e engajamento.
- Enviem um questionário de avaliação para os seguidores do perfil, com perguntas como: Você acha que o nosso perfil apresenta conteúdos interessantes? Como você ficou sabendo do nosso perfil? Como você avalia a qualidade das postagens? Você teria sugestões de melhoria para o conteúdo que produzimos?
- Analisem os dados do questionário e os comentários dos seguidores para identificar pontos fortes e aspectos a serem melhorados.
- Por fim, reúnam-se em grupo e reflitam sobre todo o processo de criação do perfil, desde a escolha do tema e a produção dos conteúdos até a divulgação e a análise dos resultados.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Chegamos ao final da nossa viagem pela Cultura Corporal de Movimento! É hora de revisitar os conhecimentos e experiências que construímos ao longo do caminho e refletir sobre o que aprendemos. Responda às questões a seguir no caderno e compartilhe suas reflexões com a turma.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Como a Cultura Corporal de Movimento é definida e quais práticas estão incluídas nela?
2. De que forma as práticas corporais refletem valores culturais e sociais?
3. Qual é a diferença entre esportes, jogos e brincadeiras no que diz respeito à estrutura e organização?
4. Como a Lei Geral do Esporte promove a inclusão e o direito ao esporte para todos?
5. Quais são os elementos essenciais para reconhecer uma prática como esporte, de acordo com as definições discutidas nas aulas?
6. De que forma as redes sociais influenciam a percepção do corpo e a autoimagem entre jovens e adolescentes?
7. Quais são os impactos negativos dos padrões estéticos difundidos nas redes sociais para a saúde mental e física?
8. Qual é o papel das redes sociais na propagação de atitudes gordofóbicas e como isso afeta a participação de jovens em práticas corporais?
9. Como a interseccionalidade entre raça, gênero e classe social impacta o acesso de diferentes grupos às práticas corporais?
10. Aplique o conceito de interseccionalidade e analise o acesso a uma prática corporal de seu interesse.

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas desta subseção são pessoais. *Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Quais são as práticas corporais com as quais você mais se identifica e de que forma elas refletem a cultura e os valores da sua comunidade?
2. Você consegue perceber a importância das práticas corporais no desenvolvimento da sua identidade e autoconhecimento? Como isso tem influenciado sua vida?
3. Como as práticas corporais que você vivenciou durante as aulas de Educação Física contribuíram para seu entendimento sobre inclusão e respeito à diversidade?
4. Ao comparar esportes, jogos e brincadeiras, como você avalia sua participação em cada uma dessas atividades? Qual delas te proporcionou maior aprendizado e por quê?
5. De que forma você tem integrado os conceitos de esporte, saúde e lazer nas suas atividades físicas diárias ou em grupo?
6. Você percebe a influência das redes sociais na forma como você se vê e se sente em relação ao seu corpo? Quais mudanças você poderia fazer para melhorar sua relação com a autoimagem?
7. Como você lida com a pressão dos padrões estéticos promovidos pelas redes sociais? Que estratégias você adota para preservar sua saúde mental e física diante dessas influências?
8. Você já se sentiu excluído de praticar atividades físicas ou desmotivado por causa de padrões estéticos ou preconceitos sobre o corpo? Como lidou com essa situação?
9. Ao observar as barreiras sociais, de gênero e raciais nas práticas corporais, você consegue identificar como isso afeta a sua comunidade ou grupo social? Quais ações poderiam ser feitas para superar essas barreiras?
10. Como a interseccionalidade entre raça, gênero e classe social influencia as oportunidades de prática corporal em sua vida? Quais atitudes ou mudanças você pode adotar para promover uma inclusão maior?

DANÇAS E PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: CULTURAS JUVENIS EM FOCO

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- explorar as origens e os significados culturais do *breaking*, do forró, do *skate* e do surfe, compreendendo como essas práticas corporais se conectam com as diferentes culturas juvenis e como contribuem para a construção de identidades;
- refletir sobre a relação entre as práticas corporais e a construção de identidades juvenis, valorizando a inclusão e o respeito às diferenças, com foco na representatividade de grupos sociais distintos;
- analisar criticamente as representações das culturas juvenis na mídia, identificando estereótipos e preconceitos, e utilizar as práticas corporais para questioná-los e promover a inclusão e a igualdade;
- desenvolver habilidades de crítica e de interpretação de discursos relacionados a temas como sexualidade, gênero, raça e diversidade nas práticas corporais, questionando estereótipos e preconceitos e promovendo o respeito às diferenças;
- reconhecer a importância das práticas corporais na promoção da diversidade e utilizá-las como ferramentas para expressar ideias, questionar normas sociais e construir um futuro mais justo;
- criar campanhas, vídeos, *performances* e outras produções artísticas que promovam a inclusão e a diversidade, utilizando as práticas corporais e as tecnologias digitais para ampliar o alcance dessas mensagens;
- experimentar diferentes práticas corporais, reconhecendo seus benefícios para a saúde física e mental, e como o movimento contribui para o bem-estar, a autoestima e a construção de relações saudáveis.

Jovens participam de manifestação na avenida Paulista, em São Paulo (SP), em defesa do meio ambiente. Foto de 2021.

CAPÍTULO

2

Yuri Murakami/Fotoarena

EMBARQUE

Neste capítulo, você vai explorar como jovens utilizam a dança e o esporte para expressar suas visões de mundo, sua cultura, além de defender seus pontos de vista e de se engajar ativamente na construção de sociedades justas, equitativas e sustentáveis. Por meio do estudo do *breaking*, do forró, do *skate* e do surfe, você vai compreender como a Cultura Corporal de Movimento pode ser uma ferramenta importante na manifestação de identidades e crenças, permitindo que uma expressão autêntica comunique valores da juventude.
Além disso, você vai explorar como o corpo e o movimento podem ser utilizados para manifestações como questionar normas sociais, reivindicar direitos e participar da luta por um futuro justo e igualitário para todos, promovendo a transformação social. Você também vai descobrir como a Cultura Corporal de Movimento contribui para o seu crescimento pessoal, social e ambiental, promovendo a saúde, o bem-estar e a consciência crítica.

FOCO NA IMAGEM

As manifestações da Cultura Corporal de Movimento, como as danças, os esportes e as artes, são parte integrante da experiência humana, presentes em diversas culturas e períodos históricos, possibilitando transcender o movimento e torná-lo um meio de comunicação, de resistência e de construção de um mundo melhor.

1 **Observe as imagens a seguir, leia as legendas e converse com os colegas e o professor sobre as questões.**

Mauricio Simonetti/Pulsar Imagens

Pessoas dançando forró no Mercado dos Pinhões, Fortaleza (CE), 2013.

Tauana Sofia/Acervo da fotógrafa

Em 2019, o atleta transgênero Rudá Gonçalves conquistou o título de campeão brasileiro de *breaking*. São Paulo (SP), 2022.

Bruno Kelly/Folhapress

Daniela Vitória, adolescente de Manaus (AM), integra a seleção brasileira sub-16 de *skate*. Foto de 2020.

Rejane Lemos/Acervo da fotógrafa

O surfe, uma das práticas corporais presentes nas culturas juvenis, tradicionalmente praticado por homens e mulheres brancas, é uma modalidade na qual jovens negras têm buscado representatividade, como a surfista carioca Érica Prado, que criou o Movimento Surfistas Negras. Foto de 2024.

Não escreva no livro.

a) Em relação ao esporte que praticam, o que a postura das pessoas retratadas enfatiza?

b) Como a diversidade de gênero, raça e origem geográfica é representada nas imagens?

c) Compartilhe com os colegas suas experiências e seus conhecimentos sobre as práticas corporais retratadas. Que outras danças e práticas corporais de aventura estão presentes nas culturas juvenis das quais você participa?

FOCO NO DIÁLOGO

2 **Leia os textos a seguir e debata as questões com os colegas e o professor.**

Texto 1

Entrevista de Rudá Gonçalves, atleta transgênero de *breaking*

[...] o *breaking* tem toda uma história e um impacto sociopolítico e socioeconômico na vida das pessoas. Eu sou um grande exemplo disso. O *breaking* influenciou na minha formação pessoal. [...]. São pessoas que hoje estão trabalhando em diversas áreas, mas começaram a se entender como ser humano a partir do *breaking*.

CASÉ, Clara; MOTTA, Juliana. Atleta trans, Rudá pede inclusão no *breaking*: "Quero ver mais pessoas iguais a mim". *GE - Globo esporte*, Rio de Janeiro, 18 jan. 2024. Disponível em: https://ge.globo.com/breaking/noticia/2024/01/18/atleta-trans-ruda-pede-inclusao-no-breaking-quero-ver-mais-pessoas-iguais-a-mim.ghtml. Acesso em: 1º jul. 2024.

Texto 2

ONG liderada por ativista negra usa surfe para combater racismo e transformar vidas no litoral de Pernambuco

Apesar da liberdade em frequentar praias, no sentido de que a maioria delas é considerada pública, para muitos negros [no] Brasil, o surfe, esporte praticado no mar, carrega também o peso do racismo e da exclusão. Em meio a esse cenário, a ONG Todas Para o Mar (TPM), fundada pela surfista e ativista Nuala Costa, surge como um farol de resistência e transformação [...] no litoral sul de Pernambuco. Nuala Costa, uma mulher negra que encontrou no surfe não apenas um esporte, mas uma ferramenta de empoderamento[...] "Eu cresci convivendo com injustiças e limitações que queriam impor a mim pelo fato de ser negra, e isso inclui também a minha vida esportiva. [...]"

ONG liderada por ativista negra usa surfe para combater racismo e transformar vidas no litoral de Pernambuco. *Mundo Negro,* 2024. Disponível em: https://mundonegro.inf.br/ong-liderada-por-ativista-negra-usa-surfe-para-combater-racismo-e-transformar-vidas-no-litoral-de-pernambuco/. Acesso em: 1º jul. 2024.

a) As práticas corporais descritas nos textos podem ser vistas como formas de resistência contra a exclusão social e cultural?

b) As práticas corporais podem contribuir para a construção de identidades e o empoderamento dos jovens? Cite exemplos com base em sua experiência pessoal.

c) Você percebe impactos pessoais, sociais, culturais e econômicos nas práticas corporais que você executa? Quais?

3 **Registre suas respostas aos itens da questão anterior no caderno. Após ouvir as considerações da turma, analise se gostaria de incluir algum ponto em seu registro. Neste momento, você vai avaliar seus conhecimentos e ampliar suas reflexões, utilizando as práticas corporais como plataformas de diálogo e aprendizado. Ao final, você poderá retomar esse registro para observar seu progresso pessoal em relação a esses temas.**

VALE VISITAR

Quer entender melhor as questões de gênero e de combate à transfobia? Acesse o conteúdo do *site Politize!*. Disponível em: https://www.politize.com.br/equidade/o-que-e-transfobia/. Acesso em: 12 set. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O gênero é uma construção social e cultural que vai além da biologia e do corpo físico. Ele define o que significa ser masculino ou feminino em diferentes contextos históricos e sociais, moldando expectativas, papéis e comportamentos. Enquanto o sexo é determinado biologicamente (genitais, hormônios, cromossomos), o gênero é uma categoria cultural que se relaciona com a forma como uma pessoa se identifica e se expressa no mundo.

Pessoas transgênero são aquelas cuja identidade de gênero difere do sexo. Já as pessoas cisgênero são aquelas cuja identidade de gênero corresponde ao sexo.

A experiência transgênero envolve uma profunda identificação psicológica e emocional com um gênero diferente daquele que a sociedade atribui ao biológico. Essas pessoas podem buscar diferentes caminhos para alinhar sua identidade de gênero ao seu corpo e à sua vida cotidiana, alcançando a aceitação de si mesmas e da forma como se identificam no mundo. Ser transgênero é uma vivência legítima e natural da diversidade humana.

A diversidade de gênero reconhece que existem múltiplas formas de viver e expressar o gênero, não se limitando às formas homem ou mulher, mas abrangendo um amplo espectro de identidades e expressões que podem transcender esses rótulos binários. A compreensão e o respeito pela diversidade de gênero são fundamentais para a construção de uma sociedade justa e inclusiva, na qual todas as pessoas possam viver de forma plena, autêntica e com dignidade.

NA ESTRADA

Agora que você já apreciou imagens e dialogou com os colegas sobre os temas do capítulo, é hora de analisar e refletir sobre as diversas maneiras por meio das quais as juventudes se expressam e se engajam em questões sociais com práticas corporais, além de conhecer as histórias e os contextos culturais que moldam algumas das práticas da Cultura Corporal de Movimento.

1ª PARADA

Representatividade das juventudes no *breaking*

A história e as regras do *breaking*

Nesta parada, você vai além dos movimentos e mergulhará na dinâmica cultural do *breaking*, explorando sua inserção no movimento *Hip-Hop* e descobrindo como essa dança se entrelaça com as culturas juvenis, tanto urbanas quanto indígenas. Você vai compreender a origem do *breaking*, nas ruas do Bronx, em Nova York, na década de 1970, e sua chegada ao Brasil, com apropriação por jovens de diferentes contextos. Além disso, vai entender como o *breaking* se tornou um espaço de pertencimento e empoderamento para jovens de grandes centros urbanos e para comunidades indígenas, que encontraram na dança uma forma de expressar suas identidades e lutas. Você vai conhecer os *b-boys* e as *b-girls,* dançarinos que dão vida ao *breaking* com seus movimentos inovadores e cheios de atitude.

Edson Sato/Pulsar Imagens

Também será analisada a evolução das batalhas de *breaking*, que surgiram de forma espontânea e se transformaram em competições organizadas, culminando na inclusão do *breaking* como modalidade olímpica nos Jogos Olímpicos de Paris 2024. Essa conquista representa um marco histórico, reconhecendo o *breaking* não apenas como uma forma de arte e expressão, mas também como um esporte legítimo e competitivo.

Jovens indígenas da etnia guarani-kaiowá dançando *breaking* na abertura dos Jogos de Integração Indígena (escola estadual indígena), na Aldeia de Amambai (MS), 2013.

Origens e elementos do *Hip-Hop*

Para entender o *breaking*, é fundamental explorar suas raízes no movimento *Hip-Hop,* que emergiu nas periferias de Nova York como uma resposta à marginalização e à exclusão social. Jovens negros e latinos encontraram no *Hip-Hop* uma forma de expressar suas frustrações, sonhos e aspirações, criando uma cultura vibrante e transformadora.

Além do *breaking,* o *Hip-Hop* engloba outros elementos que se entrelaçam e se complementam:

- ***Rap*:** abreviação em inglês de *rhythm and poetry* (ritmo e poesia), é a expressão musical do *Hip-Hop*. Utilizando tecnologias de áudio e *samples*, os DJs criam batidas e melodias sobre as quais os MCs (mestres de cerimônia) constroem suas rimas, contando histórias e expressando suas vivências, muitas vezes abordando questões sociais e políticas relevantes para suas comunidades.
- **Grafite:** conhecido como a expressão visual do *Hip-Hop*, é uma forma de arte que utiliza as superfícies da cidade como telas para intervenções artísticas. Por meio de cores, formas e mensagens, os grafiteiros transformam o espaço público, expressando suas ideias, denunciando injustiças e celebrando a cultura *hip-hop*.
- **DJ:** o *disc-jockey* é o mestre da mixagem e da criação de batidas do *Hip-Hop*. Utilizando toca-discos e outros equipamentos, os DJs selecionam, mixam e transformam músicas, criando a base sonora para o rap e o *breaking*, além de animar festas e eventos da cultura *Hip-Hop*.

Não escreva no livro.

Além dos quatro elementos artísticos (*breaking*, *rap*, grafite e DJ), o *Hip-Hop* se fundamenta na consciência crítica e na resistência. Por meio de suas expressões artísticas e culturais, questiona o *status quo*, denuncia desigualdades sociais e promove a luta por um mundo justo e igualitário.

1 **Leia os textos e responda às questões no caderno.**

Texto 1

Para Brô MC's, música ajuda a denunciar ataques a povos originários

[..] "Havia um programa na rádio da cidade chamado 'Ritmo das Batidas' que tocava as músicas dos Racionais MC's e Facção Central. A gente reunia a molecada da cidade para jogar bola, tomar tererê e ouvir.

[...] "Pelas músicas, percebíamos que não havia muita diferença entre o que o povo negro passava e o povo indígena em termos de opressão. Isso nos motivou a escrever também", diz VN.

[...] As letras do Brô são escritas em português e em guarani. Para quem ainda desconhece a banda, Bruno indica as canções "Eju Orendive" e "Terra Vermelha". Mais recentemente, a banda gravou a música "Jarahá", em parceria com o DJ Alok, e tocou ao lado do rapper Xamã no Rock in Rio 2022. "Fomos os primeiros indígenas a pisar nesse palco. É importante mostrar que o rap indígena é diferente da quebrada", diz VN.

"Para o nosso povo, penso que nosso trabalho cura a ferida de algumas pessoas e também serve de inspiração para outros fazerem música. Nossa flecha é a rima", finaliza Mbaretê.

Higor Lobo/Acervo do fotógrafo

Jovens da etnia guarani-kaiowá integrantes do Brô MCs, nascidos e criados na Reserva Indígena de Dourados, no Mato Grosso do Sul. O Brô MCs é considerado o primeiro grupo de *rap* indígena do Brasil. Foto de 2019.

VALLE, Leonardo. *Rap* indígena: para Brô MC's, música ajuda a denunciar ataques a povos originários. *Instituto Claro*. Disponível em: https://www.institutoclaro.org.br/cidadania/nossas-novidades/reportagens/rap-indigena-para-bro-mcs-musica-ajuda-a-denunciar-ataques-a-povos-originarios/. Acesso em: 2 jul. 2024.

Texto 2

Excerto da Canção Terra Vermelha do grupo Brô MC's

Terra vermelha do sangue derramado
Pelos guerreiros do passado, massacrados
Fazendeiros, mercenários, latifundiários
Vários morreram defendendo sua terra
Onde vivo, aldeia, já existiu guerra [...]
Eu peço a Deus que ilumine meu caminho
Onde eu estiver, eu nunca estarei sozinho [...]
Eh! Eu nunca estarei sozinho [...]
Sei que não é fácil, sei que nunca foi
Corrói o coração quem é os donos dos bois
As lembranças "dói", nas histórias contadas
Pelos pajés de nossas terras roubadas
Anos 70, dezenas de família extensas
Cada vez mais espremida nos fundos das fazendas
Foram separadas em 8 aldeias, ignorando nossa cultura
Nos julgando numa teia [...]

BRÔ MC'S. Terra Vermelha. *Rap* Indígena. Dourados: Independente, 2022. (3 min 45 s). CD.

Texto 3

Excerto da Canção Capítulo 4, versículo 3 do grupo Racionais MC's

60% dos jovens de periferia
Sem antecedentes criminais já sofreram violência policial
A cada quatro pessoas mortas pela polícia, três são negras
Nas universidades brasileiras, apenas 2% dos estudantes são negros
A cada quatro horas, um jovem negro morre violentamente em São Paulo
Aqui quem fala é Primo Preto, mais um sobrevivente [...]
Quatro minutos se passaram e ninguém viu
O monstro que nasceu em algum lugar do Brasil
Talvez o mano que trampa debaixo do carro sujo de óleo
Que enquadra o carro forte na febre com o sangue nos olhos
O mano que entrega envelope o dia inteiro no sol
Ou o que vende chocolate de farol em farol
Talvez o cara que defende o pobre no tribunal
Ou o que procura vida nova na condicional [...]

RACIONAIS MC'S. Capítulo 4, versículo 3. Sobrevivendo no Inferno. São Paulo: Cosa Nostra, 1997. (8 min 49 s). CD.

a) Compare as temáticas abordadas nas canções "Terra Vermelha", do grupo Brô MC's, e "Capítulo 4, versículo 3", do grupo Racionais MC's. Quais são as semelhanças e as diferenças que você identifica em relação às questões sociais abordadas?

b) De que maneira a percepção do paralelismo entre a opressão negra e indígena influenciou o trabalho do grupo Brô MC's?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O *rap* indígena é um movimento musical que vem ganhando cada vez mais força e visibilidade no Brasil. Com letras que combinam línguas indígenas, como o guarani, com o português ou o espanhol, o *rap* indígena se tornou um instrumento de expressão, resistência e preservação cultural de temas e tradições para as comunidades indígenas.

Um dos grupos pioneiros nesse movimento é o Brô MC's, criado em 2009 na Reserva Indígena de Dourados, no Mato Grosso do Sul. Formado pelos jovens Bruno Veron e Clemerson Batista, da Aldeia Bororó, e pelos irmãos Kelvin Peixoto e Charles Peixoto, da Aldeia Jaguapiru, o grupo utiliza o *rap* para abordar temas como a luta pela terra, a defesa da cultura e a denúncia das desigualdades sociais enfrentadas pelos povos indígenas.

No início da sua trajetória, o Brô MC's enfrentou resistência por parte de algumas lideranças em suas comunidades, que viam o *rap* como algo alheio à cultura tradicional indígena. No entanto, ao apresentar suas músicas e explicar que as letras retratavam a realidade da aldeia e utilizavam a língua guarani, o grupo conseguiu mudar essa percepção e conquistar o apoio das lideranças, que passaram a reconhecer o *rap* como uma ferramenta de expressão e preservação cultural do povo guarani-kaiowá.

O Brô MC's é apenas um exemplo da diversidade e da força do *rap* indígena no Brasil. Muitos outros artistas e grupos têm utilizado essa linguagem musical para dar voz às suas lutas, sonhos e esperanças, mostrando ao mundo a riqueza e a vitalidade das culturas indígenas.

VALE VISITAR

- Assista ao clipe "Demarcação", que denuncia as injustiças históricas e a luta pela demarcação de terras indígenas. Disponível em: https://ims.com.br/convida/bro-mcs/. Acesso em: 14 set. 2024.
- Quer saber mais sobre o surgimento do *rap* indígena e a trajetória do grupo Brô MC's? Leia o artigo "*Rap* indígena - uma nova forma de visibilidade e denúncia do indígena no século XXI". Disponível em: https://doi.org/10.4000/eces.6695. Acesso em: 14 set. 2024.

2 **Agora que você refletiu sobre o papel questionador das letras de *rap*, vamos ampliar seus conhecimentos sobre a apropriação das culturas urbanas por jovens indígenas que reivindicam a quebra de estereótipos e preconceitos relativos às suas culturas.**

Não escreva no livro.

Pesquisa sobre o *rap* indígena

Como fazer

- Sob orientação do professor, a turma deve se organizar em grupos de trabalho; cada grupo será responsável por pesquisar informações sobre artistas indígenas de *rap* que dialogam com culturas juvenis urbanas.
- Cada grupo deve buscar informações sobre a biografia, a origem étnica e a produção artística indígena com o objetivo de formular um perfil dos artistas e organizar uma *playlist* de canções produzidas por eles.
- Após a organização das informações, os grupos devem apresentar o perfil do artista pesquisado e as músicas escolhidas para compor a *playlist*.
- É importante incluir observações sobre as temáticas sociais e culturais abordadas nas letras das canções selecionadas.
- Ao final das apresentações, avalie com os colegas e o professor as aprendizagens conquistadas com a apreciação das histórias de vida e produções das culturas juvenis indígenas contemporâneas.

Expressão corporal no movimento *Hip-Hop* e o *breaking*

No Brasil, o movimento *Hip-Hop* chegou nas décadas de 1970 e 1980, primeiramente às periferias dos grandes centros urbanos. Rapidamente, essa cultura se mesclou com outras influências, principalmente as estadunidenses, como o *funk* e o *soul* de artistas como James Brown, mas também incorporou elementos da cultura brasileira, como o samba e outros ritmos afro-brasileiros. Essa fusão cultural se deu por meio de revistas impressas, filmes, videoclipes e programas de televisão, já que, na época, a internet e as redes sociais ainda não eram amplamente acessíveis.

O *breaking* é composto de oito estruturas fundamentais, como o *top rock*, o *footwork*, o *freeze* e o *power move*, que são combinadas e improvisadas durante a apresentação dos dançarinos. Por sua origem, muitos dos passos do *breaking* têm nomes em inglês. Essa característica nos faz refletir sobre a influência da cultura estadunidense no *Hip-Hop* brasileiro e a importância de valorizar e preservar a língua portuguesa, buscando formas de expressar os movimentos e a cultura do *breaking* em nosso idioma.

VALE VISITAR

Na coluna de Fred Di Giacomo, você pode conhecer outros grupos de *rap* indígena. GIACOMO. Fred Di. *10 artistas brasileiros para conhecer o* rap *indígena*. UOL, São Paulo, 31 maio 2020. Disponível em: https://www.uol.com.br/ecoa/colunas/arte-fora-dos-centros/2020/05/31/10-artistas-brasileiros-para-conhecer-o-rap-indigena.htm. Acesso em: 1º out. 2024.

1. ***Top rock***: a base inicial para entrar na roda de *breaking*, o *top rock* é uma dança improvisada realizada em pé, com influências de salsa, *house* e sapateado. Aqui, o dançarino expressa sua individualidade e habilidade por meio de movimentos como o *indian step* e o *cross step*.

Michael Ochs Archives/Getty Images

Os movimentos conhecidos como *top rock* possuem diversas influências e representam o estilo de cada dançarino. Na foto, um *b-boy* demonstrando o *top rock* em um estúdio de dança, Nova York, Estados Unidos, 1985.

2. ***Go downs***: a ponte fluida entre o *top rock* e o chão, os *go downs* são movimentos que permitem a transição sem interromper o ritmo da dança. Exemplos incluem o *knee drop*, o *spin down* e o *hook drop*.

A.Ricardo/Shutterstock.com/ID/BR

Dançarina chinesa executa movimento *go down* na estreia do *breaking* como modalidade olímpica nos Jogos de Paris 2024.

3. ***Footwork***: no chão, o dançarino demonstra controle e agilidade com esse passo, alternando apoios e transferindo o peso do corpo entre mãos, pés, joelhos, calcanhares e metatarsos. Esses movimentos exploram os níveis baixo e médio e exigem variação de apoios. Alguns exemplos são o 6 *step,* o 3 *step*, *shuffles, kick outs* e *CCs.*

Abaca Press/Alamy/ Fotoarena

Os movimentos de *footwork* exigem a habilidade de variar os apoios e níveis baixo e médio dos gestos de movimentos do *breaking*. Na foto, *b-girl Syssy* fazendo esses movimentos na Olimpíada de Paris 2024.

4. ***Freezes***: como uma imagem congelada, os *freezes* são poses em que o *b-boy* ou a *b-girl* segura por alguns segundos, marcando um momento da música ou finalizando uma sequência de movimentos. O *baby freeze*, o *chair freeze* e o *elbow freeze* são alguns exemplos.

ZUMA Press/Alamy/Fotoarena

Os *freezes* são movimentos em poses estáticas. Na foto, a *b-girl* Logistx em um *freeze* na Olimpíada de Paris 2024.

5. ***Power moves***: movimentos que exigem alto nível técnico, como acrobacias e giros que combinam força, velocidade, flexibilidade, equilíbrio e ritmo. O dançarino impulsiona o corpo em rotações contínuas, equilibrando-se em diferentes pontos de apoio. Destacam-se o *headspin* (giro na cabeça), o *flare* (movimentos circulares das pernas), o *airflare* (giros de mão em mão) e o *windmill* (giro com as pernas abertas e o corpo inclinado).

Aaron Lindberg/iStock/Getty Images

O *airflare* (ou *air-flare*) é um *power move* em que o dançarino gira o tronco em torno do eixo vertical do corpo (que vai da cabeça para baixo) enquanto se move em um trajeto circular sem tocar os pés no chão. Dançarino estadunidense, 2012.

6. ***Transitions***: movimentos de ligação que conectam os diferentes elementos do *breaking*, como *footwork*, *freezes*, *power moves* e *tricks*. *Sweeps*, *pretzels* e *spins* são exemplos comuns.

Olympia de Maismont/AFP/Getty Images

B-girl fazendo movimentos de transição em competição de *breaking* na África do Sul, 2024.

Não escreva no livro.

7. ***Tricks***: movimentos autorais e personalizados pelo dançarino, que reinventa passos tradicionais, adicionando seu estilo e assinatura.

8. ***Flips***: saltos mortais que incorporam um elemento acrobático à dança, frequentemente combinados com outros elementos do *breaking*.

Adam Hunger/Getty Images

B-girl Swami, do México, durante apresentação em 2022.

Abaca Press/Alamy/Fotoarena

Saltos em posições invertidas são elementos comuns entre o *breaking* e as ginásticas de apresentação como a ginástica artística. Envolvem impulsão, giros e aterrissagens bem controlados para introduzir mais elementos estéticos à dança. Na foto, Anti, *b-girl* da Itália, em um salto na Olimpíada de Paris 2024.

No *breaking*, cada praticante desenvolve um estilo único, combinando influências culturais pessoais, expressão corporal e intenções artísticas. Essa dança, nascida nas ruas, conquistou espaços como academias, escolas e companhias de dança, que passaram a incorporar a energia e a autenticidade das ruas à dança de palco. Essa combinação levou à profissionalização de muitos *b-boys* e *b-girls*.

Hoje, o *breaking* também se espalha pelas redes sociais e plataformas de vídeo, tornando-se uma forma de expressão da cultura jovem, impulsionada pelas tecnologias digitais e pela internet. Tutoriais, desafios e dicas para iniciantes se multiplicam *on-line*, democratizando o acesso a essa dança que surgiu como um pilar da cultura *hip-hop* e segue evoluindo e conquistando novos espaços.

3 Agora, que tal praticar alguns movimentos de *breaking*?

Apreciação e criação de movimentos de *breaking*

Como fazer

- Inspiração olímpica: assista a uma apresentação oficial de *breaking*, como os destaques das finais da série de qualificação olímpica de 2024, em Xangai, na República Popular da China. Você pode encontrar o vídeo no canal oficial dos Jogos Olímpicos, disponível em: https://youtu.be/y8D8OiOEksM (acesso em: 14 set. 2024).
- Observação e criatividade: durante o vídeo, observe os elementos e a criatividade dos dançarinos. Em seguida, experimente uma prática de dança explorando movimentos expressivos com os colegas e o professor.
- Trilha sonora: use a *playlist* que você criou com seu grupo.
- Grupos de trabalho: organize-se nos grupos já formados.
- Hora de dançar: cada grupo vai conduzir uma parte da experimentação, usando as músicas que escolheu.
- Aquecimento: comecem com movimentos articulares leves, ao ritmo da música.

#ficaadica

Solte a imaginação e divirta-se. No *breaking*, a liberdade de expressão é a regra. Explore, experimente e descubra seus movimentos. As possibilidades são infinitas!

a) Cabeça: movimentos para a frente, para trás, para os lados, diagonal e em círculos.
b) Ombros: movimentos de elevar, abaixar, projetar, girar.
c) Braços: movimentos com cotovelos e punhos, girando, abrindo, fechando e elevando.
d) Mãos: explore como elas podem dançar.
e) Tronco, quadris, joelhos e pés: descubra as possibilidades de cada articulação.

- Movimento e deslocamento: combine os movimentos articulares com descolamentos pelo espaço. Individualmente, explore caminhar em diferentes direções, adicionando movimentos de articulações específicas. Observe também os colegas e incorpore novas ideias.
- Explorando o *breaking:* ao som da música, explorem movimentos de *top rock* (em pé) e *footwork* (no solo), variando espaço, tempo e fluência.
- Isolamento e ritmo: movimente partes do corpo isoladamente, inspirando-se pela música, brincando com velocidade, direção, planos e intensidades.
- Amplitude e níveis: experimente movimentos em diferentes direções, níveis (alto, médio, baixo) e trajetórias (retas e curvas).
- Transferência de peso: explore a transferência de peso em diferentes direções, tanto em pé quanto no solo.
- Coreografia: crie uma pequena coreografia com os movimentos explorados.
- Dança em casa: continue a exploração da dança em casa com suas músicas preferidas.
- Reflexão: converse com os colegas e o professor sobre a experiência.
  a) O que você aprendeu sobre seu corpo?
  b) Como foi se movimentar livremente, focando na descoberta?
  c) Quais foram os desafios encontrados e as sensações?
  d) Como aplicar essa experimentação em outras danças?

4 **Já que você explorou a criatividade por meio da dança, vamos levar essa expressão a um novo nível! Prepare-se para uma batalha de *breaking* com um toque especial: você vai incorporar temas sociais importantes em sua *performance*, assim como as letras de *rap*. Essa batalha será uma oportunidade de usar a dança como ferramenta de conscientização, preparando-se para a campanha que será produzida na seção *Desembarque*.**

Batalha de dança: a roda de *breaking*

Como fazer

- Com toda a turma, retome os temas e as questões sociais discutidos nas letras de *rap* e na *playlist* criada por vocês.
- Em grupos, decidam que tema abordar na batalha. Por exemplo: direitos indígenas, igualdade de gênero, direitos da juventude periférica, etc.
- Se necessário, selecione novas músicas para a *playlist* e considere criar cartazes, faixas ou adereços que expressem o tema escolhido.
- Definam o tempo de cada apresentação (por exemplo, 1 minuto).
- Um dançarino entra na roda e se apresenta, convidando outro colega para a batalha. Por permitir movimentos livres, o *breaking* é uma dança inclusiva. Reforce esse ponto com os colegas para que todos se sintam confortáveis em entrar na roda.
- Repitam quantas vezes desejar, trocando as duplas.
- Criem uma roda grande ou várias rodas menores, dependendo da dinâmica da turma.
- Usem gestos, atitudes e figurino para transmitir o tema escolhido, incentivando a reflexão do público.
- Ao final, conversem sobre a experiência:
  a) Como foi a batalha? Que critérios poderiam ser usados para avaliar as apresentações (criatividade, técnica, originalidade, etc.)?
  b) Quais foram os desafios de incorporar um tema social na dança?

Não escreva no livro.

2ª PARADA

Forró: tradição e transformação

O forró é uma manifestação cultural profundamente enraizada na identidade do Nordeste brasileiro. Hoje, ele se destaca como um dos gêneros musicais e de dança mais emblemáticos da cultura do país. Originalmente, o termo **forró** abrange não apenas a dança em si, mas também a festa, o ritmo musical e até mesmo o espaço onde essa celebração acontece.

Nesta parada, você vai explorar as relações entre o forró e a identidade nordestina, reconhecendo as transformações que essa manifestação cultural sofreu ao longo do tempo, especialmente por meio da influência de jovens universitários. Abordaremos os embates entre a tradição e a indústria cultural e como o forró, em sua prática social, levanta questões importantes que merecem nossa atenção, como a superação de estereótipos de gênero e o combate ao preconceito contra nordestinos e migrantes.

Forró, identidade nordestina e apropriação nacional

Como gênero musical, o forró é uma fusão de ritmos como o baião, o xote, o coco, o xaxado e o rastapé, cada um contribuindo com elementos únicos para a dança. Sua expansão pelo Brasil teve início na década de 1940, impulsionada principalmente pelo talento de Luiz Gonzaga (1912-1989), o Rei do Baião. Gonzaga, em parceria com Humberto Teixeira (1915-1979), desempenhou um papel fundamental na popularização da música nordestina em todo o país. Sua formação instrumental característica – sanfona, triângulo e zabumba – deu origem ao inconfundível forró pé de serra, estilo que permanece como alicerce da tradição forrozeira até os dias de hoje.

Rubens Chaves/Pulsar Imagens

Escultura em proporções iguais à estatura de Luiz Gonzaga, em Estância (SE), 2024.

1 **Ouça a canção "Asa Branca", de autoria de Luiz Gonzaga e reflita sobre as questões.** 2

Asa Branca – Luiz Gonzaga

Quando oiei' a terra ardendo
Qual fogueira de São João
Eu preguntei' a Deus do céu, uai
Por que tamanha judiação?
Eu preguntei' a Deus do céu, uai
Por que tamanha judiação?

Que braseiro, que fornaia'
Nenhum pé de prantação'
Por farta' d'água perdi meu gado
Morreu de sede meu alazão
Por farta' d'água perdi meu gado
Morreu de sede meu alazão

Inté' mesmo a asa branca
Bateu asas do sertão

Entonce' eu disse: adeus, Rosinha
Guarda contigo meu coração
Entonce' eu disse: adeus, Rosinha
Guarda contigo meu coração

Hoje longe, muitas légua
Numa triste solidão
Espero a chuva cair de novo
Pra mim vortar' pro meu sertão
Espero a chuva cair de novo
Pra mim vortar' pro meu sertão

Quando o verde dos teus óio'
Se espaiar' na prantação'
Eu te asseguro, não chore, não, viu
Que eu vortarei', viu, meu coração
Eu te asseguro, não chore, não, viu
Que eu vortarei', viu, meu coração

GONZAGA, Luiz. Asa Branca. Disponível em: http://letras.mus.br/luiz-gonzaga/47081/. Acesso em: 15 set. 2024.

a) Qual é a temática da letra? De que forma ele revela a identidade nordestina?

b) Retome o que você já aprendeu sobre as diferenças regionais brasileiras e as questões sociais e ambientais que afetam a região Nordeste. Como essas questões influenciam a criação e a disseminação de práticas corporais nordestinas como o forró?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Nascido em 13 de dezembro de 1912, na Fazenda Caiçara, em Exu, Pernambuco, Luiz Gonzaga teve seu primeiro contato com a música por meio de melodias da sanfona tocada por seu pai nos bailes locais. Ainda jovem, conquistou reconhecimento como sanfoneiro em sua região, mas foi ao ingressar no Exército e, posteriormente, ao migrar para o Rio de Janeiro, que sua trajetória artística alçou voos mais altos.

Lá, abraçou o repertório nordestino e, com a inesquecível "Asa Branca", consagrou-se como o Rei do Baião, levando a rica cultura do Sertão para todos os cantos do Brasil. Sua influência foi decisiva na popularização de gêneros como o forró, o xote e o baião, tornando-se um ícone da música popular brasileira.

Suas canções são verdadeiros hinos da cultura nordestina e ecoam até hoje, perpetuando seu legado. Além da música, Gonzaga se tornou símbolo da identidade nordestina ao incorporar elementos da vestimenta típica do Sertão em sua imagem, como o chapéu de couro e o gibão.

O dia 13 de dezembro, data de seu nascimento, é celebrado como o Dia Nacional do Forró, uma homenagem à sua contribuição inestimável. E, em reconhecimento à sua importância para a cultura brasileira, a Lei n. 14.793, de 5 de janeiro de 2024, inscreveu seu nome no *Livro dos Heróis e Heroínas da Pátria*, imortalizando seu papel na história da música e na construção da nossa identidade nacional.

Fundo Correio da Manhã/Arquivo Nacional, Rio de Janeiro.

Luiz Gonzaga em foto da década de 1960.

A década de 1970 testemunhou uma nova onda de artistas, como Fagner (1949-), Alceu Valença (1946-) e Geraldo Azevedo (1945-), que introduziram uma roupagem moderna ao forró, incorporando influências urbanas e outros gêneros musicais. Essa fusão de estilos revitalizou o forró, reconquistando seu espaço nas grandes cidades e nas rádios, com cantoras como Elba Ramalho (1951-) também desempenhando um papel importante nesse movimento.

Nos anos 1990, o movimento do forró universitário ganhou força, adaptando o estilo tradicional ao gosto das novas gerações. A mistura com elementos da música *pop* e eletrônica conquistou o público jovem, inicialmente na região Sudeste, e impulsionou o forró de volta ao centro do cenário musical brasileiro. Paralelamente, o forró eletrônico emergia, expandindo ainda mais a diversidade de ritmos e estilos dentro do gênero.

Em 2021, o reconhecimento das Matrizes Tradicionais do Forró como Patrimônio Cultural Imaterial do Brasil pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) solidificou a importância dessa manifestação cultural, abrindo caminho para políticas públicas de preservação e valorização.

As origens do forró

O forró tem suas raízes, segundo o folclorista Câmara Cascudo, no "forrobodó", uma festa animada ao som de músicas nordestinas, marcada pela descontração e pela espontaneidade. O forró também era chamado de arrasta-pé, bate-chinela ou fobó. Com a migração nordestina para a região Sudeste, o forró se disseminou por todo o país, conquistando espaços em metrópoles e pequenas cidades, tanto em áreas urbanas quanto rurais, e em diferentes classes sociais. Ao longo de sua história, o forró se ramificou em três estilos principais, conforme veremos a seguir.

1. **Forró tradicional (ou pé de serra)**: a forma mais antiga e genuína do forró, caracterizada pelo uso de instrumentos acústicos como sanfona, triângulo e zabumba. Suas raízes estão nas festas populares do Nordeste, especialmente as festas juninas, e suas letras retratam a vida no Sertão, a saudade e as tradições. A dança é marcada pelo passo básico "dois pra lá, dois pra cá", e o estilo é valorizado por sua autenticidade e conexão com a cultura nordestina.

Não escreva no livro.

2. **Forró universitário:** surgiu nos anos 1990, impulsionado por jovens universitários do Sudeste influenciados pela cultura nordestina. Esse estilo incorpora elementos modernos à tradição, incluindo instrumentos eletrônicos e letras com temas mais amplos. A dança também evoluiu, englobando passos e influências da dança de salão, como giros e acrobacias. O forró universitário preserva as raízes do forró, mas com uma roupagem renovada para as novas gerações.
3. **O forró eletrônico:** contemporâneo ao forró universitário, mas com uma abordagem mais radical, o forró eletrônico se destaca pela modernização total do som, com ênfase em instrumentos eletrônicos e efeitos digitais. A batida é acelerada e dançante, e as letras abordam temas populares e urbanos. As festas de forró eletrônico são verdadeiros espetáculos, com luzes, efeitos visuais e coreografias elaboradas, atraindo grandes multidões, principalmente no Nordeste. Apesar de sua popularidade, esse estilo é alvo de críticas por se distanciar das raízes tradicionais do forró.

Luciana Whitaker/Pulsar Imagens

Pessoas dançando forró durante festa junina na cidade do Rio de Janeiro (RJ), 2024.

2 **Agora que você conheceu mais sobre a história e os diferentes estilos do forró, vamos colocar o corpo em movimento e sentir a música pulsar em cada gesto.**

Explorando a escuta sensível, os gestos e os movimentos a partir das sonoridades do forró

Como fazer

- Em conjunto com o professor e os colegas, selecione uma *playlist* de forró que abrace a diversidade do gênero, incluindo o pé de serra, o universitário e o eletrônico.
- Em um espaço amplo, forme uma roda, feche os olhos e preste atenção na riqueza sonora das canções: ritmos, melodias e instrumentos, permitindo que a música desperte em você sensações e emoções.
- Além da música, explore o conteúdo das letras, seus temas e a forma como as palavras se expressam.
- Não se prenda a movimentos predefinidos e deixe que o ritmo guie seu corpo. Permita-se sentir a música e se movimentar de forma espontânea e autêntica.
- Abra os olhos e se desloque pelo espaço, experimentando diferentes direções, níveis e ritmos de movimento.
- Em dupla, um comanda o movimento enquanto o outro espelha, trocando de papéis em seguida. Essa brincadeira estimula a observação, a imitação e a conexão com o parceiro.
- Posicione-se frente a frente, mantendo contato visual, e explore gestos que se complementam, criando uma dança harmoniosa e interativa.
- Forme uma nova dupla e dance em contato físico, seja de mãos dadas, seja com as mãos nos ombros do outro. Deixe a música fluir e explore passos e movimentos de forma livre e criativa.

3 **Com base na experiência com o forró, responda às questões no caderno.**

a) Durante a atividade, como você se sentiu ao se movimentar livremente ao som do forró? Que sensações e emoções a música despertou em você? Você percebeu alguma conexão especial entre seus movimentos e os ritmos e melodias?

b) A vivência com o forró e a apreciação das músicas despertaram alguma lembrança de outras danças tradicionais brasileiras que você já conhece ou praticou? Se sim, quais? Que conexões você consegue estabelecer entre essas danças?

c) Você identificou algum elemento cultural em comum entre o forró e outras danças que você conhece? Pense em aspectos como ritmo, movimentos, interação social e contato físico, entre outros.

d) Que temas e recursos expressivos você percebeu nas letras das músicas de forró que ouvimos? Como esses temas são abordados? Que sentimentos e reflexões eles despertam em você?

ENTRETENIMENTO A BORDO

Este episódio da série "Em Dança", exibida na TV Brasil em 2018, é um mergulho fascinante no universo do forró. Com 25 minutos de duração, o vídeo explora a história, os diferentes estilos e a evolução dessa dança tão querida pelos brasileiros. Você vai conhecer as raízes do forró pé de serra, a energia contagiante do forró universitário e a batida moderna do forró eletrônico, além de descobrir como essa dança se conecta com a cultura e a identidade do Nordeste.

Se possível, assista ao vídeo antes da prática de dança para aprofundar seu conhecimento sobre o forró e se inspirar ainda mais! Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=gEnvq9Z_hLI. Acesso em: 15 set. 2024.

No Nordeste, o forró sempre foi a alma das festas populares de junho, as famosas festas juninas, celebradas em homenagem aos santos católicos Santo Antônio, São João e São Pedro, e profundamente enraizadas no catolicismo popular. Mas sua presença ia além dessas festividades religiosas. O forró ecoava nos terreiros, nas casas de família, nas praças e nos salões, alegrando os fins de semana e marcando momentos importantes do ciclo agrícola, como o plantio e a colheita.

Com o tempo, o forró conquistou novos espaços, chegando às casas de espetáculo e às casas noturnas, onde se tornou uma opção de entretenimento e lazer para aqueles que buscavam a dança como uma forma de expressão e conexão social. Assim, o forró se consolidou como uma das principais danças de salão do Brasil, encantando e unindo pessoas de diferentes origens e gerações.

Leia o texto a seguir e converse com os colegas e o professor sobre alguns pontos importantes que ele levanta.

Os códigos sociais de conduta na dança a dois e no forró

A dinâmica que se observa nas rodas de forró é quase sempre a mesma: as damas que desejam dançar se colocam em volta do salão, onde os pares já formados dançam ao centro. O cavalheiro disposto à dança se encaminha até a dama escolhida e a convida para dançar. A investida quase sempre parte do homem, mas nos bailes que acontecem no circuito do Rio de Janeiro, essa dinâmica já não é regra, principalmente porque no universo de forrozeiros, a maioria se conhece por frequentarem os mesmos espaços, ou por fazerem aulas nas mesmas academias de dança. Nesse caso, dentro do grupo tem-se mais liberdade para pedir uma dança ao cavalheiro conhecido.

"Uma dança" é o que acontece desde aquele momento até que a banda faça uma pausa. [...] Ao contrário de outros estilos, onde alguma distância entre os corpos é um marco regulatório, no forró, a regra é a proximidade. [...] Apesar da aproximação dos corpos, no forró universitário há um código implícito de respeito que deve ser seguido. Olhando de fora, o casal pode parecer apaixonado, mas na maioria das vezes a intimidade faz parte de um jogo cênico, é mais uma representação, um exercício corporal de prazer na dança e pela dança que não supõe necessariamente o envolvimento emocional entre os pares.

Nas dinâmicas da dança, tanto de salão como no forró, os papeis de gênero são claramente delimitados. O cavalheiro é responsável por convidar a dama para dançar. [...] Mas o comportamento conservador está se diluindo atualmente nos circuitos de forró universitário. [...] Professores de academias são frequentemente vistos nos bailes do circuito noturno com pares de mesmo gênero, sem qualquer conotação sexual. [...]

BIJALBA, Cláudia Maria Paes. *Do sertão às metrópoles*: o forró universitário, seus múltiplos significados e novas identidades urbanas. Trabalho de conclusão de curso de bacharelado em Ciências Sociais. Universidade Federal Fluminense, 2017. Disponível em: https://app.uff.br/riuff/handle/1/13511. Acesso em: 28 set. 2024. p. 23-24.

Não escreva no livro.

4 Como você enxerga a importância do respeito no contato corporal durante a dança? De que maneira podemos garantir que todos se sintam confortáveis e seguros ao dançar com outras pessoas, seja em um contexto escolar, seja social?

5 O texto menciona que os papéis de gênero na dança de salão, incluindo o forró, estão mudando. Como você vê essa evolução? O que você pensa sobre a possibilidade de pares de mesmo gênero dançarem juntos? De que forma isso impacta as normas sociais e a inclusão na dança?

6 O texto sugere que a intimidade na dança pode ser parte de um "jogo cênico", uma forma de expressão artística que vai além do romance. Como você se sente em relação à ideia de que a dança pode criar conexões que não são necessariamente românticas?

7 Compartilhe uma experiência marcante que você teve em uma dança social, como um baile, uma festa ou um evento cultural. Descreva como você se sentiu em relação ao contato corporal com seu parceiro ou parceira e como essa experiência influenciou sua percepção sobre a importância do respeito e da comunicação na dança.

Luciana Whitaker/Pulsar Imagens

Frequentadores do Centro Municipal Luiz Gonzaga de Tradições Nordestinas no Bairro São Cristóvão, Rio de Janeiro (RJ), dançando forró, 2018.

As mulheres na cultura do forró

No passado, o forró tinha um cenário majoritariamente masculino, no qual as mulheres se limitavam a dançar. No entanto, essa realidade vem se transformando. Pioneiras como a pernambucana Marinês (1935-2007) abriram caminho para que as mulheres ocupassem o microfone e os palcos, expressando suas vozes e experiências por meio da música. Hoje, grupos femininos e composições que celebram o empoderamento das mulheres ganham cada vez mais espaço, desafiando as letras tradicionais que perpetuavam estereótipos de submissão e objetificação da mulher.

Apesar de ainda existirem canções que reforçam visões machistas, o ativismo e a participação crescente das mulheres na cena do forró, como cantoras, compositoras, instrumentistas e líderes de bandas, estão impulsionando uma mudança positiva para a luta contra a sexualização do corpo feminino e a violência de gênero, abrindo espaço para novas narrativas e expressões mais inclusivas e representativas.

Fundo Correio da Manhã/Arquivo Nacional, Rio de Janeiro.

Marinês, em foto da década de 1950.

Flor de Imbuia/Arquivo do cedente

Banda Flor de Imbuia, criada em 2018, formada apenas por mulheres, representa um movimento recente de empoderamento feminino na cultura forrozeira. Foto de 2024.

Não escreva no livro.

8 **Ouças as canções "Ana Maria", de Santanna, o Cantador, "Se você quiser é assim", da banda Calcinha Preta, e "Alavantu Anahiê", de Mariana Aydar. Depois, responda às questões no caderno, refletindo sobre as diferentes formas como as mulheres são retratadas na cultura do forró.** 3 4 5

a) Nas canções "Ana Maria" e "Se você quiser é assim", como as mulheres são retratadas em relação aos homens? Que elementos nessas letras reforçam estereótipos tradicionais sobre o papel das mulheres e a dinâmica de poder nas relações?

b) Em "Alavantu Anahiê", Mariana Aydar apresenta uma perspectiva diferente sobre a mulher? Como essa representação desafia os estereótipos vistos nas outras canções?

O forró e o combate à xenofobia contra nordestinos

A xenofobia contra os nordestinos é uma triste realidade no Brasil, enraizada em preconceitos e estereótipos negativos que se perpetuam ao longo da história.

O que é xenofobia

Segundo a Agência da ONU para Refugiados (Acnur), esse termo configura-se como: "Atitudes, preconceitos e comportamentos que rejeitam, excluem e frequentemente difamam pessoas, com base na percepção de que eles são estranhos ou estrangeiros à comunidade, sociedade ou identidade nacional".

UNICEF. *Combate à xenofobia – A importância do conhecimento sobre a história da formação do Brasil.* Julho de 2023. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/blog/combate-a-xenofobia. Acesso em: 17 set. 2024.

Xenofobia entre brasileiros

Nem sempre a xenofobia se direciona a um estrangeiro. Por vezes, ela pode ocorrer em relação a pessoas de determinada etnia dentro de um mesmo país, mas que não corresponde àquela predominante dentro do território, tendo costumes e cultura diferentes dos demais. Ao falar de xenofobia no Brasil, é impossível não mencionar as intolerâncias que acontecem entre nacionais de regiões diferentes. O maior exemplo é o tratamento destinado aos nordestinos, frequentemente taxados por inúmeros estereótipos, como "cabeças chatas" para se referir a cearenses, ou por serem motivo de piadas, como a que relaciona os baianos à preguiça constante [...].

MORAIS, Pamela. Xenofobia no Brasil: o que gera essa intolerância? *Politize!*, 2018. Disponível em: https://www.politize.com.br/xenofobia-no-brasil-existe/. Acesso em: 17 set. 2024.

Um dos principais fatores que alimentam essa discriminação é a imagem estereotipada do Nordeste como uma região assolada pela seca, pobreza e subdesenvolvimento. Essa narrativa, amplamente disseminada desde o período imperial, foi reforçada pela grande seca de 1877, que consolidou a visão do semiárido como um lugar inóspito e sinônimo de miséria. Essa percepção contribuiu para a criação da chamada "indústria da seca", na qual políticas públicas ineficazes beneficiavam apenas a elite local, perpetuando a desigualdade e mantendo a maioria da população nordestina em situação de vulnerabilidade.

O ódio de classe também desempenha um papel crucial na xenofobia contra os nordestinos, intensificado pelas migrações em massa para o Sudeste durante o século XX. Em busca de melhores condições de vida, muitos nordestinos enfrentaram a dura realidade de precarização do trabalho e da discriminação, sendo vistos como inferiores e subalternos. Isso reforçou o racismo estrutural presente na sociedade brasileira, que historicamente inferiorizou a população negra e mestiça, predominante no Nordeste, em relação à população branca e europeia do Sul e Sudeste.

A falta de uma atualização do imaginário sobre o Nordeste também contribui para a perpetuação da xenofobia. Muitas pessoas ainda associam a região apenas a aspectos negativos, ignorando seus avanços e contribuições significativas em áreas como cultura, ciência e tecnologia.

Não escreva no livro.

Para superar a xenofobia, é fundamental valorizar a cultura nordestina, representada pelo forró e por tantas outras manifestações artísticas, e promover a educação sobre a diversidade e a riqueza das diferentes regiões do Brasil.

Observe o cartaz ao lado e suas mensagens. Depois, responda às questões no caderno.

Arquivo/FENAJ

Cartaz de campanha dos sindicatos de jornalistas do Nordeste e da Federação Nacional dos Jornalistas (Fenaj), 2022.

9 **Como os estereótipos negativos sobre o Nordeste, muitas vezes reforçados pela mídia e por discursos discriminatórios, contribuem para a xenofobia contra os nordestinos? Que exemplos você consegue identificar? Como essas percepções podem ser desafiadas e transformadas?**

10 **Analise os recursos de texto e imagem utilizados no cartaz da campanha. Que mensagens eles transmitem? Como cores, fontes, fotografias e palavras se combinam para combater a xenofobia e o preconceito?**

11 **De que forma a educação e a valorização da Cultura Corporal de Movimento nordestina, como o forró, podem ser utilizadas como ferramentas para combater a xenofobia no Brasil? Cite exemplos concretos de como essas estratégias podem ser implementadas tanto no ambiente escolar quanto na sociedade em geral.**

12 **Retome seus registros iniciais, realizados na seção *Embarque*, e avalie sua jornada de aprendizado até aqui. Você consegue identificar novas perspectivas sobre como as práticas corporais, como a dança, podem contribuir para a construção de identidades e o empoderamento dos jovens? Como essa reflexão se conecta com a luta contra a xenofobia e outras formas de preconceito? Discuta com os colegas e o professor o tema em uma roda de conversa.**

13 **Para encerrar esta parada, vamos colocar em prática tudo o que aprendemos sobre o forró. Sinta a música e expresse-se por meio do movimento dessa dança.**

Dançando forró

Como fazer

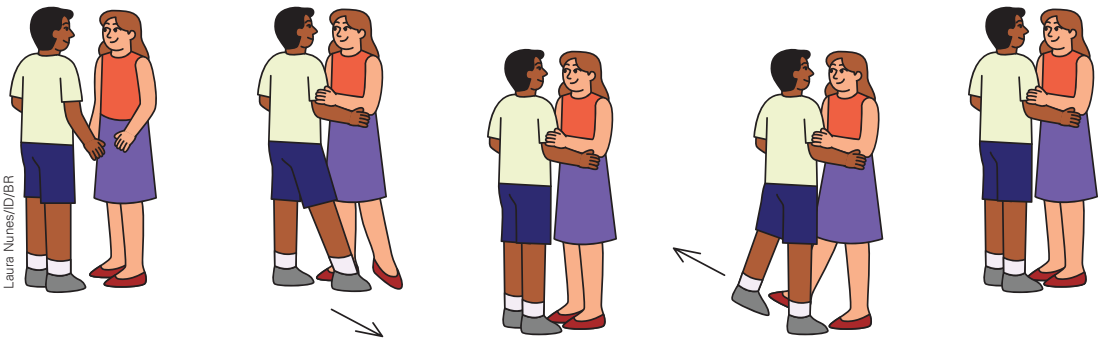
- Retome a *playlist* de forró e relembre a experimentação que fizemos anteriormente ou as músicas que você ouviu na atividade **8**.
- Individualmente, pratique o passo básico do forró, deslocando-se para os lados, para a frente e para trás, sempre seguindo o ritmo da música.
- Explore giros no próprio eixo e combine-os com o passo básico para adicionar fluidez e dinamismo aos seus movimentos.
- Forme pares e experimente os movimentos básicos em conjunto.
- Inclua giros individuais e em dupla, abrindo e fechando o braço e explorando o espaço da dança.
- Assista a vídeos tutoriais para aprender movimentos mais elaborados, como o ioiô simples e duplo, o nó simples, o pêndulo, o elevador e o laço de fita.

#ficaadica

Mantenha o corpo levemente solto e acompanhe o ritmo da música com seus passos. Pratique esse movimento várias vezes até se sentir confortável e confiante.

1. Passo básico – "dois pra lá, dois pra cá"

- Posição inicial: fique de frente para seu parceiro ou parceira, com os pés juntos e o corpo relaxado. Se estiver praticando sozinho, imagine que está dançando com alguém.
- Movimento: dê um pequeno passo para o lado esquerdo com o pé esquerdo. Em seguida, traga o pé direito para junto do esquerdo. Repita o movimento para o lado direito, começando com o pé direito. Se preferir, você pode começar pelo lado direito.

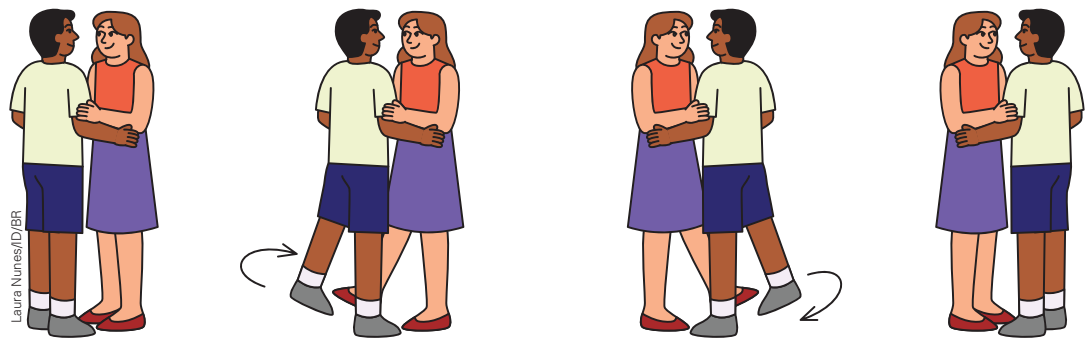


#ficaadica

Mantenha o braço leve e o corpo equilibrado durante o giro. Pratique o movimento devagar no início e vá aumentando a velocidade gradualmente.

2. Passo do giro simples

- Preparação: durante o passo básico, ao finalizar o movimento para o lado esquerdo, prepare-se para girar.
- Giro: no próximo "dois pra lá", em vez de apenas deslizar o pé, gire o corpo para a esquerda, iniciando o movimento com o pé esquerdo (que está àfrente).
- Finalização: complete o giro com o pé direito e retorne à posição inicial.

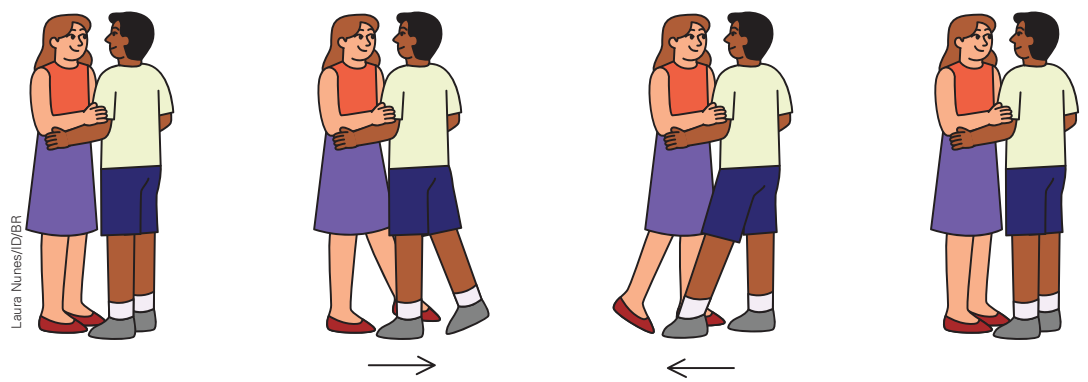


#ficaadica

Mantenha o ritmo da música e, se estiver dançando em dupla, sincronize seus movimentos com os do seu parceiro ou parceira.

3. Passo do caminhar para a frente e para trás

- Posição inicial: comece na posição básica, com os pés juntos.
- Movimento: dê um passo curto para a frente com o pé esquerdo, seguido pelo pé direito. Depois, recue dois passos, primeiro com o pé direito, depois com o esquerdo.



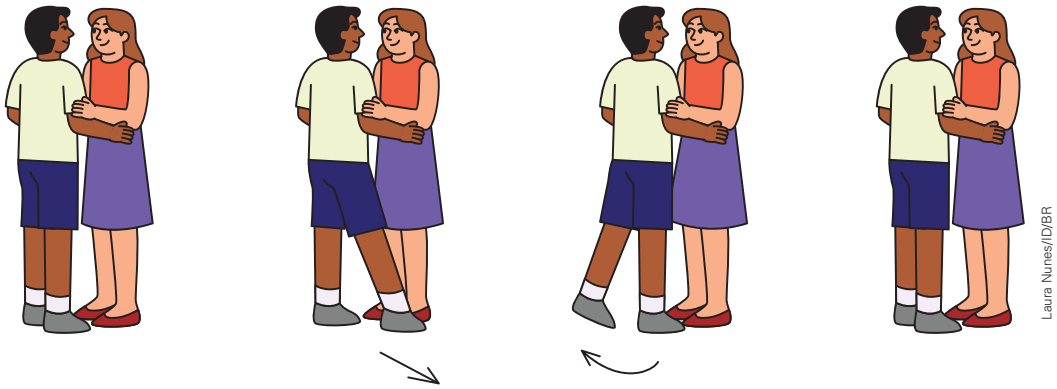
Não escreva no livro.

4. Passo da dissociação de pernas

- Posição inicial: mantenha a postura básica do forró.
- Movimento: movimente uma perna (por exemplo, a direita) para o lado, enquanto a outra perna permanece no lugar. Em seguida, traga a perna de volta ao centro, cruzando-a levemente na frente ou atrás da outra perna. Repita o movimento com a outra perna.

#ficaadica

Este passo exige coordenação e equilíbrio. Pratique devagar no início, focando a dissociação dos movimentos das pernas.



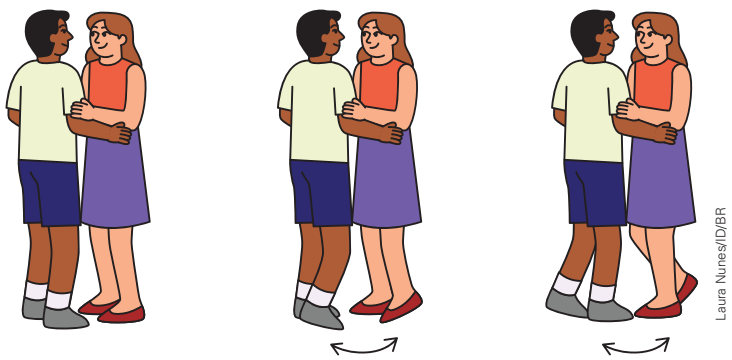
Laura Nunes/ID/BR

5. Passo do balanceio

- Posição inicial: adote a postura básica, com os pés juntos e os joelhos levemente flexionados.
- Movimento: balance o corpo suavemente para a frente e para trás, transferindo o peso de uma perna para a outra. Mantenha o movimento contínuo e fluido, como se estivesse "flutuando" ao som da música.

#ficaadica

Combine o balanceio com os outros passos que você aprendeu, criando sequências e variações interessantes.



Laura Nunes/ID/BR

3ª PARADA

Direito a cidades sustentáveis: ciclismo e *skate*

O uso excessivo de automóveis e outros veículos movidos a combustíveis fósseis tem um impacto significativo na qualidade de vida das grandes cidades. Congestionamentos, poluição atmosférica e problemas de saúde são apenas algumas das consequências. As emissões de gases do efeito estufa contribuem para o aquecimento global e para as mudanças climáticas, enquanto a poluição do ar causa problemas respiratórios e outros impactos na saúde. Além disso, a priorização do transporte individual motorizado muitas vezes resulta em espaços urbanos menos convidativos para a prática de atividades físicas e o convívio social.

Nesta parada, vamos explorar o ciclismo e o *skate* como ferramentas de transformação da vida das pessoas e das cidades. Você vai descobrir como essas práticas corporais podem ajudar os jovens a reivindicar seu direito a lugares acolhedores, seguros e sustentáveis.

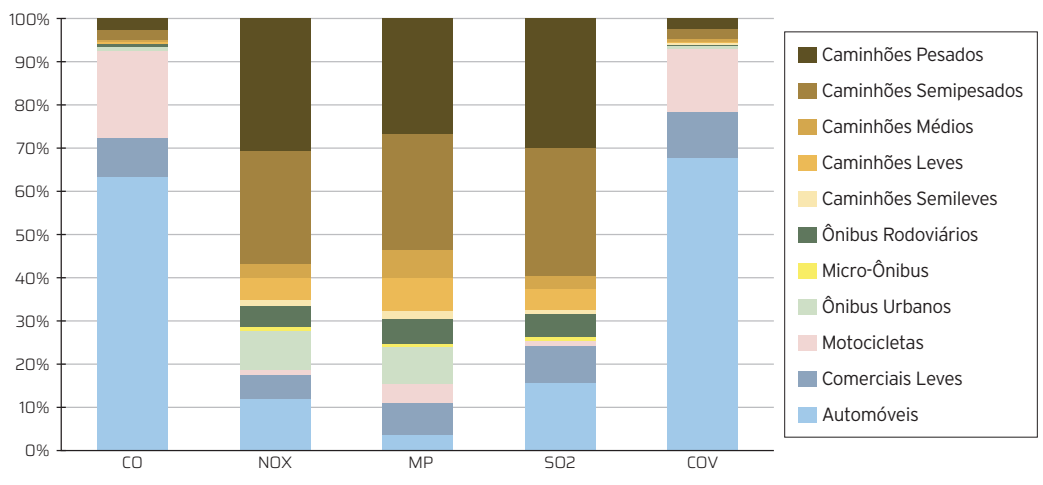
Para começarmos nossa reflexão, vamos analisar alguns dados sobre a emissão de poluentes atmosféricos, como monóxido de carbono (CO), óxidos de nitrogênio (NOx), material particulado (MP), dióxido de enxofre (SO_2), além de outros compostos orgânicos voláteis, como NMHC e aldeídos (COVs).

FROTA CIRCULANTE NO ESTADO DE SÃO PAULO EM 2022

Categoria		Combustível	Estado de São Paulo
Automóveis		Gasolina C	1.973.970
		Etanol Hid.	121.529
		Flex-fuel	7.945.123
Comerciais Leves		Gasolina C	278.179
		Etanol Hid.	11.405
		Flex-fuel	782.626
		Diesel	562.560
Caminhões	Semileves	*Diesel*	28.093
	Leves		94.854
	Médios		55.814
	Semipesados		118.242
	Pesados		154.826
Ônibus	Urbanos	*Diesel*	60.734
	Micro-ônibus		16.390
	Rodoviários		27.891
Motocicletas		Gasolina C	1.663.559
		Flex-fuel	991.618
Total		**14.887.414**	

CETESB. Emissões veiculares no estado de São Paulo 2022. São Paulo: CETESB, 2023. Disponível em: https://cetesb.sp.gov.br/veicular/wp-content/uploads/sites/6/2024/04/Relatorio-emissoes-veiculares-2022.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

CONTRIBUIÇÃO RELATIVA DE CADA CATEGORIA DE VEÍCULO NA EMISSÃO DE POLUENTES NO ESTADO DE SÃO PAULO EM 2022



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR

CETESB. Emissões veiculares no estado de São Paulo 2022. São Paulo: CETESB, 2023. Disponível em: https://cetesb.sp.gov.br/veicular/wp-content/uploads/sites/6/2024/04/Relatorio-emissoes-veiculares-2022.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

Não escreva no livro.

1 Agora, responda às questões no caderno.

a) Observando os dados da tabela e do gráfico, qual é a relação entre a quantidade de automóveis na frota circulante e sua contribuição para a emissão de poluentes?

b) Que medidas podem ser adotadas para reduzir as emissões de poluentes pelos automóveis e incentivar formas mais limpas de transporte urbano, como o ciclismo, e o uso de transporte público?

c) Na sua cidade, que meios de transporte as pessoas utilizam mais frequentemente? Quais são as vantagens e as desvantagens de cada um?

No Brasil e no mundo, as bicicletas conquistam cada vez mais espaço. Seus usos são diversos, mas a discussão sobre seu potencial como alternativa limpa para a mobilidade urbana tem ganhado força nos últimos anos. Para que a prática seja realmente segura e benéfica, é fundamental que o planejamento urbano considere a convivência entre ciclistas e veículos motorizados.

Nesse contexto, mecanismos legais, convenções e associações não governamentais têm buscado aprimorar as políticas públicas para as cidades, promovendo a mobilidade sustentável.

A seguir, vamos analisar um exemplo concreto de campanha que incentiva o uso de bicicletas como meio de transporte. Observe a imagem ao lado, leia os textos e converse com os colegas e o professor sobre as questões.

Texto 1

Lei n. 10.257, 2001. Estatuto das Cidades

Art. 2º A política urbana tem por objetivo ordenar o pleno desenvolvimento das funções sociais da cidade e da propriedade urbana, mediante as seguintes diretrizes gerais:

I – garantia do direito a cidades sustentáveis, entendido como o direito à terra urbana, à moradia, ao saneamento ambiental, à infraestrutura urbana, ao transporte e aos serviços públicos, ao trabalho e ao lazer, para as presentes e futuras gerações;

BRASIL. Lei n. 10.257, de 10 de julho de 2001. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10257.htm. Acesso em: 17 set. 2024.

Texto 2

Lei n. 12.587, 2012. Diretrizes da Política Nacional de Mobilidade Urbana

Art. 5º A Política Nacional de Mobilidade Urbana está fundamentada nos seguintes princípios:

I - acessibilidade universal;

II - desenvolvimento sustentável das cidades, nas dimensões socioeconômicas e ambientais;

[...] VI - segurança nos deslocamentos das pessoas;

Art. 6º A Política Nacional de Mobilidade Urbana é orientada pelas seguintes diretrizes:

[...] II - prioridade dos modos de transportes não motorizados sobre os motorizados e dos serviços de transporte público coletivo sobre o transporte individual motorizado;

BRASIL. Lei n. 12.587, de 3 de janeiro de 2012. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12587.htm. Acesso em: 17 set. 2024.

2 Que recursos de imagem e texto são utilizados na campanha da cidade de Niterói?

VALE VISITAR

O relatório de emissões veiculares no estado de São Paulo de 2022 apresenta um panorama de estudos e de conhecimento das fontes de poluição, além dos resultados obtidos pelas políticas públicas de controle da qualidade ambiental. Disponível em: https://cetesb.sp.gov.br/veicular/wp-content/uploads/sites/6/2024/04/Relatorio-emissoes-veiculares-2022.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

Niterói de Bicicleta/Prefeitura de Niterói

Campanha "Vou de Bike por Niterói", promovida em 2022 pela prefeitura do município de Niterói (RJ).

Não escreva no livro.

3 **Que outros argumentos e recursos você poderia mobilizar para incentivar o uso de bicicletas em sua cidade, considerando as informações dos textos 1 e 2?**

4 **Você acredita que sua cidade é acessível para todas as pessoas? Justifique. O que poderia ser feito para ampliar os espaços de lazer e uso de meios de transporte limpos em sua cidade?**

VALE VISITAR

Acesse os *sites* para saber mais sobre as iniciativas de incentivo a cidades mais sustentáveis:

- **Niterói de Bicicleta.** Disponível em: https://niteroidebicicleta.rj.gov.br.
- **Programa Cidades Sustentáveis.** Disponível em: https://icidadessustentaveis.org.br/.
- **Associação Internacional de Cidades Educadoras.** Disponível em: https://www.edcities.org/pt/. Acessos em: 17 set. 2024.

Além de promover o uso de bicicletas, as políticas de mobilidade devem garantir o direito ao deslocamento de pessoas com deficiência, conforme estabelecido na Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Lei 13.146/2015). Isso implica em planejar cidades acessíveis, com equipamentos e tecnologias que atendam às necessidades de todos, como sinais sonoros em semáforos e rampas de acesso, eliminando as barreiras arquitetônicas, de comunicação e de informação.

O uso da bicicleta vem crescendo em diferentes contextos, impulsionado por sua natureza limpa e sustentável. Veja alguns exemplos:

- **Lazer**: pedalar em parques, fazer passeios e viagens de bicicleta são opções de lazer para todas as idades.
- **Exercício físico**: o ciclismo é uma excelente atividade física, promovendo o condicionamento cardiovascular e outros benefícios para a saúde.
- **Esporte competitivo**: o ciclismo oferece diversas modalidades competitivas, como BMX, *mountain bike*, ciclismo de estrada e de pista, cada uma com suas características e desafios.
- **Meio de transporte**: a bicicleta vem se consolidando como uma alternativa viável e econômica para o transporte urbano, impulsionada por questões econômicas e socioambientais.
- **Fonte de renda**: a bicicleta também é utilizada como ferramenta de trabalho por entregadores e outros profissionais, gerando debates sobre a necessidade de regulamentação e melhores condições para esses trabalhadores.

Maria Abranches/Reuters/Folhapress

Jady Malavazzi (1994-), atleta brasileira de paraciclismo na Paralimpíadas de Paris 2024.

O ciclismo, como modalidade esportiva, oferece um leque diversificado de opções para atletas de todos os níveis e interesses, cada uma com suas particularidades e desafios. O **BMX**, nascido nos Estados Unidos como uma alternativa radical ao *motocross,* utiliza bicicletas para realizar manobras em pistas de terra e se tornou um esporte competitivo com regras e uma comunidade vibrante. Para os aventureiros, o ***mountain bike*** **(MTB)** é a escolha ideal, com bicicletas robustas e equipadas para enfrentar terrenos acidentados e trilhas desafiadoras, tendo inclusive se tornado esporte olímpico em 1996. O **ciclismo de estrada**, uma das formas mais tradicionais e populares, atrai aqueles que buscam superar longas distâncias em alta velocidade com bicicletas leves e aerodinâmicas. Já o **ciclismo de pista**, praticado em velódromos, exige precisão e habilidade em corridas velozes em pistas ovais, com bicicletas especialmente adaptadas. E, por fim, o **paraciclismo** se destaca como uma modalidade inclusiva e inspiradora, permitindo que pessoas com deficiências físicas experimentem a emoção do ciclismo em competições adaptadas, utilizando equipamentos como *handbikes*, triciclos e *tandems.*

VALE VISITAR

O incentivo ao uso de bicicletas tem sido objeto de ações de jovens protagonistas como jovens mulheres negras que criaram o projeto "Pedala Preta" no município de Macaé (RJ). As participantes aprendem mecânica básica e turismo receptivo, fortalecendo sua autonomia e conexão com a história do município e seus espaços de lazer. Conhecer projetos dessa natureza pode ser inspirador para o desenvolvimento do produto final do capítulo que você vai vivenciar na seção *Desembarque*.

Para saber mais, leia o artigo apresentado por Cíntia da Silva do Espírito Santo, no Congresso Nacional *On-line* de Sustentabilidade, realizado em 2023. Disponível em: https://ime.events/conasust2023/pdf/14323. Acesso em: 17 set. 2024.

Não escreva no livro.

O Código de Trânsito Brasileiro (CTB), por meio da Resolução n. 706/2017 do Conselho Nacional de Trânsito (CONTRAN), estabelece os seguintes itens de segurança obrigatórios para o uso de bicicleta: campainha, sinalização noturna dianteira, traseira, lateral e nos pedais, e espelho retrovisor do lado esquerdo. Além disso, o CTB recomenda o uso de outros equipamentos para aumentar a segurança dos ciclistas, ainda que não obrigatórios, como capacete, luvas, roupas claras ou chamativas e óculos.

5 **Agora que você explorou a relação entre o uso da bicicleta e a construção de cidades mais sustentáveis, vamos vivenciar essa experiência na prática!**

Joa Souza/Shutterstock.com/ID/BR

Ciclista pedalando em ciclovia em Salvador (BA), 2022.

VALE VISITAR

Para saber mais sobre indicações de segurança, convivência urbana e equipamentos recomendados para o ciclista, acesse o Guia do Ciclista Seguro, desenvolvido pela Associação Brasileira de Ciclismo, disponível em: https://observatoriodabicicleta.org.br/acervo/guia-do-ciclista-seguro/guia_do_ciclista_versao_completa_em_baixa/. Acesso em: 29 set. 2024.

#ficaadica

Um ajuste correto da bicicleta ao seu corpo é essencial para evitar lesões, melhorar a postura e garantir uma pedalada mais eficiente e confortável. Alguns pontos básicos para ajustar na sua bicicleta são o tamanho do quadro, o selim e o guidom.

Hora de pedalar

Como fazer

Opção 1: Passeio ciclístico em grupo

- Com os colegas e o professor, organize um passeio de bicicleta na escola ou em seu entorno, vivenciando o uso da bicicleta em um ambiente seguro e controlado.
- Todos os estudantes devem possuir bicicletas em bom estado e estar familiarizados com as regras básicas de segurança. Se necessário, realize um ajuste ergonômico da sua bicicleta para garantir o conforto e prevenir lesões.
- Observe as condições da cidade, o comportamento dos motoristas e dos pedestres e a qualidade do ar. Reflita sobre como a infraestrutura urbana pode ser melhorada para incentivar o uso da bicicleta. Durante o percurso, em paradas para se hidratar e descansar, se possível tire algumas fotos para favorecer a retomada e avaliação da experiência.
- Ao final, converse com a turma sobre a experiência, os desafios enfrentados e as sensações vivenciadas durante o passeio.

Opção 2: Relato de experiência

- Se um passeio em grupo não for possível, cada estudante pode realizar um trajeto de bicicleta com seus familiares ou responsáveis e trazer registros fotográficos ou desenhos sobre o momento.
- Observe as condições da cidade, seus sentimentos durante o passeio, o uso de equipamentos de segurança e o comportamento de outros ciclistas e motoristas.
- Na sala de aula, compartilhe suas experiências e reflexões sobre o uso da bicicleta como meio de transporte.

Opção 3: Oficina de ciclismo

- Essa atividade é para incluir aqueles que não sabem andar de bicicleta, com foco na aprendizagem e no desenvolvimento de habilidades.
- Escolha um local amplo e seguro, livre de obstáculos e tráfego de veículos.
- Ofereça suporte e encorajamento aos colegas, auxiliando-os a superar seus medos e a ganhar confiança na bicicleta.

Skate, culturas juvenis e uso das cidades pelos jovens

O *skate*, uma prática corporal de aventura urbana, vem conquistando cada vez mais adeptos no Brasil. Municípios têm investido em espaços públicos dedicados à modalidade, ampliando as opções de lazer ativo para pessoas de todas as idades. A inclusão do *skate* nos Jogos Olímpicos também contribuiu para aumentar sua visibilidade e popularidade, despertando o interesse de novas gerações.

Observe as imagens e leia os textos a seguir. Depois, responda às questões no caderno.

Arquivo SEME/Secretaria Municipal de Esportes de São Paulo

Endrio Santana Horafas (também conhecido como Demulidor_mc) nasceu com deficiência visual e gosta de praticar *skate* no Centro de Esportes Radicais, parque público da cidade de São Paulo que oferece condições seguras para pessoas de todas as idades experimentarem práticas corporais nos momentos de lazer. Foto de 2020.

Julio Detefon/Cani TV

Ítalo Romano começou a andar de *skate* aos 11 anos, após um acidente em que perdeu as duas pernas. Na foto, o skatista pratica manobras em Florianópolis (SC), 2024.

Texto 1

Cultura do *skate*

A cultura do *skate* permeia todas as áreas, fala todas as línguas [...]. É esporte, lazer, meio de transporte, manifestação cultural. São hábitos de encarar o mundo, expressar-se, comunicar com a naturalidade de ser quem você é, respeitar as diferenças e viver as transformações. Um estilo de vida que – praticado individualmente e em grupo, constrói conduta, identidade, comportamento e sociabilidade [...]. Afinal, no *skate* as metas são – união, fortalecimento do movimento, capacitação social, acessibilidade, participação construtiva, repasse de conhecimentos e técnicas.

PIZZANO, Castro. O que nunca te falaram sobre a cultura do *skate* (Parte 1). Disponível em: https://colletive.squidcommunity.com/blog/o-que-nunca-te-falaram-sobre-a-cultura-do-skate-parte. Acesso em: 29 set. 2024.

Texto 2

Skate, coaprendizagem e gênero

O *skate* não é um esporte coletivo, mas é um esporte 'social', pois exige que outros testemunhem seus sucessos, tornando-se um 'espetáculo' para outros skatistas observarem e comentarem [...] Isso implica que a transmissão de saberes ocorre principalmente por meio da coaprendizagem, na qual skatistas interagem com seus pares para adquirirem novos aprendizados. [...]. A subcultura skatista desafia a noção tradicional de masculinidade, uma vez que enfatiza a colaboração em detrimento da competição na prática dessa modalidade esportiva [...] Por outro lado, a forma pela qual os skatistas performatizam essa masculinidade alternativa ainda subalterniza o espaço das mulheres.

GONZALEZ, Silvia Urra; SILVA, Bruna Saurin; MARTINS, Mariana Zuaneti. Diferentes sentidos para uma mesma paixão: negociações de gênero das mulheres no *skate*. *Revista Diversidade e Educação*, v. 11, n. 2, p. 295-327, 2023. p. 298. Disponível em: https://furg.emnuvens.com.br/divedu/article/view/16131/10613. Acesso em: 17 set. 2024.

Não escreva no livro.

6 **O que as imagens dizem sobre inclusão e superação no *skate*?**

7 **Que relações você observa entre os textos 1 e 2? Como o *skate* promove a união e a cooperação entre seus praticantes? Você concorda que o *skate* promove uma cultura colaborativa e inclusiva? Por quê?**

8 **União e cooperação se aplicam da mesma forma em relação a meninos e meninas que se inserem na prática da modalidade?**

9 **Como o *skate* está presente na sua vida ou na comunidade em que vive? Conhece pessoas que praticam, com ou sem deficiência? Quem pratica mais, meninos ou meninas?**

VALE VISITAR

Assista ao vídeo com um resumo das modalidades do *skate* e suas relações com tipos de pista e equipamentos.

Modalidades do *skate*. SKHZ, 28 ago. 2020. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=gndc5RdB934. Acesso em: 29 set. 2024.

Embora o *skate* ainda seja predominantemente praticado por meninos, nos últimos anos, o número de meninas esqueitistas tem crescido consideravelmente. Essa mudança positiva se deve, em parte, à maior divulgação e organização de eventos com categorias femininas, que oferecem mais oportunidades e visibilidade para as mulheres no esporte. Para muitas meninas, o *skate* vai além da simples prática esportiva; ele se torna um símbolo de liberdade, empoderamento e quebra de estereótipos de gênero.

O crescimento do *skate* feminino no Brasil está diretamente ligado ao ativismo das próprias praticantes e à influência do feminismo. Entre 2009 e 2015, a porcentagem de mulheres andando de *skate* saltou de 10% para 19%, totalizando cerca de 1,6 milhão, de acordo com dados da Confederação Brasileira de *Skate* e do DataFolha. Essa evolução demonstra não apenas uma maior inclusão, mas também uma mudança cultural significativa, impulsionada por mulheres que se tornaram referências na luta por igualdade no esporte, como a jovem e talentosa Rayssa Leal.

Apesar dos avanços, a inserção das mulheres no *skate* ainda enfrenta obstáculos. A sub-representação e os estereótipos persistem, limitando o reconhecimento e o crescimento das esqueitistas. No entanto, elas têm se organizado e criado as próprias oportunidades, promovendo campeonatos, buscando patrocínios e utilizando as redes sociais para compartilhar suas histórias e inspirar outras mulheres. Essa presença ativa no espaço *on-line* tem sido essencial para fortalecer a comunidade feminina no *skate* e amplificar suas vozes.

Origens do *skate*

O *skate* nasceu na Califórnia, entre as décadas de 1950 e 1960, como uma adaptação do surfe para o asfalto. Surfistas em busca de adrenalina nos dias sem ondas criaram o *sidewalk surfing* (surfe de calçada), acoplando rodinhas de patins a pranchas de madeira. A década de 1970, marcada por uma seca que esvaziou muitas piscinas na Califórnia, impulsionou a evolução do *skate* para as manobras verticais e os trajetos em paredes, moldando o esporte como o conhecemos hoje.

No Brasil, o *skate* chegou na década de 1960, também pelas mãos dos surfistas, e era conhecido como "surfinho". Com o tempo, a produção de *skates* se profissionalizou e a cultura do *skate* se expandiu, impulsionada por revistas, programas de TV e, mais recentemente, pela internet e pelas redes sociais.

A relação do *skate* com o espaço urbano nem sempre foi pacífica. A cultura juvenil e o uso "não convencional" dos espaços públicos levaram à proibição do *skate* em muitas cidades, perpetuando o estereótipo dos esqueitistas como baderneiros. No entanto, com o tempo e a influência da indústria esportiva, o *skate* ganhou reconhecimento e passou a ser incorporado em políticas públicas de esporte e lazer, com a construção de pistas e *skateparks*.

Ernie Leyba/The Denver Post/Getty Images

Jovens andando de *skate* nos Estados Unidos, 1978.

A década de 1990 marcou a ascensão do *skate* em nível global, com a realização de grandes eventos internacionais. Essa popularização culminou na inclusão do *skate* nos Jogos Olímpicos de Tóquio, em 2021, um marco histórico que solidificou sua importância como esporte e ampliou sua visibilidade.

Cada modalidade do *skate* possui seus movimentos e técnicas específicas, mas existem alguns fundamentos básicos que todo iniciante precisa aprender. Antes de começar a praticar, é essencial conhecer as partes do *skate*, utilizar equipamentos de segurança e buscar orientação adequada.

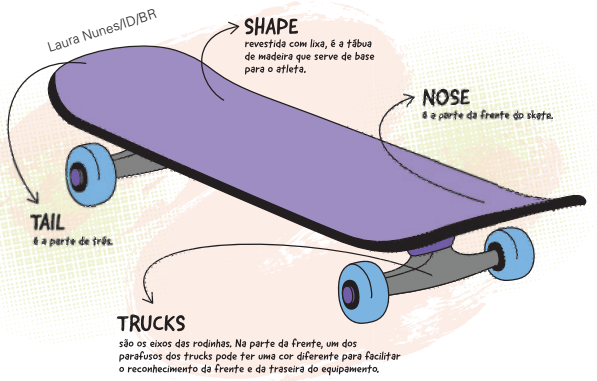
10 **Agora, vamos colocar o corpo em movimento e experimentar a liberdade e a adrenalina do *skate*!**

Vivência com *skate*: primeiros passos e manobras básicas

Como fazer

- Experimente o *skate*, explorando seus movimentos básicos e possibilidades de interação com o corpo.
- Converse com a turma e veja quem possui ou pode trazer *skates* para a escola. Juntos, organizem-se em grupos, garantindo que cada grupo tenha pelo menos um *skate* para explorar.
- Comece reconhecendo as partes do *skate* (*shape, trucks*, rodas, etc.).

Laura Nunes/ID/BR



- Use equipamentos de segurança, como capacete, joelheiras e cotoveleiras. Caso esteja começando, evite manobras arriscadas. O foco é a diversão e a exploração segura do *skate*.
- Adapte a prática ao seu nível de conforto. Se preferir, comece sentado no *skate* e peça ajuda aos colegas para se equilibrar.

Manobras básicas

a) Remada: com um pé no *shape*, impulsione o chão com o outro pé para se movimentar.

b) *Slide*: deslize com o *skate*, fazendo curvas e derrapadas para controlar a velocidade e a direção.

c) *Footbreak*: use o pé de trás para frear o skate, arrastando-o no chão.

d) *Ollie*: um salto com o *skate*, erguendo-o do chão (essa manobra é mais avançada e requer prática).

studio f22 ricardo/Shutterstock.com/ID/BR

Pessoa deslizando com o *skate*.

Pratique algumas habilidades fundamentais

a) Equilíbrio: encontre sua posição de equilíbrio no *skate*, mantendo o corpo baixo, joelhos flexionados e braços abertos para auxiliar. Comece próximo a uma parede ou com a ajuda de um colega.

b) Batida: transfira o peso para o tail (parte de trás do skate) para levantar o nose (parte da frente) e mudar a direção do skate.

c) Parada: pratique diferentes formas de parar, como colocar um pé no chão ou pressionar o *tail* para baixo.

d) Remada: impulsione o *skate* com um pé enquanto o outro permanece no *shape*. Mantenha o peso na perna que está no *skate* e gire levemente o pé de apoio para dentro.

e) Mudança de trajeto: experimente fazer curvas e trajetórias diferentes, inclinando o corpo para utilizar o movimento dos *trucks*.

Não escreva no livro.

4ª PARADA

Práticas corporais de aventura na natureza e ativismo socioambiental

No ano 2000, um grupo de surfistas de Itanhaém, litoral sul de São Paulo, fundou o Instituto Ecosurf, uma organização sem fins lucrativos dedicada a promover ações de sustentabilidade ambiental e de preservação das praias e oceanos. Unindo coletivos de surfistas de todo o Brasil, o Instituto realiza campanhas de conscientização e ações em parceria com o poder público, defendendo a proteção ambiental e integrando à cultura do surfe valores como justiça, cidadania planetária e respeito aos seres vivos e às comunidades costeiras.

O compromisso dos surfistas com a preservação ambiental também se reflete no engajamento de atletas renomados, como Gabriel Medina (1993-), Filipe Toledo (1995-) e Tatiana Weston-Webb (1996-), que participaram ativamente da coleta de resíduos na praia de Saquarema durante o Campeonato Mundial de Surfe em 2022.

Thibaud Moritz/ Pool/AFP

Gabriel Medina posa com a medalha de bronze conquistada nos Jogos Olímpicos de Paris 2024.

Ryan Pierse/Getty Images

Filipe Toledo nas prévias em Teahupo'o, Polinésia Francesa, 2023.

Thiago Diz/World Surf League/Getty Images

Tatiana Weston-Webb antes do início das finais da Lexus WSL em San Clemente, Califórnia, Estados Unidos, 2024.

Leia os depoimentos de dois desses atletas e, com base neles e nas iniciativas descritas, converse com os colegas e o professor sobre as questões.

Texto 1

Depoimento 1 – Gabriel Medina

Eu cresci na praia, então essa relação com o mar faz parte da minha história e de quem eu sou – sempre na água e com os pés na areia me sinto em casa, não importa onde eu esteja. O surfe também é sobre isso, estar em harmonia com a natureza e cuidar dos paraísos para que eles continuem recebendo a gente de braços abertos [...].

Texto 2

Depoimento 2 – Filipe Toledo

Eu aprendi a surfar ainda criança, me inspirando nos passos do meu pai. Hoje, tendo filhos pequenos, busco passar adiante o amor pelo mar e pela natureza, que é tão generosa com todos nós. Precisamos cuidar do mundo para que muitas gerações ainda possam viver essas alegrias. Viver isso ao lado dos meus amigos dentro e fora da água é um privilégio [...]..

LANCE! Às vésperas da etapa de Saquarema, Medina, Filipinho e Tatiana participam de ação na praia, 23 jun. 2022. Disponível em: https://www.lance.com.br/fora-de-campo/as-vesperas-da-etapa-de-saquarema-medina-filipinho-e-tatiana-participam-de-acao-na-praia.html. Acesso em: 17 set. 2024.

Não escreva no livro.

VALE VISITAR

Acesse o *site* do Instituto EcoSurf e conheça melhor suas iniciativas e projetos. Disponível em: https://ecosurf.org.br/. Acesso em: 17 set. 2024.

1 **Em sua opinião, por que surfistas se envolvem em atividades de defesa do meio ambiente? Qual é a importância dessa atitude para essa prática corporal e para o planeta?**

2 **Você conhece outros esportistas ou grupos que praticam atividades em contato com a natureza e se engajam em causas socioambientais?**

3 **O que você sabe sobre a questão do lixo nas praias e oceanos? Quais são os impactos e como podemos ajudar a combatê-los?**

As práticas corporais de aventura na natureza (PCAN), originárias de diferentes épocas e culturas, moldam-se à paisagem e à geografia dos locais onde surgiram. Atualmente, além de proporcionar uma conexão mais profunda com o meio ambiente, as PCAN têm se popularizado, não apenas pela busca por bem-estar e lazer do contato com a natureza, mas também por envolverem interesses econômicos de venda de produtos, serviços e eventos. Essas práticas podem ser classificadas de acordo com o tipo de ambiente, como pode ser visto na tabela a seguir.

CLASSIFICAÇÃO DAS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA	
Modalidades praticadas em terra	*Caving*, corrida de aventura, corrida de orientação, arborismo, escalada, *mountain bike, parkour, skate, slackline, trekking*
Modalidades praticadas na água	Canoagem, kitesurfe, mergulho, *rafting*, *stand up paddle* ou SUP, surfe, *acqua ride* ou boia *cross*, *windsurfe*
Modalidades praticadas no ar	Asa-delta, balonismo, *bunguee jump*, *paragliding*, paraquedismo, tirolesa

FRANCO, Laércio C. P.; CAVASINI, Rodrigo; DARIDO, Suraya C. Práticas corporais de aventura. *In*: GONZÁLEZ, Fernando J.; DARIDO, Suraya C.; OLIVEIRA, Amauri A. B. (org.). *Lutas, capoeira e práticas corporais de aventura*. Maringá: Eduem, 2014. p. 106. Disponível em: https://www.gov.br/esporte/pt-br/noticias-e-conteudos/publicacoes-1/esporte/arquivos/lutascapoeirapraticascorporais.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

Grant Rooney/Alamy/Fotoarena

Caballitos de totora, usados por pescadores peruanos até hoje, Huanchaco, Peru, 2022.

As PCAN são praticadas tanto por atletas em competições de alto nível quanto por pessoas que buscam lazer e contato com a natureza. Cada vez mais, essas atividades se tornam acessíveis a pessoas com deficiência, graças a equipamentos adaptados e tecnologias assistivas que permitem a participação de todos, independentemente de suas limitações físicas.

Além dos benefícios físicos e psicológicos proporcionados pelo contato com a natureza, as PCAN despertam a reflexão sobre a importância da preservação ambiental. O ativismo ambiental se manifesta na busca por um consumo mais consciente e sustentável, na escolha de produtos com menor impacto ambiental e na compreensão das consequências de nossas ações sobre o planeta.

As origens e a cultura do surfe

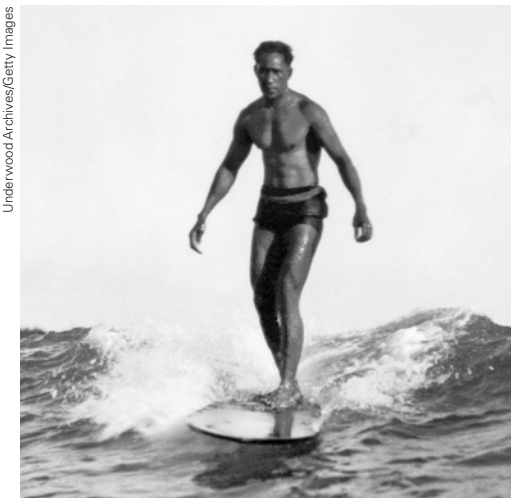
Embora a história exata da origem do surfe seja incerta, sabe-se que ela está ligada à criação de aparatos para a pesca, que evoluíram de ferramentas de sobrevivência para uma forma de lazer e expressão. Registros de colonizadores ingleses no século XVIII revelam que o surfe já era praticado pelos povos polinésios nas ilhas do Havaí desde o século XII. Evidências históricas sugerem que a prática pode ter sido levada para a Polinésia por antigos pescadores peruanos, que utilizavam os *caballitos de totora*, embarcações semelhantes a pranchas de surfe feitas de junco, para navegar e pescar.

Não escreva no livro.

No início do século XX, surfistas havaianos como Duke Kahanamoku (1890-1968), também um renomado nadador olímpico, desempenharam um papel fundamental na popularização do surfe em outros continentes. A Califórnia, nos Estados Unidos, tornou-se o epicentro da cultura do surfe, disseminando-a globalmente.

A década de 1960 marcou a explosão do surfe em todo o mundo, associado ao movimento da contracultura, que desafiava os valores tradicionais da época. O estilo de vida dos surfistas, com sua busca pela liberdade, conexão com a natureza e rejeição ao materialismo, conquistou a juventude e inspirou filmes, músicas e um estilo próprio de se vestir e se expressar.

A evolução do surfe está intrinsicamente ligada ao desenvolvimento das pranchas. Inicialmente feitas de madeira, elas passaram a ser fabricadas com resinas mais leves derivadas de petróleo, o que provocou impactos negativos ao meio ambiente. Atualmente, cerca de 80% dos equipamentos de surfe dependem da indústria petrolífera, e as pranchas, de difícil descarte, geram preocupações ambientais devido aos processos de fabricação que envolvem alto consumo de energia e liberação de gases tóxicos. Diante disso, algumas empresas e surfistas têm buscado alternativas mais sustentáveis, como o desenvolvimento de pranchas feitas com madeira oca e novas tecnologias de engenharia.



Underwood Archives/Getty Images

O nadador, ator e surfista Duke Kahanamoku, no Havaí, nos Estados Unidos, 1929.

No Brasil, o surfe começou a ser praticado na década de 1930, quando três amigos – Osmar Gonçalves, João Roberto e Júlio Putz – em Santos, São Paulo, construíram sua própria prancha de madeira e começaram a deslizar nas ondas das praias da cidade. Durante a Segunda Guerra Mundial, marinheiros americanos trouxeram a prática para o Rio de Janeiro, despertando o interesse dos cariocas e culminando na criação da Associação de *Surf* do Estado do Rio de Janeiro, em 1965. A partir da década de 1970, o surfe se espalhou por todo o país e se tornou parte da cultura brasileira.

Hoje, o Brasil contabiliza cerca de 3 milhões de surfistas. Apesar de alguns destaques individuais em competições internacionais desde os anos 1980, foi em 2014 que o país celebrou seu primeiro campeão mundial de surfe, Gabriel Medina. O reconhecimento do surfe como esporte olímpico em 2016 e sua inclusão nos Jogos de Tóquio, em 2021, e Paris, em 2024, impulsionaram ainda mais a modalidade, atraindo novos praticantes e aumentando a visibilidade do esporte.

A crescente popularização do surfe e a divulgação do estilo de vida associado a ele, no entanto, trazem consigo um desafio importante: o impacto ambiental. O aumento do consumo de pranchas, equipamentos e a realização de grandes eventos podem gerar consequências negativas para o meio ambiente, como o descarte inadequado de materiais e a poluição de praias e oceanos.

4 **Que tal pesquisar os impactos ambientais do surfe?**

Investigando os impactos ambientais do surfe

Como fazer

- Forme um grupo e escolha um dos seguintes temas:

  Grupo 1: Pegada ecológica das pranchas
  Grupo 2: Moda sustentável para o surfe
  Grupo 3: Grandes eventos e o meio ambiente
  Grupo 4: Ações locais voltadas para a sustentabilidade
- Levante informações em páginas oficiais, revistas especializadas e outros meios de comunicação. Lembre-se de checar se as informações são verdadeiras e se as fontes são fidedignas.
- Registre as informações que encontrar no caderno e, depois, compartilhe com os colegas e o professor.

Técnicas corporais do surfe

As pranchas de surfe se dividem em três partes principais: rabeta (traseira), meio e bico. Suas características, como tamanho e formato, influenciam a velocidade, flutuabilidade e dirigibilidade, sendo escolhidas de acordo com a experiência do surfista, as condições do mar e o tipo de onda desejado. As principais categorias de pranchas incluem: *long board*, *fun board*, *short board*, *bodyboard* e *gun*.

Não escreva no livro.

Além da prancha, outros equipamentos, embora não obrigatórios, são importantes para a segurança e o desempenho no surfe. O *leash*, uma corda que conecta o surfista à prancha, evita que ela se perca e cause acidentes com outros banhistas. A parafina, aplicada na superfície da prancha, aumenta a aderência, prevenindo escorregões. Já as roupas de borracha (*wetsuits*) ou *lycra* protegem o corpo do sol, do frio e de possíveis ferimentos.

No surfe, os praticantes executam uma série de manobras para deslizar sobre as ondas com velocidade, controle e estilo. Os movimentos dependem das características da onda, que é influenciada pelo vento, pelo formato do fundo do mar e pelas condições climáticas. As técnicas corporais do surfe estão em constante evolução, acompanhando o desenvolvimento do esporte e a busca por novos desafios.

A remada, que permite ao surfista se deslocar na água e alcançar a onda, e o "joelhinho" (*duck dive*), utilizado para passar por baixo da onda em movimento, são técnicas fundamentais para qualquer surfista. A partir delas, uma infinidade de manobras pode ser explorada, como:

- **Batidas e rasgadas:** movimentos explosivos em que o surfista usa a prancha para cortar ou bater na crista da onda.

J Inocêncio/Arquivo do fotógrafo

Érica Prado, surfista negra ativista da inserção de mulheres negras no esporte executa rasgada, 2024.

- **Giros de 180º ou 360º**: manobras que envolvem rotações de 180º ou 360º sobre a prancha, tanto em contato com a onda quanto no ar.
- ***Floater***: deslizar sobre a espuma da onda já quebrada, como se estivesse "flutuando" sobre ela.
- ***Cut back***: retornar à parte da onda que está quebrando após ter se deslocado para trás dela.

Ed Sloane/Getty Images

Tatiana Weston-Webb executa *cut back* nos Jogos Olímpicos de Paris 2024, nos quais foi medalhista de prata.

- **Aéreo:** manobras aéreas que desafiam a gravidade, como saltos e rotações no ar.

Ed Sloane/Getty Images

Gabriel Media executa um aéreo em Teahupo'o, Polinésia Francesa, durante etapa dos Jogos Olímpicos de Paris 2024, nos quais foi medalhista de bronze.

- **Cavada:** descer a parede da onda com velocidade e subir novamente em direção à crista para realizar uma manobra.
- **Tubo:** a manobra mais desejada pelos surfistas, que consiste em deslizar dentro do tubo formado pela onda, uma experiência única de conexão com a força da natureza.

Sean M. Haffey/Getty Images

Filipe Toledo, executa tubo durante etapa dos Jogos Olímpicos de Paris 2024, em Teahupo'o, Polinésia Francesa.

Não escreva no livro.

5 **Agora que você já conhece alguns movimentos básicos do surfe, vamos colocá-los em prática, mesmo longe das ondas! Essa experimentação vai ajudá-lo a desenvolver habilidades importantes, como equilíbrio, força e coordenação motora.**

Guia prático para a experimentação dos movimentos do surfe em terra firme

Materiais

- Colchonete (ou colchão, toalha ou caixa de papelão aberta)
- Banco sueco (ou outro suporte similar)
- Madeira, rolo de borracha ou PVC, lixa para madeira (para construir uma prancha de equilíbrio)

Como fazer

No colchonete

- Remada: deite-se de barriga para baixo no colchonete e simule o movimento de remada, alternando os braços como se estivesse remando na água.
- Levantamento (*pop-up*): partindo da posição de remada, apoie as mãos e um dos joelhos no chão e levante-se rapidamente, colocando os pés na posição de base do surfe (um pé à frente do outro, na largura dos ombros).

No banco sueco ou no chão

- Remada e sentar: deitado de barriga para baixo, simule a remada em direção ao banco sueco, segure-o com as mãos e sente-se sobre ele, mantendo o equilíbrio.
- *Pop-up* no chão: partindo da posição de remada no chão, apoie as mãos e levante-se rapidamente para a posição de base, em um movimento fluido e contínuo.
- Equilíbrio no banco: fique em pé sobre o banco sueco, com os pés na posição de base. Seus colegas podem movimentar o banco levemente para os lados para desafiar seu equilíbrio.

Marcos Elihu Castillo Ramirez/iStock/Getty Images

Jovens praticam na prancha de surfe sobre a areia, em Acapulco, México, 2023.

Construindo uma prancha de equilíbrio (*balance board*)

Materiais

- Um tubo de PVC de 30 cm de comprimento
- Uma tábua de madeira de 30 cm com bordas arredondadas
- Ripas de madeira (2 cm ou 3 cm x 20 cm)
- Lixa para madeira, cola ou parafusos

lupmotion/iStock/Getty Images

Pessoa pratica *balance board*.

Como fazer

- Cole ou parafuse as ripas de madeira nas extremidades da parte inferior da tábua, criando os "freios".
- Cole faixas de lixa na base do tubo de PVC e na parte superior da tábua para aumentar a aderência.

DESEMBARQUE

Após uma jornada repleta de aprendizados sobre práticas corporais, inclusão, diversidade e meio ambiente, chegou o momento de transformar conhecimento em ação! Nesta seção, você e seus colegas terão a oportunidade de criar uma campanha publicitária que cause um impacto positivo na sua comunidade.
O desafio será desenvolver uma campanha que seja não apenas informativa, mas também criativa e envolvente, capaz de inspirar mudanças de comportamento e promover valores como respeito, igualdade e sustentabilidade.

CAMPANHA PUBLICITÁRIA

Reúna-se em grupo e informe-se sobre o que você vai fazer.

Evento	Campanha publicitária de conscientização.
Situação	Você vai se organizar com seus colegas para planejar e executar uma campanha publicitária que aborde um dos temas centrais deste capítulo. Essa campanha será uma produção coletiva que poderá incluir vídeos, *podcasts*, postagens em redes sociais, folhetos, intervenções urbanas ou qualquer outra forma de comunicação que vocês considerem eficaz para conectar as práticas corporais a processos de conscientização sobre diversidade étnico-racial, reivindicações de jovens indígenas, inclusão e diversidade nas práticas corporais com foco nas questões de gênero e sexualidade, promoção de cidades mais sustentáveis e acolhedoras para as culturas juvenis e preservação do meio ambiente.
Tema	Práticas corporais como plataforma de transformação social: como o esporte, a dança e outras atividades físicas podem ser ferramentas poderosas para promover a inclusão, a igualdade e a sustentabilidade, e para combater preconceitos e desigualdades.
Objetivos	Estimular a reflexão e o engajamento da comunidade em relação aos temas escolhidos, mostrando como as práticas corporais podem ser meios de mudança social. Utilizar ferramentas de comunicação e tecnologia, como edição de vídeo, *design* gráfico e produção de *podcasts*, para desenvolver materiais de campanha criativos e impactantes. Ir além da informação, motivando a comunidade escolar e local a agir em prol das causas abordadas na campanha, despertando a consciência crítica e promovendo mudanças positivas.
Quem é você	Integrante de equipe de agência publicitária.
Para quem	A campanha deve ser direcionada principalmente para os jovens, mas também deve alcançar e impactar a comunidade em geral.
Tipo de produção	A campanha será desenvolvida em conjunto pela turma, valorizando a colaboração, a troca de ideias e a diversidade de talentos e perspectivas.

Ginnet Delgado/Stock/Getty Images

Planejar uma campanha publicitária envolve diferentes equipes e habilidades, como desenvolvimento de conceito, redação, *design* e gestão de projetos.

Não escreva no livro.

Planejamento da campanha

Como fazer

Escolha do tema: em um grupo de até cinco integrantes, escolha um tema central do capítulo que seja relevante para a comunidade e que desperte o interesse de vocês. Algumas opções são:

- inclusão de jovens trans no *breaking*;
- luta por igualdade de gênero no forró;
- representatividade das juventudes indígenas no *rap*;
- sustentabilidade nas cidades, com foco em mobilidade urbana, coleta seletiva, consumo consciente e preservação dos oceanos.

Análise de campanhas inspiradoras: relembrem as campanhas e ações discutidas no capítulo, como as do grupo Brô MC's, da organização não governamental Todas para o Mar, a campanha de Niterói sobre o uso de bicicletas e as ações de limpeza de praias do Instituto Ecosurf. Identifique os elementos que as tornaram bem-sucedidas e pense em como adaptá-los à sua campanha, o engajamento comunitário, o uso estratégico das mídias sociais e o foco em questões socioambientais.

Definindo o público-alvo: identifique quem vocês querem alcançar com a campanha (colegas de escola, familiares, comunidade local) e adapte a linguagem e o formato da mensagem para que ela seja relevante e impactante para esse público.

Desenvolvimento da campanha

Como fazer

- Faça pesquisas adicionais sobre o tema escolhido, buscando dados estatísticos, estudos de caso, depoimentos e outros materiais que enriqueçam a campanha e forneçam argumentos sólidos para a conscientização.
- Promova um *brainstorm* e defina a direção criativa da campanha. Pense em como transmitir a mensagem central de forma criativa e envolvente, explorando diferentes formatos de mídia, como vídeos, *podcasts*, *posts* para redes sociais, folhetos, intervenções urbanas, etc.
- Distribua as responsabilidades dentro do grupo, de acordo com as habilidades e interesses de cada um. Alguns podem se dedicar à pesquisa e à escrita de textos, outros à criação de artes gráficas e à edição de vídeos, e outros à gestão das redes sociais e à divulgação da campanha.
- Pense em como a campanha pode ser adaptada para diferentes mídias, garantindo que a mensagem seja clara e impactante em cada uma delas.
- Use imagens fortes e representativas, *slogans* impactantes, música e outros elementos que gerem conexão emocional com o público. Explore técnicas como *storytelling* (narrativa) e depoimentos pessoais para aumentar o engajamento.

Master1305/Shutterstock.com/ID/BR

• Exemplos de estratégias

a) Sustentabilidade no surfe: produza um vídeo documentando uma ação de limpeza de praia, combinando-o com *posts* informativos nas redes sociais sobre reciclagem e consumo consciente.

b) Inclusão de jovens trans no *breaking*: crie um *podcast* com depoimentos de atletas trans sobre suas experiências e desafios, ou uma série de vídeos curtos que abordem a importância da inclusão no esporte.

Apresentação da campanha

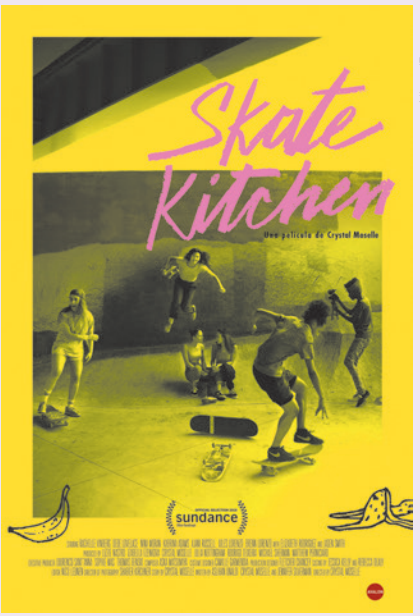
• Prepare uma apresentação pública para divulgar a campanha na escola e na comunidade local. Você pode organizar um evento na escola, utilizar espaços públicos comunitários ou plataformas digitais para alcançar um público mais amplo. Incentive a participação ativa da comunidade, promovendo debates e discussões sobre os temas abordados na campanha. O objetivo é ir além da informação, inspirando a ação e o engajamento do público para construir um futuro mais justo e sustentável.

ENTRETENIMENTO A BORDO

• Reúna seus amigos e mergulhe na vibrante Nova York de 1977 com a série *The get down* (criação de Baz Luhrmann e Stephen Adly Guirgis, 2016-2017). Em meio ao caos econômico e social, o Bronx se torna o berço de um movimento cultural revolucionário. Jovens negros e latinos encontram na música, na dança, no grafite e na arte de rua uma forma poderosa de expressão e resistência. Acompanhe suas histórias e inspire-se na força transformadora da cultura *hip-hop*.

• Conheça a inspiradora história do projeto "*Surfing* Favela", que leva o surfe para as comunidades da Rocinha e Cantagalo, no Rio de Janeiro. Por meio do esporte, crianças e jovens encontram um caminho de superação, empoderamento e conexão com a natureza. Assista ao documentário e descubra como o surfe pode transformar vidas e comunidades. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=ATUESue-H24. Acesso em: 17 set. 2024.

• A série *Skate kitchen* (direção de Crystal Moselle, 2018) acompanha a jornada de um grupo de garotas esqueitistas em Nova York, mostrando como o *skate* se torna um espaço de amizade, apoio mútuo e empoderamento feminino. Acompanhe suas histórias, desafios e conquistas e inspire-se nessa narrativa que celebra a força e a liberdade das mulheres no esporte.



Album/Fotoarena

Cartaz da série *Skate kitchen*.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Nesta viagem pelo universo das práticas corporais, você explorou diferentes manifestações culturais, como o *breaking*, o forró, o ciclismo, o *skate* e o surfe. Agora, é hora de fazer uma pausa e refletir sobre o que você aprendeu ao longo do caminho. Em grupos, debata as questões a seguir, conectando as experiências vividas com os temas de inclusão, diversidade, gênero, sexualidade, sustentabilidade e ativismo socioambiental.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

1. Descreva as principais características do *breaking* como dança e como prática cultural.
2. Como o *breaking* tem sido utilizado como uma ferramenta de inclusão social, principalmente para jovens transgêneros?
3. Qual é a importância do forró na construção da identidade nordestina e como ele se espalhou pelo Brasil?
4. Como o forró universitário modernizou a dança tradicional e que questões de gênero ele desperta?
5. Como campanhas como a de Niterói podem incentivar o uso de bicicletas e promover a mobilidade urbana sustentável?
6. Quais são os principais obstáculos na implementação de ciclovias e outras infraestruturas para ciclistas nas cidades?
7. Que aspectos técnicos e culturais caracterizam o *skate* como uma prática de aventura urbana?
8. Como o *skate* pode ser uma ferramenta para promover a inclusão social e o direito ao lazer nas cidades?
9. Quais são os impactos ambientais da prática do surfe e como os surfistas têm se mobilizado para proteger os oceanos?
10. Como as ações de limpeza de praias, como as realizadas pelo EcoSurf, impactam a conscientização sobre a poluição marinha?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

1. De que forma o estudo deste capítulo expandiu sua compreensão sobre a importância da inclusão e da diversidade nas práticas corporais e na cultura em geral?
2. Como as discussões sobre a história e as transformações do forró contribuíram para sua compreensão da cultura brasileira e da construção de identidades?
3. A análise da poluição e do uso de bicicletas despertou em você um novo olhar sobre a mobilidade urbana? Você se sente mais motivado a fazer escolhas de transporte mais sustentáveis no seu cotidiano?
4. O estudo sobre o *skate* fez você repensar a importância dos espaços públicos para a prática de atividades físicas e o papel dos jovens na construção de cidades mais acolhedoras e inclusivas?
5. Qual foi a sua principal reflexão após entender o impacto ambiental das práticas de surfe? Como isso influenciou sua atitude em relação à redução do lixo nos oceanos e o consumo consciente?
6. Quais foram seus principais aprendizados sobre o impacto ambiental do surfe? Como essa reflexão influenciou sua postura em relação ao consumo consciente e à preservação dos oceanos?
7. De que forma as atividades em grupo realizadas neste capítulo te ajudaram a desenvolver habilidades de colaboração, comunicação e respeito às diferentes opiniões?
8. Os exemplos de ativismo social que vimos neste capítulo motivaram você a pensar em formas de contribuir para sua comunidade? Que tipo de ações você se sente inspirado a realizar?
9. As atividades e discussões deste capítulo ajudaram você a refletir sobre seus próprios valores e crenças em relação à diversidade, inclusão e sustentabilidade? De que forma?
10. Ao concluir este capítulo, como você avalia sua evolução em relação à sensibilidade cultural, consciência social e ambiental? Que áreas você gostaria de explorar mais, sobretudo no que diz respeito ao cuidado com o meio ambiente?

EXPERIÊNCIA ESPORTIVA: MÚLTIPLAS CONEXÕES

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- entender aspectos que envolvem esportes de alto rendimento, diferenciando-os do esporte como forma de lazer;
- analisar criticamente as diferenças do esporte vivenciado no contexto escolar das práticas esportivas realizadas por atletas profissionais;
- aprofundar conhecimentos sobre o fenômeno esportivo em interface com questões de igualdade e diferenças (raça, gênero, classe social e deficiência);
- estudar diferentes perspectivas da ciência esportiva, analisando as relações da produção científica;
- debater sobre a luta das mulheres para serem respeitadas e reconhecidas no contexto esportivo;
- vivenciar modalidades esportivas praticadas nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos;
- conhecer aspectos que envolvem a organização de um evento esportivo;
- valorizar os atletas brasileiros que participam das competições internacionais;
- assumir o protagonismo na organização de um festival cinematográfico que aborde questões sociológicas no esporte, exercitando a empatia, a cooperação e o senso crítico.

O fervilhante ano de 1968 foi marcado por lutas sociais no mundo todo. Nesse ano, as Olimpíadas da Cidade do México foram palco de um gesto que entrou para a História. Os americanos Tommie Smith (1944-) e John Carlos (1945-), respectivamente medalha de ouro e bronze na prova dos 200 metros rasos, fizeram a saudação *Black Power* no pódio, com luvas negras, em protesto contra o racismo e a injustiça.

CAPÍTULO

3

Bettmann/Getty Images

EMBARQUE

Neste capítulo, você vai explorar a relação entre o esporte e questões sociais, econômicas e culturais, usando os Jogos Olímpicos como ponto de partida. Durante o percurso, você conhecerá diferentes modalidades esportivas e refletirá sobre como esses eventos promovem valores, mas também envolvem desafios e impactos para os países-sede. Você também vai estudar como o esporte de alto rendimento se diferencia do esporte de lazer e analisar as condições que favorecem ou limitam o acesso das pessoas a essas práticas. Além disso, serão discutidos temas como igualdade de gênero e inclusão de pessoas com deficiência.

FOCO NA IMAGEM

1 Você já assistiu a alguma competição dos Jogos Olímpicos ou Paralímpicos, pela televisão ou pela internet? Que modalidades você acompanhou? Converse com os colegas e o professor.

1. Respostas pessoais.

2 As modalidades esportivas praticadas nos Jogos Olímpicos e Paralímpicos exploram e viabilizam a expressão da pluralidade de características corporais, aptidões e habilidades físicas. Observe as imagens a seguir e responda às questões no caderno.

Paul Miller/Getty Images

Beth Gomes (1965-) conquista prata com recorde no arremesso de peso paralímpico nos Jogos Paralímpicos de Paris, em 2024.

Patrick Smith/Getty Images

Marthe Koala (1994-), de Burkina Faso, no salto em distância, na Olimpíada de Paris 2024.

Dimitar Dilkoff/AFP/Getty Images

Vôlei sentado, na Paralimpíada de Paris, em 2024.

Roger Bi/Alamy/Fotoarena

Atleta paralímpica da Grã-Bretanha jogando bocha nos Jogos Paralímpicos de Paris 2024.

Não escreva no livro.

2. a) Respostas pessoais. É provável que alguns estudantes não conheçam determinadas modalidades de Jogos Olímpicos ou Paralímpicos. Portanto, amplie a discussão questionando-os sobre as razões que levam uma modalidade a receber mais visibilidade do que outra. Se possível, abra espaço para falar sobre a necessidade de uma divulgação mais efetiva de eventos como os Jogos Paralímpicos e a Copa do Mundo de Futebol feminino.

a) Você já praticou alguma das modalidades representadas nas imagens? Quais? Que modalidades retratadas você ainda não conhecia?

b) Que outras modalidades dessas competições você conhece?

c) Com base nas imagens, é possível dizer que existe um padrão físico para se tornar um atleta? Quais são os significados sociais que cada uma dessas fotos pode representar? **2. c)** Espera-se que os estudantes reconheçam a pluralidade corporaldos atletas participantes dos eventos esportivos retratados. Esse é um bom momento para ampliar a discussão edesconstruir ideias sobre a existência de um corpo atlético ideal, de modo que se promova um olhar mais consciente e respeitoso para a diversidade humana. Destaque a força muscular das mulheres no arremesso de peso, o potencial máximo atingido pelos atletas com deficiência e suas tecnologias assistivas. Além disso, ressalte a imagem de abertura do capítulo, em que o gesto representa a luta contra o racismo.

VALE VISITAR

Saiba mais sobre as práticas atléticas e a pluralidade do biotipo dos atletas brasileiros em: http://app.globoesporte.globo.com/olimpiadas/biotipos-dos-atletas/index.html. Acesso em: 23 jun. 2024. No *site*, faça o teste: "Qual atleta tem o biotipo mais próximo ao seu?" e descubra que modalidades olímpicas combinam com seu biotipo.

FOCO NO DIÁLOGO

3 **O fenômeno esportivo pode ser analisado com base em muitos pontos de vista. Pensando nisso, leia os textos a seguir, que apresentam a perspectiva sociológica e a filosófica do esporte. Em seguida, reflita sobre as questões com os colegas e o professor.** **3. b)** Sim, é muito diferente. No esporte de alto rendimento o atleta precisa chegar ao limite do seu corpo para alcançar a vitória. Em casos em que tenham feito uso de substâncias ilícitas para melhorar o rendimento, são punidos – os testes *antidoping* visam reconhecer quando essa prática ocorre e banir de competições os envolvidos. Já a prática esportiva da população, em geral, está associada ao lazer, com a perspectiva de socializar e divertir, podendo, ainda, melhorar a qualidade de vida das pessoas, por isso é altamente recomendada para todos.

Texto 1

[...]

De um modo bem formal, podemos dividir a sociologia em duas grandes áreas: a sociologia geral e as sociologias particulares. A sociologia do esporte é uma dessas sociologias particulares, específicas ou especiais e trata de como pesquisar e analisar o fenômeno esportivo, enquanto fenômeno social, ou seja, a partir da articulação dinâmica e interativa entre as diferentes estruturas componentes da sociedade: a econômica, a política e a cultural.

O lúdico, o jogo, é uma das dimensões estruturais e estruturantes da vida humana em sociedade. O esporte é o lúdico socialmente organizado, institucionalizado, com regras aceitas internacionalmente, apresentando hierarquias, papéis e funções, como, de uma maneira geral, podemos ver em todas as instituições.

Inúmeros são os tipos e as modalidades esportivas. A vida em sociedade quase sempre e em todas as épocas têm um jogo, um esporte ou algum dos fundamentos destes marcando o seu dia a dia e podendo ser um dos elementos de sua representação cultural e social. O esporte pode ser uma metáfora da vida social, uma representação resumida de seus fundamentos, de suas raízes, de suas contradições. O esporte é um "fato social total". Portanto, pode e deve ser estudado pela sociologia, como uma contribuição expressiva a uma sociologia geral da sociedade.

MURAD, Mauricio. *Sociologia do esporte*. Disponível em: https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/congressos/ccd2009/palestras/mauricio_murad.pdf. Acesso em: 4 set. 2024.

3. a) Os cientistas que estudam as áreas de filosofia e sociologia do esporte produzem conhecimentos que nos ajudam a refletir sobre os aspectos sociais, políticos e econômicos envolvidos e acionados no fenômeno esportivo. Por exemplo, um pesquisador pode analisar os motivos de ainda existir casos de machismo e homofobia no esporte ou o fenômeno da violência entre as torcidas em algumas competições. Além disso, essas investigações buscam mobilizar reflexões sobre o papel do esporte na socialização, o caráter competitivo, que leva atletas a utilizarem substâncias ilícitas com o fito de vencer competições a qualquer custo, entre outras questões. Trata-se, portanto, de áreas de conhecimento importantes para a formação de uma leitura crítica da prática esportiva.

Agora, veja possíveis temáticas da perspectiva filosófica do esporte que o Grupo de Estudos Socioculturais da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo (USP) e da Faculdade de Educação da USP apresentam.

2. b) Resposta pessoal. Deixe que os estudantes apresentem o que sabem. Se julgar conveniente, registre o nome das modalidades esportivas na lousa para discussão.

Texto 2

[...] Justiça, equidade, gênero, doping, aprimoramento genético, uso de tecnologia, incapacidade esportiva, o significado da vitória, a exposição ao risco, à aventura, valores esportivos, o erro, a dor, a violência, a competição, a igualdade, a traição, a decepção, o fair play, as regras, as habilidades, são exemplos de alguns temas que sob a ótica da filosofia fornecem subsídios para discussões e análises estimulantes e provocativas.

PULA GRUPO INTERDISCIPLINAR DE ESTUDOS. *Filosofia do esporte*. São Paulo, 2020. Disponível em: https://www.pulaeefeusp.com.br/copia-disciplinas-oferecidas. Acesso em: 4 set. 2024.

3. c) Por razões culturais, sociais e econômicas, o Brasil ainda não é um país équo nesse sentido. No nível profissional, embora o número de mulheres que vivenciam as manifestações esportivas esteja aumentando e os canais de televisão comecem a reconhecer e transmitir jogos e campeonatos oficiais, elas não recebem a mesma infraestrutura, os mesmos salários e acabam tendo menos representatividade quando comparadas aos atletas do gênero masculino. No nível amador, meninas e mulheres possuem menos tempo de praticar esportes, porque estão normalmente envolvidas nas atividades de cuidado de casa e dos familiares, além de se sentirem menos seguras em diversas modalidades, tendo em vista que, historicamente, devido à manutenção de uma cultura patriarcal, não são incentivadas às práticas esportivas como os homens e principalmente por conta de pressões sociais, machismo e preconceito de gênero.

a) Você conhece a sociologia e a filosofia do esporte ou já tinha ouvido falar sobre elas? Faça uma pesquisa sobre o foco de atuação delas e debata o tema com os colegas.

b) A vivência esportiva é diferente para a população em geral e para os atletas de alto nível?

c) Você considera que existe equidade entre os gêneros na prática esportiva no Brasil, seja ela profissional, seja amadora?

d) No ambiente escolar, é possível transformar didaticamente o esporte para que todos os estudantes consigam vivenciar a gestualidade dessas manifestações da Cultura Corporal de Movimento? consigam participar. A busca pela profissionalização é um capítulo à parte, que pode ou não ser incentivada na escola. Ainda é importante ressaltar que, nas aulas desse componente curricular, os estudantes precisam problematizar aspectos sociais, históricos, políticos, econômicos, biológicos e fisiológicos que atravessam as manifestações da Cultura Corporal de Movimento, tendo em vista que a formação de cidadãos que analisem criticamente o fenômeno esportivo em todas as suas dimensões.

3. d) Sim, considerando que o foco da escola precisa ser a participação de todos os estudantes, independentemente de suas condições e habilidades físicas. Assim, estudantes e docentes de Educação Física devem fazer adaptações nas modalidades esportivas para que todos

NA ESTRADA

Neste capítulo, o estudo do esporte incluirá: conhecer os ideais do movimento olímpico, discutir como esses valores podem ser aplicados na escola e analisar os impactos dos megaeventos esportivos, como os Jogos Olímpicos nas cidades-sede e nas comunidades locais. Outro foco será a inclusão nos esportes, especialmente nas Paralimpíadas e a luta das pessoas com deficiência por visibilidade e oportunidade, bem como as barreiras que ainda existem para garantir a participação plena de todos, incluindo a luta da mulheres por equidade. Você vai também estudar como a ciência e a tecnologia contribuem para o desempenho e a participação esportiva e vai refletir sobre ações necessárias para uma preparação eficiente dos atletas, levando em consideração aspectos como treinamento físico, alimentação e descanso. Por fim, você e seus colegas vão organizar um festival cinematográfico abordando como o esporte impacta a sociedade e promove transformações sociais.

1ª PARADA

Movimento Olímpico: educação e megaeventos

O que você pensa sobre a realização de um evento esportivo na escola? É a favor ou contra? Esse é um tema tão relevante que já virou projeto de lei. Vamos debatê-lo?

1 **Está em tramitação a aprovação do Projeto de Lei n. 5015, de 2019 (idealizado desde 2012), que propõe a instituição da Semana da Educação Olímpica nas escolas. Leia as razões pelas quais os idealizadores da proposta defendem a implantação dessa atividade escolar. Em seguida, converse com os colegas e o professor sobre as questões e registre as respostas no caderno.**

Justificação

[...]

Mais do que um grande evento esportivo que mobiliza o mundo inteiro, os Jogos Olímpicos são um ponto de partida e uma grande chance de nosso país acumular em políticas para não só marcar em sua história um grande acontecimento, mas evoluir ainda mais para alcançar a eliminação dos déficits sociais e ampliar a política de paz e desenvolvimento para as áreas que precisam.

Não podemos tratar o cidadão como um simples consumidor, mas devemos tratar como um sujeito universal, dotado de necessidades que ultrapassam o trabalho e a moradia, fazendo com que olhemos para o esporte como uma área importante para contribuir na construção desse cidadão.

A realização dos principais megaeventos esportivos no país deve ser uma oportunidade para o desenvolvimento social e a formação cidadã e implantação de hábitos saudáveis.

[...]

Contudo, necessário alertar que a realização da competição Jogos Olímpicos e Paralímpicos não se restringe a questão de busca de medalhas ou de participação nas competições esportivas. Paralelamente a essa paixão por assistir ao espetáculo esportivo deve-se implantar e desenvolver projetos e programas que promovam e incentivem a Educação Olímpica na busca e conquista dos legados socioeducacionais tão necessários e imprescindíveis. A competição esportiva em si encerra-se ao término de cada modalidade. Contudo, os princípios do Movimento Olímpico, a criação de hábitos saudáveis para a vida individual e coletiva da sociedade, a implantação dos valores éticos, sociais e morais têm a possibilidade de serem mantidos e desenvolvidos.

[...]

Matthew Stockman/Getty Images

Pira paralímpica acendida pelo nadador Clodoaldo Silva (1979-) nos Jogos Paralímpicos do Rio de Janeiro, em 2016.

A tocha olímpica é levada por atletas e cidadãos comuns até o local da cerimônia de abertura dos Jogos Olímpicos. A chama, que carrega uma mensagem pacífica, anuncia a celebração dos jogos. Na cerimônia de abertura, a chama acende a pira olímpica, que permanece acesa durante toda a competição e só é apagada ao final da cerimônia de encerramento.

Não escreva no livro.

1. b) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes identifiquem que os autores do projeto de lei buscam justificar a relevância da proposta elencando os pontos positivos da prática de esportes e os valores atrelados à educação olímpica nas escolas públicas. Para dar credibilidade ao que propõem, mencionam, por exemplo, um documento oficial conhecido como "Carta Olímpica", que rege os princípios do olimpismo desde 1899, quando foi escrita à mão pelo francês Barão Pierre de Coubertin

Todo processo educacional passa efetivamente pela escola. Portanto um projeto de Educação Olímpica está centrado na escola, mesmo que não exclusivamente. Considerando a proposta de que o esporte contribuiu para o processo educacional, uma proposta em termos de valores para a vida é desenvolver o Programa Educação Olímpica nas escolas, envolvendo todas as disciplinas e culminando com uma semana que envolva o dia 23 de junho, dia reconhecido mundialmente como do esporte Olímpico.

Assim, justifica-se a implantação da Semana Olímpica nas escolas brasileiras baseadas no princípio 1 da Carta Olímpica que reforça a tese de que associando o esporte com a cultura, a educação, e promoção da saúde e o meio ambiente, o Olimpismo estimula o desenvolvimento de um estilo de vida calcado na alegria do esforço, o valor educativo do bom exemplo e o respeito aos fundamentais princípios universais.

[...]

E se há um ambiente ideal para esse trabalho é na escola, onde as crianças têm a oportunidade de vivenciar as primeiras experiências dos movimentos dos esportes, inclusive olímpicos, sendo o espaço para aquisição de boas atitudes, hábitos e práticas saudáveis.

[...]

[...] Defendemos, pois, ser importante inserir nas escolas os Valores Olímpicos como parte da vida das nossas crianças e jovens.

[...]

Fundamental compreender que o ESPORTE É MUITO MAIS DO QUE COMPETIÇÃO. É um estado de espírito. O desafio é educar e encorajar os jovens à prática do esporte e a ensinar os valores. Esporte ajuda as pessoas, especialmente os jovens, a escapar do cotidiano, a respeitar uns aos outros e aprender que regras existem e como é importante respeitá-las.

[...]

BRASIL. *Projeto de Lei n. 4129, de 2012*. Instituir a Semana Olímpica nas Escolas Públicas. Disponível em: https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra;jsessionid=E89CFAAD51EF9F2C0CC3898FE6534F2B.proposicoesWebExterno1?codteor=1007234&filename=PL+4129/2012. Acesso em: 23 jun. 2024.

1. a) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes relacionem o assunto tratado no texto do projeto de lei com as experiências prévias.

a) A realização de eventos esportivos é uma prática consolidada e presente no cronograma anual de atividades de algumas escolas. Você já teve a oportunidade de participar de um evento parecido na escola? Como foi a experiência? Caso não tenha participado, como, em sua opinião, poderiam ser organizados?

b) Segundo os autores do projeto, por que a Semana da Educação Olímpica nas escolas públicas é importante? Você acha que os argumentos utilizados justificam a proposta? Explique.

c) No texto do projeto, a palavra "olimpismo" é mencionada como uma conduta a ser incentivada. Você já tinha ouvido falar nesse termo? Por meio do olimpismo, quais valores poderiam ser construídos socialmente?

d) Os autores do projeto de lei defendem que o âmbito escolar é ideal para a promoção da prática esportiva. Você concorda com essa ideia? Por quê? (1863-1937), fundador dos Jogos Olímpicos da era moderna; entretanto, a carta ganhou a forma e o nome atuais em 1978. A ideia não é que os estudantes citem cada trecho no qual isso seja perceptível, mas que reconheçam os recursos argumentativos que os autores utilizam para defender suas ideias.

VALE VISITAR

Acesse o portal do Comitê Olímpico do Brasil, disponível em https://www.cob.org.br/cultura-educacao/movimento-olimpico# olimpismo (acesso em: 16 set. 2024) e compreenda com mais detalhes a noção de olimpismo. Aproveite para explorar outras áreas do *site* e buscar informações também a respeito do Movimento Olímpico e da Academia Olímpica.

1. c) Respostas pessoais. O olimpismo é uma filosofia olímpica de vida que tem como fundamento o equilíbrio entre corpo, mente e força de vontade. O objetivo desse movimento é contribuir para a construção de um mundo pacífico por meio da prática de esportes, unida à cultura e à educação. O olimpismo é centrado em três valores: o respeito, não só a si mesmo, mas também ao próprio corpo, ao próximo, ao esporte e, ainda, aos regulamentos; a amizade, coração do movimento olímpico, que encoraja uma visão do esporte como ferramenta de compreensão entre os indivíduos; e a excelência, a ideia de se fazer o melhor possível, independentemente da vitória ou da recompensa. Com base nesses valores, é possível trabalhar a solidariedade, a alegria e as práticas saudáveis, entre outros aspectos importantes para a sociedade.

Os aros olímpicos foram idealizados em 1914 pelo francês Barão Pierre de Coubertin (1863-1937). Eles indicam a união dos cinco continentes, cada um representado por uma cor: azul, amarelo, preto, verde e vermelho. Os aros são a principal identidade visual dos Jogos Olímpicos.

Iuni Osadchi/ Shutterstock.com/ID/BR

Aros olímpicos.

e) Quais seriam os benefícios que os esportes podem proporcionar à vida de um estudante?

1. d) Respostas pessoais.

f) Em sua opinião, que tipo de benefícios essa proposta pode proporcionar às escolas brasileiras? Você gostaria que esse projeto fosse implementado na escola em que estuda?

1. f) Respostas pessoais.

g) Mesmo compreendendo a importância dos esportes na Olimpíada, sabe-se que poucas pessoas vão conseguir índices esportivos para alcançar o patamar de atleta profissional. Com base nessa informação, que eventos esportivos que estimulam o jogo justo e o debate sobre temas de relevância social podem ser implementados na escola? **1. g)** Resposta pessoal.

1. h) Respostas pessoais.

h) A existência de um projeto de lei de incentivo a atletas, similar ao projeto que incentiva estudantes, poderia influenciar positivamente o desempenho de esportistas brasileiros? De que forma?

1. e) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reflitam sobre o fato de que os esportes podem ter um papel importante para a saúde mental e física. Além disso, a depender da sua característica, promovem o trabalho colaborativo, estimulam a autoconfiança e a liderança, desenvolvem a tomada de decisões e o gerenciamento do tempo, além de ensinarem que ganhar e perder faz parte da vida.

Não escreva no livro.

2 Observe o quadro a seguir e responda às questões no caderno.

QUANTAS MEDALHAS O BRASIL JÁ GANHOU EM JOGOS OLÍMPICOS

ANO	TOTAL	OURO	PRATA	BRONZE
Paris 2024	20	3	7	10
Tóquio 2020	21	7	6	8
Rio 2016	19	7	6	6
Londres 2012	17	3	5	9
Beijing 2008	17	3	4	10
Atenas 2004	10	5	2	3
Sydney 2000	12	0	6	6
Atlanta 1996	15	3	3	9
Barcelona 1992	3	2	1	0
Seul 1988	6	1	2	3

ZALCMAN, Fernanda Lucki. Quantas medalhas o Brasil já ganhou em Jogos Olímpicos. *Olympics*, 10 ago. 2024. Disponível em: https://olympics.com/pt/noticias/quantas-medalhas-brasil-ganhou-jogos-olimpicos. Acesso em: 24 set. 2024.

a) Com base no quadro, que leitura é possível fazer em relação à *performance* brasileira ao longo da história dos Jogos Olímpicos? Justifique sua resposta.

b) Que ações políticas seriam necessárias para que o Brasil melhorasse o seu rendimento nas próximas edições dos Jogos Olímpicos?

2. a) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes concluam que, com base no número de medalhas apresentadas no quadro, é possível perceber que o desempenho do Brasil vem crescendo ao longo das participações nos Jogos Olímpicos, obtendo o maior número total de medalhas na Olimpíada de Tóquio 2020, e o maior número de medalhas de ouro na Olimpíada do Rio 2016.

2. b) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reflitam sobre a necessidade da criação de espaços em que a comunidade possa vivenciar diferentes modalidades esportivas durante o seu lazer. Além disso, para seu rendimento esportivo em megaeventos, o Brasil deve investir na criação de centros de treinamento para o desenvolvimento de pessoas com talento para o esporte. Todavia, o país só vai atingir essa meta se ampliar a participação de toda a população em atividades que envolvam as práticas corporais, investindo em espaços públicos nas áreas com menor desenvolvimento econômico do seu território.

3 **Para refletir acerca da premiação dos Jogos Olímpicos, organize uma roda de conversa para debater os seguintes itens:**

a) Atletas que não conquistaram o pódio devem continuar com patrocínios e incentivos para competir?

b) O que aconteceria se todos os atletas que não estiveram no pódio olímpico parassem de competir?

c) Como os valores olímpicos de amizade, excelência e respeito podem ser assimilados em uma competição de alto desempenho como os Jogos Olímpicos?

d) Qual é a importância de premiar atletas com a medalha de *fair play*?

BAGAGEM

O termo *fair play* pode ser traduzido como "jogo limpo" ou "jogo justo", e essa medalha é uma maneira de valorizar os ideais do olimpismo.

3. Respostas pessoais. A expectativa é a de que os estudantes percebam que existe uma valorização da vitória, da medalha de ouro e do pódio nas competições olímpicas, mas que eles só são possíveis em um cenário que incentiva a participação de diferentes atletas e nações durante os jogos e a cooperação entre eles. Esses princípios são importantes para a formação da cidadania e para a compreensão de que a participação em competições esportivas pode problematizar temas como as desigualdades socioeconômicas, a diversidade cultural e a justiça social.

Ian Walton/Getty Images

A corredora neozelandesa Nikki Hamblin (1988-) ganhou a medalha de *fair play* esportivo do Comitê Olímpico Internacional (COI) nos Jogos Olímpicos de 2016, no Rio de Janeiro, por sua atitude de parar de correr para ajudar a estadunidense Abbey D'Agostin (1992-), sua concorrente, que havia caído na pista de corrida.

Não escreva no livro.

4. Resposta pessoal. Problematize com a turma que existem críticas ao movimento olímpico na literatura científica. As principais questões apontadas pelos pesquisadores sobre essa temática é que o esporte de alto nível, praticado nos megaeventos esportivos, incentiva os atletas a fazer uso de *doping* para ganhar as provas que disputam a qualquer custo, além de reforçar uma cultura que identifica no corpo atlético os padrões hegemônicos da estética, da saúde e da disciplina com base em uma visão biológico-funcional da vida.

4 Considerando as discussões anteriores, pense em críticas que podem ser feitas ao conceito de olimpismo e registre-as em seu caderno. Em sua opinião, esse conceito realmente ajuda a construir uma sociedade justa e equitativa? Justifique.

5 Os representantes do Poder Legislativo exercem uma função importante no âmbito político, devendo estar atentos às necessidades da população para elaborar projetos que possam de fato facilitar a vida das pessoas. Qual é a importância do Poder Legislativo na promoção e desenvolvimento do esporte? Você já refletiu sobre como os projetos de lei podem influenciar essa área? Converse com os colegas. **5.** Respostas pessoais.

6 Que projetos poderiam ser elaborados com o objetivo de melhorar a área do esporte e do lazer, ou, ainda, desenvolver os valores olímpicos e paralímpicos na escola em que estuda ou no município em que mora? Debata essas questões com os colegas e o professor. **6.** Resposta pessoal.

7 Os Jogos Olímpicos possuem vários símbolos, como os aros, a tocha e a pira olímpica, o hino, as mascotes, o lema, as medalhas de premiação (ouro, prata e bronze) e o juramento. Reflita sobre as mascotes e responda oralmente às questões.

a) Você já ouviu o termo **mascote** associado ao esporte? Compartilhe com os colegas o que você sabe sobre isso.

b) Em sua opinião, como uma mascote é escolhida para os Jogos Olímpicos?

7. a) Mascote é o nome dado a um animal, pessoa ou objeto animado que é escolhido como representante visual ou identificador de uma marca, uma empresa ou evento. São reconhecidas, principalmente, pelo forte carisma com o público.

7. b) Resposta pessoal. De acordo com a resposta à pergunta anterior, os estudantes podem supor que a mascote deve gerar identificação com aquilo que representa. No caso dos Jogos Olímpicos, ela deve se relacionar aos esportes e ao lugar que receberá aquela edição do evento.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Vinicius e Tom são as mascotes oficiais, respectivamente, dos Jogos Olímpicos e dos Jogos Paralímpicos no Rio de Janeiro em 2016. A primeira representa a vida selvagem brasileira e a segunda, a vida vegetal brasileira. Os nomes homenageiam dois artistas cariocas que eternizaram a cidade do Rio de Janeiro em suas canções: Vinicius de Moraes e Tom Jobim.

Yasuyoshi Chiba/AFP/Getty Images

Vinicius e Tom, mascotes dos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, no Brasil, em 2016.

Kevin Voigt/Getty Images

Barrete frígio, mascote dos Jogos Olímpicos de Paris, na França, em 2024.

O barrete frígio era o símbolo de libertação de um gladiador escravizado que ganhava uma luta na Roma Antiga. Esse gorro foi usado por manifestantes durante a Revolução Francesa que queriam o fim da monarquia e dos privilégios da nobreza. Portanto, a edição dos Jogos Olímpicos de 2024 pretendeu ser um manifesto pela paz, pela igualdade de direitos e pela irmandade entre os povos.

VALE VISITAR

Saiba mais sobre os símbolos olímpicos no portal do Comitê Olímpico do Brasil em: https://www.cob.org.br/cultura-educacao/movimento-olimpico#simbolos-olimpicos. Acesso em: 23 jun. 2024.

8 Agora, você e a turma vão idealizar e produzir uma mascote para representar sua cidade, a qual será usada no festival cinematográfico que vão desenvolver adiante. Siga os passos.

- Em primeiro lugar, caracterize a cidade em que vivem. Pense em aspectos como cultura, história, natureza, pontos turísticos, pessoas ilustres, entre outras peculiaridades. **8.** Incentive os estudantes a reconhecer aspectos que destacam o lugar onde vivem.
- Em seguida, individualmente, desenhe a mascote, tendo como referência as características que a turma identificou. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*
- Coletivamente, promovam uma eleição na sala de aula. Todos poderão apresentar sua criação para concorrer como mascote representante do festival de filmes esportivos nacionais e internacionais.

10. b) A expectativa é que os estudantes já tenham uma familiaridade com os aspectos mais emblemáticos da cultura grega, tendo em vista o percurso deles na área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. Nas antigas construções gregas, o material mais utilizado eram as pedras, em particular o mármore. No estádio Panatenaico é possível notar essa referência cultural. Não é à toa que é também conhecido como Calimármaro ou, na tradução para a língua portuguesa, "beleza em mármore". Além disso, o nome Panatenaico faz referência a celebrações religiosas nas quais se cultuava a deusa Atena, uma clara demonstração de que as referências dos primeiros Jogos Olímpicos da modernidade são os jogos gregos. A escolha da cidade-sede do estádio também transmite esses aspectos socioculturais.

Megaeventos esportivos: legado ou promessas vãs?

Agora que você refletiu sobre os valores olímpicos na educação, vamos aprofundar discussões sobre os impactos dos megaeventos esportivos.

Sediar os Jogos Olímpicos é uma tarefa que exige atenção, cuidado e responsabilidade. Quando um país abre as portas para um evento desse porte, precisa se planejar para receber bem os participantes, tanto atletas quanto público, o que demanda altos investimentos em infraestrutura, segurança e serviços, além de planejamento estratégico. A ideia é que esses eventos deixem um legado positivo para o país, promovendo o desenvolvimento urbano, social e econômico e beneficiando tanto a população local quanto os visitantes. No entanto, muitas vezes, surgem questionamentos sobre o real impacto dessas ações e se os resultados correspondem às expectativas criadas.

9 **Você considera que os investimentos realizados no Brasil para receber a Copa do Mundo de Futebol e os Jogos Olímpicos deixaram um legado ou apenas promessas não cumpridas? Quem são as pessoas beneficiadas com esses megaeventos? Leia o trecho do artigo científico a seguir e converse com os colegas e o professor sobre essas questões.** **9.** Respostas pessoais.
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Educação olímpica para quê? Educação olímpica para quem?

Um novo olhar, uma nova percepção para ações pedagógicas efetivas no campo da Educação Física e do esporte será um desafio ainda maior frente ao cenário dos megaeventos, cercado por ideais e comercialização, realizador de legados ou de promessas vãs, futuro das carreiras promissoras ou retrocesso da disseminação de problemas sociais, abuso de drogas e de doping social.

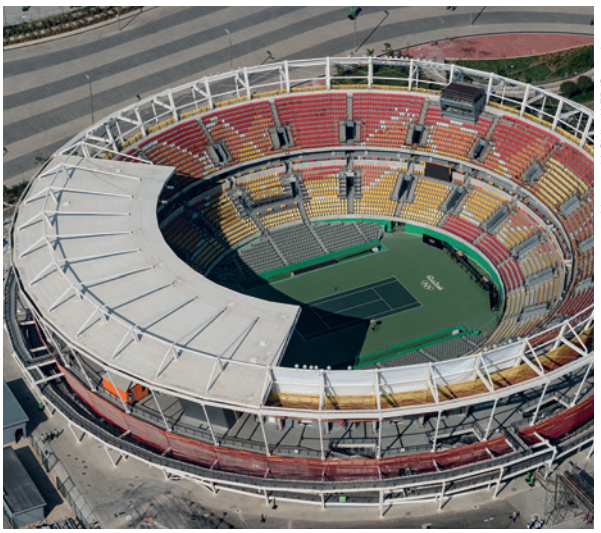
[...]

GOMES, Marta Correa; DOS SANTOS, Leonardo José Mataruna; DA SILVA, Paulo Rodrigo Pedroso. Educação Olímpica para Quê? Educação Olímpica para Quem? Representações e Práticas para uma Pedagogia Crítica do Olimpismo em Tópicos Especiais – O Doping entre Escolares. *PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review*, v. 3, n. 1, p. 38-49, 2014. Disponível em: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5037169. Acesso em: 5 set. 2024.

10 **As cidades que vão receber os Jogos Olímpicos procuram divulgar nas mídias a nova infraestrutura desenvolvida para sediá-los. Observe as imagens a seguir e converse com os colegas sobre as questões.**

karegg/Shutterstock.com/ID/BR

Estádio Panatenaico, em Atenas, na Grécia. É um dos estádios mais antigos do mundo, construído em 566 a.C. Passou por diversas mudanças ao longo dos séculos e sediou os primeiros Jogos Olímpicos da era moderna, em 1896. Foto de 2023.



Yasuyoshi Chiba/AFP/Getty Images

Parque Olímpico desenvolvido para os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, no Brasil, em 2016. Foto de 2016.

a) Qual é a função do estádio e do parque olímpico retratados nas imagens? O que eles têm em comum?

b) O visual desses espaços, muitas vezes, é inspirado nos aspectos histórico-culturais do país anfitrião, de modo que se crie uma atmosfera convidativa para os espectadores e atletas.

- Busque informações na internet sobre o estádio Panatenaico, em Atenas, o primeiro a sediar os Jogos Olímpicos modernos. Depois, converse com os colegas sobre como essa construção traduz aspectos histórico-culturais da Grécia. **10. a)** Espera-se que os estudantes mencionem que, além de serem espaços dedicados a competições esportivas, essas construções são palco de apresentações culturais, como as cerimônias de abertura e de encerramento dos eventos olímpicos. A maioria das construções foi feita especificamente para os Jogos Olímpicos de suas respectivas cidades.

Não escreva no livro.

#ficaadica

Ao fazer as atividades de pesquisa propostas nesta parada, dê preferência a *sites*, portais e plataformas especializados nos Jogos Olímpicos. Para avaliar as fontes, observe os seguintes itens:

- É possível encontrar a autoria das informações? Essa autoria é reconhecida na área pesquisada?
- É possível encontrar essas informações em outras fontes? Há diferenças entre as versões?

c) Por que as cidades-sede precisam fazer um planejamento urbano e arquitetônico antes de receberem as delegações e os visitantes de cada nação?

11 As mobilizações que ocorrem em razão dos Jogos Olímpicos são, algumas vezes, motivos de controvérsia. Leia a reportagem a seguir para saber mais a respeito das decisões do Comitê Olímpico Internacional. Depois, converse com os colegas e o professor sobre os questionamentos feitos em cada item.

Ninguém quer as Olimpíadas: COI escolhe sede dos jogos de inverno

Cinco das 7 candidatas a sediar as Olimpíadas de Inverno de 2026 retiraram sua candidatura, em problema que acontece também com os jogos de verão

Pool/Reuters/Fotoarena

Sede do COI, na Suíça: exigências da entidade levam cidades a não querer sediar os jogos, 2019.

Sediar as Olimpíadas costumava ser uma honra pela qual cidades e países batalhavam com unhas e dentes. Não mais. O Comitê Olímpico Internacional (COI) escolhe [...] a sede das Olimpíadas de Inverno de 2026 com cinco das sete candidaturas iniciais já tendo desistido ao longo do processo.

[...]

Os custos e exigências do COI assustam os interessados: os últimos jogos de inverno, em 2018, na cidade sul-coreana de PyeongChang, custaram quase 13 bilhões de dólares, enquanto os de verão, no Rio de Janeiro, em 2016, custaram mais de 20 bilhões de dólares. Para os jogos de verão de Tóquio [...], os gastos de 25 bilhões de dólares já são quatro vezes maiores que o previsto. Na lista do ônus de uma cidade-sede, há ainda uma herança de equipamentos e obras de infraestrutura subutilizados e frequentemente mal planejados.

Assim, nos ciclos entre 2008 e 2017, cidade atrás de cidade rejeitaram o concurso do COI em referendo — incluindo para os jogos de verão —, como Budapeste (Hungria), Davos (Suíça), Hamburgo e Munique (Alemanha) e Cracóvia (Polônia). Mesmo quando a candidatura olímpica venceu no voto popular, em Oslo, na Noruega, o governo local desistiu de ir em frente (neste caso, depois que um documento vazado mostrou esdrúxulas exigências do COI que incluíam encontros com a família real e tratamento especial em aeroportos e estradas). A saída de Oslo daquela disputa, inclusive, fez a

10. c) Durante os Jogos Olímpicos, o fluxo de visitantes nacionais e internacionais na cidade-sede cresce, por isso o planejamento é fundamental. Para conseguir receber a todos de maneira apropriada, muitas vezes a dinâmica do município precisa ser alterada durante o período dos jogos, pois novas infraestruturas precisam ser construídas, inclusive para contemplar as pessoas com deficiência. Um dos exemplos disso são as alterações nos sistemas de meios de transporte.

sede escolhida para 2022 ser Pequim, na China, onde neva menos de uma semana por ano (e será usada neve artificial).

NINGUÉM quer as Olimpíadas: COI escolhe sede dos jogos de inverno. *Exame*. 24 jun. 2019. Disponível em: https://exame.com/estilo-de-vida/ninguem-quer-as-olimpiadas-coi-escolhe-sede-dos-jogos-de-inverno/. Acesso em: 23 jun. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Os Jogos Olímpicos de Inverno são um evento realizado a cada quatro anos que reúne atletas de modalidades disputadas no gelo e na neve. As edições desses jogos acontecem no meio do intervalo dos Jogos Olímpicos de Verão, o que significa que a cada dois anos há uma edição de Jogos Olímpicos. Algumas das modalidades disputadas nos Jogos Olímpicos de Inverno são esqui, hóquei no gelo, patinação artística e *snowboard*.

a) De acordo com a reportagem, por que algumas cidades se recusam a sediar os Jogos Olímpicos?

b) Ao receber um evento como os Jogos Olímpicos, as cidades anfitriãs buscam mostrar sua melhor face ao mundo. Quais são as implicações disso? O que esses lugares podem esconder?

c) Um dos pilares das agendas olímpicas é a sustentabilidade. Pesquise as ações realizadas em Paris 2024, que se comprometeu a ser a edição mais sustentável da história dos Jogos Olímpicos.

11. a) De acordo com a reportagem, a razão principal para que algumas cidades tomem essa decisão são os altos gastos para as cidades-sede. Outro fator que motiva essa decisão é o número de exigências feitas pelo COI.

11. b) Quando sediam os Jogos Olímpicos, muitas cidades procuram divulgar nas mídias sociais a nova infraestrutura, como estádios e vilas olímpicas. Essas cidades, entretanto, deixam de mostrar o número de pessoas que são desalojadas para que os locais possam servir de ambiente para essas construções. Há ainda a tentativa de remover as pessoas com baixo nível socioeconômico da visão dos espectadores estrangeiros a fim de esconder problemas sociais, como a desigualdade.

11. c) Alguns exemplos de iniciativas são: implementação de painéis solares; cultivo de árvores para redução do calor; despoluição do rio Sena; cardápio com menos carne; reaproveitamento de estruturas de eventos anteriores e uso de materiais reciclados em novas construções; aumento de ciclovias e linhas ferroviárias.

12 **Vamos investigar se o legado dos Jogos Olímpicos do Rio 2016 foi positivo ou negativo para a cidade.**

Organize um *e-clipping*, selecionando notícias em *sites* para ter um apanhado significativo de informações sobre as principais mudanças feitas na cidade do Rio de Janeiro para a realização dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de 2016. Para organizar o *e-clipping*, siga as orientações.

BAGAGEM

E-clipping é o processo de monitoramento, análise e arquivamento de menções feitas na mídia digital a um determinado evento, a uma determinada marca ou a uma determinada celebridade, como se fosse uma coleção.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

***E-clipping* sobre as principais mudanças feitas na cidade do Rio de Janeiro para sediar os Jogos Olímpicos de 2016**

Como fazer

- Organize-se com a turma em grupos de até cinco estudantes.
- Com seu grupo, escolha palavras-chave sobre as transformações realizadas na cidade do Rio de Janeiro para os Jogos Olímpicos e Paralímpicos de 2016 e utilize-as para selecionar, na internet, pelos menos três textos que explorem esse assunto.
- Leia os textos, checando se as informações apresentadas são complementares ou contraditórias.
- Analise a natureza das informações, atribuindo um ponto para cada informação positiva e um ponto para cada informação negativa.
- Avalie no final se houve mais referências positivas ou negativas no *e-clipping* em relação ao legado dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos para o Rio de Janeiro.
- Faça também uma avaliação subjetiva (que vai além dos números) para discutirem se concordam ou não com os posicionamentos dos textos.
- Compartilhe, em uma roda de conversa, o posicionamento do seu grupo e escute com atenção e respeito o posicionamento dos outros grupos. Empregue a variedade e o estilo de língua adequados a essa situação comunicativa, atentando-se, sobretudo, às concordâncias verbal e nominal.
- Avalie, ao final da roda de conversa, se foi possível chegar a um consenso em torno da questão.

Não escreva no livro.

2ª PARADA

Paralimpíadas: inclusão ou exclusão?

Nos últimos anos, ficou evidente o crescimento do interesse da sociedade pela inclusão e pelos direitos das pessoas com deficiência. Esse fato deve-se, em grande parte, à luta de diferentes setores da sociedade civil pela redemocratização do país. No entanto, ainda há muito o que avançar em relação à equidade de oportunidades e à garantia de direitos das pessoas com deficiência.

No que se refere às práticas da Cultura Corporal de Movimento não é diferente. Os **paradesportos** têm sido cada vez mais divulgados em nosso país e, consequentemente, atletas brasileiros têm se destacado em eventos internacionais, como as Paralimpíadas. Porém, se observarmos as oportunidades dadas a pessoas com deficiência, ainda não há equiparação com aqueles sem deficiência, em termos de financiamento, divulgação e garantia de prática esportiva, seja para fins educacionais, de lazer, seja para fins competitivos.

Capacitismo e esporte

Paradesporto refere-se a todas as práticas esportivas adaptadas para pessoas com deficiência. Engloba tanto atividades recreativas quanto competitivas, e pode incluir modalidades voltadas para o lazer, educação física, reabilitação e competições de diferentes níveis. Difere da Paralimpíada, um evento específico que reúne atletas com deficiência em competições de alto rendimento.

1 **Leia, a seguir, um texto do Comitê Paralímpico Brasileiro sobre a história dos Jogos Paralímpicos do Brasil. Depois, responda às questões oralmente.**

História do esporte paralímpico brasileiro

O primeiro esporte adaptado praticado no Brasil foi o basquete em cadeira de rodas. Enquanto realizavam tratamento médico nos Estados Unidos, brasileiros com deficiência conheceram a modalidade e a trouxeram para o país. Em 1958, foi fundado o Clube do Otimismo, no Rio de Janeiro, por iniciativa de Robson Sampaio de Almeida e pela ação do técnico Aldo Miccolis – dois pioneiros do Movimento no Brasil.

Dois anos mais tarde, houve a primeira edição dos Jogos Paralímpicos, em Roma, na Itália. O Brasil, no entanto, só estrearia no evento na edição realizada na cidade de Heidelberg, na Alemanha Ocidental, em 1972. A primeira medalha paralímpica do país foi conquistada nos Jogos de Toronto, em 1976. Justamente Robson Sampaio de Almeida, acompanhado de Luiz Carlos, o "Curtinho", faturaram a prata na modalidade *lawn Bowls*, antecedente da bocha que era praticada na grama.

Com exceção das duas primeiras edições do evento, a competição paralímpica ainda não era realizada na mesma cidade sede dos Jogos Olímpicos. A partir da edição de Seul, em 1988, a organização dos eventos assumiu o formato atual, ocorrendo na mesma cidade e em sequência.

História do esporte paralímpico brasileiro. Comitê Paralímpico Brasileiro. Disponível em: https://www.cpb.org.br/ocomite/institucional. Acesso em: 14 jun. 2024.

a) A primeira edição dos Jogos Paralímpicos aconteceu em Roma, na Itália, em 1960. Sabendo que a primeira edição dos Jogos Olímpicos modernos aconteceu em 1896, que motivos podem ter levado os Jogos Paralímpicos a acontecerem apenas 64 anos depois?

b) A partir da edição de Seul, em 1988, a organização dos Jogos Paralímpicos passou a ocorrer na mesma cidade e em sequência dos Jogos Olímpicos. Por que essa mudança é considerada um marco na história do esporte?

1. a) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reflitam que o fato de a primeira edição dos Jogos Paralímpicos ter acontecido 64 anos depois da primeira edição dos Jogos Olímpicos demonstra como as pessoas com deficiência foram por muito tempo excluídas das práticas esportivas.

BAGAGEM

O crescimento acelerado do esporte paralímpico amplia a visibilidade para a sociedade do imenso potencial de pessoas com deficiência e de quanto os desafios podem ser superados com as oportunidades dadas àqueles que são vistos com o olhar da limitação motora, cognitiva, visual e/ou auditiva, que são marcas geradas pela exclusão social.

O esporte paralímpico está dividido entre modalidades de verão, como atletismo, basquete em CR (cadeira de rodas), bocha, canoagem, ciclismo, esgrima em CR, futebol de 5, futebol de 7, *goalball*, halterofilismo, hipismo, judô, natação, parabadminton, parataekwondo, remo, rúgbi em CR, tênis de mesa, tênis em CR, tiro com arco, tiro esportivo, triatlo e vôlei sentado. E existem também as modalidades de inverno, como esqui *cross-country*, *curling* em CR, esqui alpino, biatlo, hóquei no gelo e *snowboard*.

1. b) Espera-se que os estudantes concluam que os Jogos Paralímpicos permitem que as pessoas com diferentes tipos de deficiência participem de competições oficiais, antes restritas às pessoas não deficientes. Ao serem realizados imediatamente após os Jogos Olímpicos, os Paralímpicos dão visibilidade às pessoas com deficiência e mostram que, com adequações de instrumentos e infraestrutura, elas são capazes de praticar esportes como qualquer pessoa.

VALE VISITAR

Para saber mais sobre as diferenças financeiras entre os Jogos Olímpicos e os Jogos Paralímpicos acesse a reportagem "Mesmo com evolução, o valor pago aos medalhistas paralímpicos é 64% menor que a premiação para olímpicos", da *Revista Exame*. Disponível em: https://exame.com/esporte/mesmo-com-evolucao-valor-pago-aos-medalhistas-paralimpicos-e-64-menor-que-premiacao-para-olimpicos/. Acesso em: 14 out. 2024.

Não escreva no livro.

2 **Vamos nos inspirar na primeira medalha paralímpica do país para conhecer e vivenciar a bocha, um esporte que exige movimentos com precisão e cujo objetivo é aproximar o maior número de bochas coloridas do alvo (bola branca), chamada de "bolim" ou "*jack*". Leia, a seguir, as regras descritas pela Confederação Brasileira de Bocha.**

Experimentando a bocha

Regras

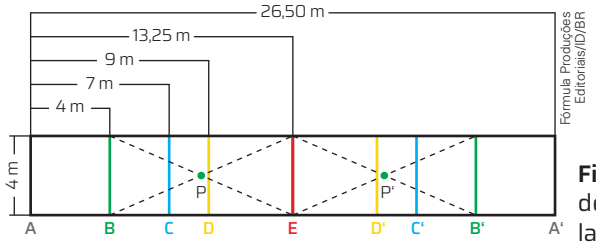


Figura 1: Configurações de cancha de bocha de 26,5 m de comprimento e 4,0 m de largura.

- O espaço onde são realizados os jogos se chama cancha e mede 26,5 m x 4 m.
- A bocha pode ser disputada individualmente ou em equipes nas categorias feminina e masculina.
- Em cada partida, cada jogador recebe 4 bochas no individual e duas em equipes de dupla ou trio. As bolas são diferenciadas por cores: a branca é o alvo; um jogador recebe bolas azuis; e o outro, vermelhas.
- A partida inicia com o arremesso do bolim. Em seguida, os jogadores revezam no arremesso das bochas no tempo máximo de 30 segundos.
- Ao final, é feita a medida da distância para contabilizar os pontos.
- Os jogadores podem distanciar as bochas adversárias ao chocá-las com as próprias bochas.
- O arremesso das bochas deve ser feito pelo ar, não podendo ser deslizadas. O jogador ou a equipe vencedora é aquele ou aquela que conseguir aproximar mais bochas do ponto estabelecido.
- A equipe ou jogador que somar 12 pontos primeiro ganha a partida.
- A pontuação é calculada da seguinte forma: um ponto para cada bocha mais próxima do bolim, em comparação às bochas da equipe adversária.

VALE VISITAR

Para saber mais detalhes sobre o jogo de bocha, consulte o regulamento da Confederação Bochística Internacional. Disponível em: https://www.mtgpc.com.br/documentos/11/20240613122022_6889.pdf. Acesso em: 19 set. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Material

seis bochas azuis
seis bochas vermelhas
uma bocha branca
uma trena
duas cadeiras

Como fazer

- Em conjunto com os colegas, escolha um local plano e faça a limpeza dele retirando possíveis obstáculos para o rolamento das bochas.
- Organize-se com a turma em grupos de três integrantes. Dois grupos farão a disputa, enquanto outros dois farão a arbitragem. Como a disputa será em equipes, cada jogador deverá receber duas bochas.
- Posicione as equipes que competirão e a de árbitros.
- Sorteie a equipe que iniciará arremessando o bolim e sua bocha.
- Ao comando do arbitro, a primeira equipe arremessa sua bocha.
- Quando todas as bochas forem arremessadas, os árbitros devem medir as distâncias e calcular a quantidade de pontos que a equipe conquistou.
- Após a primeira partida, experiencie também a bocha paralímpica. Para isso, posicione uma cadeira para cada jogador. Serão realizadas as mesmas etapas da bocha.

Não escreva no livro.

O movimento internacional de esportes para pessoas com deficiência ganhou impulso no final da Segunda Guerra Mundial (1939-1945). No Brasil, em 1958, os atletas paraplégicos Robson de Almeida Sampaio e Sérgio Seraphin Del Grande organizaram, respectivamente, no Rio de Janeiro e em São Paulo, clubes para unir praticantes de esportes adaptados.

Eles trouxeram o vôlei sentado para o Brasil, um esporte paralímpico em que podem competir homens e mulheres que possuam alguma deficiência física ou relacionada à locomoção. Essa modalidade surgiu em 1956 da união do voleibol com o Sitzball (jogo sentado no chão, sem rede, de origem alemã) e foi incluído nas Paralimpíadas em 1980.

As regras são as mesmas do vôlei olímpico, com o diferencial de que se pode bloquear o saque e os jogadores devem manter o contato com o solo o tempo todo, exceto em deslocamentos. A quadra é um pouco menor, mede 10 metros de comprimento por 6 metros de largura, e a altura da rede é mais baixa, com 1,15 metro no masculino e 1,05 metro no feminino.

BAGAGEM

A bocha paralímpica chegou ao Brasil em 1970 e, antes de ser praticada na quadra em um espaço já determinado, era jogada na grama. Nas competições dessa modalidade participam atletas com elevado grau de paralisia cerebral ou deficiências com nível de comprometimento mais severo. Todos os jogadores ficam sentados em cadeiras de rodas e há um espaço demarcado para a cadeira e para a área de jogo. Para jogar a bolinha é permitido usar as mãos, os pés e os instrumentos de auxílio chamados de calhas para os atletas com maior comprometimento.

Dimitar Dilkoff/AFP

Partida de vôlei sentado masculino entre Brasil e Alemanha, na Paralimpíada de Paris 2024.

Graham Denholm/Getty Images

Partida de vôlei sentado feminino entre Brasil e Canadá, na Paralimpíada de Paris 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

3 **Agora que você já conhece um pouco a respeito dessa modalidade esportiva, pense com a turma em uma forma de adaptar esse esporte para vivenciá-lo na escola.**

Vivência do vôlei sentado

Material

Giz para fazer a marcação da quadra no chão
Rede de vôlei ou corda para dividir a quadra
Bola de vôlei

Como fazer

- Com a turma, organize o espaço fazendo a demarcação da quadra e coloque a rede.
- Organizem-se em equipes de seis integrantes e de forma que duas joguem enquanto as demais arbitram e analisam um *set* de 25 pontos.
- Considerando a vivência com o vôlei sentado, converse com a turma sobre os seguintes questionamentos:

Respostas pessoais.

a) Quais são suas percepções sobre essa prática corporal?

b) Quais foram as dificuldades encontradas e quais as estratégias que você usou para superá-las?

4 **A Educação Paralímpica está comprometida com determinados objetivos, como conhecer e respeitar os esportes paralímpicos e seus atletas, obter conhecimento sobre as pessoas com deficiência, tornar-se consciente e respeitar diferenças individuais, experimentar ser diferente, colocando-se no lugar de pessoas com deficiência, reconhecer a prática esportiva como um direito humano e ampliar conhecimentos sobre maneiras de praticar educação física inclusiva.**

A seguir, observe as fotografias de paratletas que ganharam destaque em variados Jogos Paralímpicos e converse com os colegas e o professor: Você conhece algum deles? Costuma acompanhar essas competições que ocorrem imediatamente após a realização dos Jogos Olímpicos? 4. Respostas pessoais.

PA Images/Alamy/Fotoarena

Terezinha Guilhermina, com seu guia, Guilherme Soares, em competição de 200 metros rasos, em Londres, 2013.

A velocista brasileira Terezinha Guilhermina (1971-) conquistou diversas medalhas. Além de ter sido eleita em 2006, pelo Comitê Olímpico do Brasil, Atleta Paralímpica do ano, foi classificada no Livro dos Recordes, durante a Paralimpíada de Londres, em 2012, como a atleta com deficiência visual mais rápida do mundo.

Hugo Avila/LatinContent/Getty Images

Rosinha dos Santos exibe a medalha de bronze conquistada no Parapan de Guadalajara (México) em 2011.

A arremessadora de peso e de disco Rosinha dos Santos (1971-) conquistou diversas medalhas e alcançou recordes mundiais em competições internacionais. Desde que começou a competir em Paralimpíadas, em 2011, ela não deixou de ser premiada nesse tipo de evento, mesmo depois de ficar afastada dos treinos por um ano, em razão de um câncer linfático.

dam Davy/PA Images/Getty Images

Gabrielzinho conquista o primeiro ouro do Brasil em Paris, em 2024.

O nadador brasileiro Gabriel dos Santos Araujo (2002-), apelidado de "Gabrielzinho", obteve a primeira medalha de ouro nos Jogos Paralímpicos de Paris, na prova paralímpica dos 100 metros costas e dos 50 metros costas.

nna Gowthorpe/PA Images/Getty Images

Alan Fonteles comemora o ouro nos jogos de Londres, em 2012.

O brasileiro Alan Fonteles (1992-), especialista em provas de velocidade no atletismo, quebrou o recorde mundial em 2013. Detentor de várias medalhas paralímpicas, se tornou um dos principais velocistas paralímpicos.

5 A acessibilidade é muito importante quando se trata da recepção de atletas e torcedores paralímpicos. Considerando os seguintes itens de acessibilidade que devem ser garantidos em estádios e arenas de competições esportivas, converse com os colegas: Todos os locais estão preparados para receber as pessoas com deficiência? O que é preciso ser feito para que haja maior inclusão?

Em 1975, já contávamos com uma entidade nacional para organizar o esporte para pessoas com deficiência, a chamada ANDE (Associação Nacional de Desporto para Excepcional). Depois dela, foram criadas entidades para modalidades de praticantes com diferentes tipos de deficiência, como a Associação Brasileira de Desportos de Cegos (ABCD); a Associação Brasileira de Desporto para Amputados (ABDA); a Associação Brasileira de Desportos para Deficientes Mentais (ABDEM). No entanto, foi apenas na década de 1995 que o país criou seu Comitê Paralímpico, que passou a planejar de forma organizada o esporte paradesportivo e a receber doações orçamentárias da arrecadação de loterias e de programas das diferentes instâncias do governo.

A atenção ao paradesporto decorreu também da conquista de direitos das pessoas com deficiência. A Constituição de 1988 avançou na garantia da inserção das pessoas com deficiência nos sistemas educacionais da educação básica ao ensino profissional, mas foi apenas na Lei de Diretrizes e Bases (LDB) de 1996 que a inclusão foi garantida legalmente nas redes de ensino regular, seguida por sistema de cotas, maior inserção das pessoas com deficiência no mercado de trabalho.

Os preconceitos e o estranhamento frente a deficiências ainda são grandes, portanto, trabalhar o paradesporto pode ser uma ótima oportunidade para formar para a diversidade. 5. Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes reflitam sobre a acessibilidade em construções voltadas a eventos esportivos e respondam que são necessários: rampa para cadeira de rodas, piso tátil, escada rolante, ingresso em braile, elevador, catracas espaçosas, sanitário acessível com maior tamanho e barra de apoio, arquibancada com lugares reservados para pessoas obesas e com deficiência, vagas no estacionamento para pessoas com deficiência, *kits* de fones de ouvidos com audiodescrição para pessoas com deficiência visual total ou parcial, guias para orientação, bancada de restaurante rebaixada, etc.

6 Leia a reportagem a seguir sobre o que os atletas pensam acerca desse assunto e, depois, converse com os colegas e o professor sobre a questão.

O que é capacitismo? Entenda como não cair nessa armadilha nas Paralimpíadas de Paris 2024

Estrela de campanha do Comitê Paralímpico Internacional contra o capacitismo, Petrúcio Ferreira é um dos atletas que mostram que não há mais lugar para discriminação da pessoa com deficiência

[...] "Atletas paralímpicos são comumente descritos pela mídia como 'participantes', não como 'competidores'. Em Paris 2024, é hora de mudarmos isso. Fique ligado nos Jogos Paralímpicos Paris 2024, de 28 de agosto a 7 de setembro."

Não escreva no livro.

A campanha do Comitê Paralímpico Internacional provoca e faz pensar em uma das formas mais comuns de discriminação e preconceito contra a pessoa com deficiência: o capacitismo, que se revela não tanto em palavras de ódio, mas em expressões de pena e exclusão. São discursos e atitudes que reforçam a percepção equivocada de que pessoas com deficiência são menos capazes do que as sem deficiência; ou que as excluem do convívio em sociedade pela falta de mecanismos de acessibilidade.

[...]

– O capacitismo é real, ele existe na nossa sociedade. Acredito que não só eu, mas qualquer pessoa com deficiência sofre com o capacitismo. Não costumo me afetar muito, tento sempre levar em conta que a grande verdade é que as pessoas não estão ainda conscientes de que a deficiência precisa ser vista como uma característica. É esse movimento que o Comitê Paralímpico Brasileiro faz e que o esporte traz, de que a deficiência é só uma característica e que a gente pode desenvolver nossas capacidades e realizar feitos grandiosos. Isso eu acho que contribui bastante para a mudança da mentalidade da sociedade - acredita Carol: - Acho que o esporte paralímpico tem essa característica de poder mudar a visão da sociedade sobre as pessoas com deficiência.

Entender que atletas com deficiência não são exemplos de superação, e sim esportistas de alto rendimento, que treinam duro em busca de resultados, é o primeiro passo para essa mudança de visão.

[...]

Um segundo passo no combate ao capacitismo é buscar fazer a realidade fora do esporte se espelhar no que acontece nas pistas, campos e piscinas dos Jogos. Uma sociedade não capacitista precisa ser inclusiva e investir em mecanismos de acessibilidade, inclusive físicos, com rampas de acesso, pisos táteis e outras soluções arquitetônicas.

E, ao alcance de cada pessoa, está a mudança de mentalidade e de linguagem, quando ela for discriminatória.

Veja alguns exemplos de mudanças simples para um vocabulário não capacitista:

1. Não use termos como "especial", "portador de necessidades especiais" ou "deficiente". O ideal é ir direto ao ponto: "pessoa com deficiência";

2. Deficiência não é doença. A pessoa não "sofre de" ou "padece de" sua deficiência, ela apenas tem a deficiência;

3. Não use a deficiência como adjetivo. Não pergunte se a pessoa que não viu algo ou não ouviu algo "está cego" ou "está surdo" ou ainda se está "meio autista", e sim se ela está desatenta, distraída ou desligada;

4. Escolha "pessoa com deficiência intelectual" no lugar de "deficiente mental" - e jamais use termos ofensivos como "retardado" ou "mongol" para se referir a pessoas com deficiência intelectual ou para xingar alguém sem deficiência;

5. Existem atletas com e sem deficiência. Todos são normais, o atleta sem deficiência não é o único "normal";

6. Atletas paralímpicos não são exemplos de superação, são atletas de alto rendimento;

7. E não são para-atletas, e sim atletas

RIBEIRO, Flavia. O que é capacitismo? Entenda como não cair nessa armadilha nas Paralimpíadas de Paris 2024. Globo.com. 28/08/2024. Disponível em: https://ge.globo.com/paralimpiadas/noticia/2024/08/26/o-que-e-capacitismo-entenda-como-nao-cair-nessa-armadilha-nas-paralimpiadas-de-paris-2024.ghtml. Acesso em: 7 set. 2024.

- Quais são as palavras em que você pensa quando ouve o termo **Paralimpíadas**? Compare com as apresentadas no texto e reflita se elas reforçam ou desconstroem os preconceitos em relação às pessoas com deficiência.

Resposta pessoal. Incentive os estudantes a refletir sobre exemplos de atitudes de seu cotidiano que reforçam ou desconstroem os estereótipos relacionados às pessoas com deficiência e apresentá-los à turma.

7 **Segundo dados de 2022 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no Brasil, 8,9% da população com dois anos ou mais tem algum tipo de deficiência. Observe as imagens e responda às questões no caderno.**

VALE VISITAR

Há mais dados do IBGE sobre o acesso de pessoas com deficiência à educação, ao trabalho e à renda disponíveis em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37317-pessoas-com-deficiencia-tem-menor-acesso-a-educacao-ao-trabalho-e-a-renda. Acesso em: 18 set. 2024.

Paralimpíadas: muito além do esporte!

7. a) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes percebam que muitas pessoas com deficiência teriam diferentes dificuldades de participar de competições de alto nível sem essas conquistas tecnológicas obtidas por meio de estudos científicos. O uso desses equipamentos permite que atletas com deficiência não só pratiquem determinados esportes como também tenham sua *performance* melhorada.

7. b) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes percebam que esses equipamentos, ligados ao esporte, podem e devem ser usados por qualquer pessoa com deficiência que queira praticá-los. O acesso aos equipamentos, frutos de pesquisa científica, deve ser ampliado para todas as pessoas com deficiência que necessitarem e desejarem usá-los.

Marvin Ibo Guengoer/Getty Images

O atleta alemão Marcel Hug em sua bicicleta adaptada durante a Maratona de Berlim, em 2023.

Michaela Rehle/Reuters/Fotoarena

Prótese impressa em 3D usada pela ciclista paralímpica alemã Denise Schindler (1985-), na Paralimpíada de 2016.

dusanpetkovic/iStock/Getty Images

Lâmina de corrida que permite aos atletas paralímpicos competir em alto nível.

a) Os equipamentos esportivos apresentados são fruto de pesquisas científicas. Você acredita que eles contribuem para a democratização do esporte de alto nível? De que forma?

b) Esses equipamentos devem ser usados apenas por atletas paralímpicos de alto nível? Leia as opiniões a seguir e reflita sobre essa questão com a turma.

Texto 1

O comentarista Fernando Fernandes, jornalista esportivo, repórter e apresentador brasileiro, durante a cerimônia de abertura das Paralimpíadas de Paris 2024 fala sobre inclusão social.

Quando o assunto é Paralimpíadas, muitas vezes a gente fala em inclusão social. Mas não é inclusão social, é exclusão social. Você seleciona os melhores, mais capacitados, potentes, os melhores do mundo para competir entre eles. A inclusão social deve ser feita na base, dando oportunidade para se reinserir na sociedade através do esporte. Não tem ninguém que tá de brincadeira ali, estamos falando de altíssimo rendimento.

Comentarista da Globo polemiza Paralimpíadas: 'São exclusão e não inclusão'. *Terra*. Disponível em: https://www.terra.com.br/esportes/jogos-olimpicos/jogos-paralimpicos/comentarista-da-globo-polemiza-paralimpiadas-sao-exclusao-e-nao-inclusao,2a109918881c023e35dda4d0d2100c8bpcc2b2r0.html# google_vignette. Acesso em: 30 set. 2024.

Texto 2

Os pesquisadores Marta Correa Gomes, Leonardo José Mataruna dos Santos e Paulo Rodrigo Pedroso da Silva consideram que assuntos relevantes ainda são negligenciados pelos programas de Educação Olímpica.

Percebemos, por exemplo, no programa de Educação Olímpica oficial do Comitê Olímpico Internacional "Teaching Values: an Olympic Education Toll Kit" (IOC, 2010, p. 54) na seção sobre atletas paralímpicos uma chamada para a reflexão a partir do seguinte depoimento da atleta de natação Beatrice Hess: "It all about Discovery. My discovery is that swimming opened the door to everything: first, it gave me freedom, then a place in society". Após essa frase, os autores do manual fazem uma pergunta deflagradora para discussão: Por que os atletas paralímpicos são uma inspiração para todos nós? Tal foco, embora não deva ser excluído por também ter o seu valor, é centrado na determinação pessoal, na busca e no alcance de um sonho, como se essa realização fosse reduzidamente uma façanha pessoal. Entretanto, entendemos que a atleta paralímpica, ao afirmar que a natação lhe deu um lugar na sociedade, está nos apontando para uma problemática maior que envolve oportunidade social e luta contra o estigma e o preconceito. A prática esportiva entre pessoas com deficiência envolve, sobretudo, reflexões sobre inclusão, mas também a possibilidade do esporte paralímpico dar maior visibilidade àqueles que no cotidiano vivem a exclusão e a falta de oportunidades, gerando, às vezes, comportamentos também antiolímpicos em busca de "um lugar ao sol". Embora esse não tenha sido o tópico especial escolhido para nossa reflexão destacamos sua relevância.

GOMES, Marta Correa; DOS SANTOS, Leonardo José Mataruna; DA SILVA, Paulo Rodrigo Pedroso. Educação Olímpica para Quê? Educação Olímpica para Quem? Representações e Práticas para uma Pedagogia Crítica do Olimpismo em Tópicos Especiais – O Doping entre Escolares. *PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review*, v. 3, n. 1, p. 38-49, 2014. Disponível em: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5037169. Acesso em: 7 set. 2024.

Não escreva no livro.

3ª PARADA

As mulheres e as competições esportivas: histórias de luta!

Muitas mulheres, certamente, já ouviram a expressão "isso não é coisa de mulher!". Ao longo do tempo, atletas corajosas decidiram enfrentar a discriminação e o preconceito. Nos Jogos Olímpicos de Paris 2024, pela primeira vez na história, foi possível equiparar o número de mulheres com o de homens. No mesmo ano, os Jogos Paralímpicos bateram o recorde de atletas mulheres. Essas conquistas representam o pioneirismo e as lutas de muitas mulheres.

1 **Leia a reportagem a seguir com a turma. Ela fala de determinação, coragem e cumplicidade entre a atleta e o treinador. Depois, debata as questões em uma roda de conversa com os colegas e o professor.**

Maratona de Boston: há 50 anos esta mulher correu para desafiar. Agora correu para celebrar

Kathrine Switzer foi a primeira mulher a participar, com número oficial, e a terminar a maratona de Boston, protagonizando uma das fotografias mais icónicas do desporto. Esta segunda-feira, voltou à prova para assinalar o 50º aniversário do feito.

Terminar uma maratona aos 70 anos, nomeadamente a de Boston, uma das mais famosas em todo o mundo, é obra. Foi o que fez esta segunda-feira Kathrine Switzer. Mas o que esta antiga atleta fez há 50 anos, na mesma prova, é ainda mais assinalável.

Em 1967, Switzer abriu as portas do atletismo às mulheres em todo o mundo ao terminar, e participar com dorsal oficial, a maratona de Boston, tornando-se a primeira mulher a fazê-lo. O feito valeu até uma das fotografias mais icónicas do desporto. Antes, também Roberta "Gobbi" Gibb concorreu na mesma prova mas sem dorsal e sem identificação.

Bettmann/Getty Images

Jock Semple tenta parar Kathy Switzer. Boston, Massachusetts, EUA, 1967.

Em 1967, Switzer abriu as portas do atletismo às mulheres em todo o mundo ao terminar, e participar com dorsal oficial, a maratona de Boston, tornando-se a primeira mulher a fazê-lo. O feito valeu até uma das fotografias mais icónicas do desporto. Antes, também Roberta "Gobbi" Gibb concorreu na mesma prova mas sem dorsal e sem identificação.

A jovem de 20 anos, com o dorsal número 261, a ser agarrada por Jock Semple, o então director da corrida, que tentava impedir que a mulher participasse na prova que estava, na altura, vedada a atletas do sexo feminino. Este é o cenário que as fotografias, que ficaram para a história, retratam. Momentos depois, Semple é literalmente placado por Tom Miller, jogador de futebol americano e que participava também na maratona, e pelo treinador de Switzer, Arnie Briggs.

A atleta conseguiu que lhe fosse atribuído o número ao inscrever-se como K.V. Switzer, ocultando assim o nome feminino. Mas, como é natural, o seu género foi descoberto logo nos primeiros quilómetros pelos organizadores e pelos fotógrafos aí presentes e que captaram o momento do incidente com o director.

Quatro horas e 20 minutos depois Switzer cruzava a meta e tornava-se a primeira mulher a terminar a mais famosa maratona do mundo. Em 1972, apenas cinco anos depois, a organização da prova começou a aceitar inscrições de mulheres, depois de uma longa campanha feminista. [...]

Maratona de Boston: há 50 anos esta mulher correu para desafiar. Agora correu para celebrar. *Desporto*, 18 abr. 2017. Disponível em: https://www.publico.pt/2017/04/18/desporto/noticia/a-primeira-mulher-a-participar-na-maratona-de-boston-regressa-a-prova-50-anos-depois-1769106. Acesso em: 15 out. 2024.

1. a) Espera-se que os estudantes indiquem que apenas homens participavam de maratonas. Kathrine Switzer foi a primeira mulher a se inscrever, utilizando apenas as iniciais do nome (os organizadores acharam, portanto, que era um homem) e um capuz para cobrir o rosto no dia da prova, em que fez chuva e frio. O evento foi criado em 1897, e a participação de mulheres foi proibida por mais de 70 anos.

a) Em 1967, a alemã Kathrine Switzer (1947-) inscreveu-se na Maratona de Boston, nos Estados Unidos. Em sua opinião, por que ela foi chamada de "heroína"?

b) O que a atitude do diretor da corrida revela sobre a condição da mulher no esporte na época? **1. b)** Resposta pessoal.

c) Após o episódio envolvendo o diretor da corrida, qual foi a principal consequência da atitude da atleta Kathrine Switzer? **1. c)** Ao provar que uma mulher poderia correr uma maratona, Kathrine Switzer iniciou um processo de inclusão das mulheres nessa modalidade esportiva. Apesar de seu feito, foram necessários cinco anos para que a presença feminina fosse aceita oficialmente na Maratona de Boston, o que mostra a exclusão a que as mulheres são submetidas. Além disso, a atitude de Switzer catalisou uma série de ações para a inclusão das mulheres nos Jogos Olímpicos. Ela foi a pioneira, e sua ação foi o estopim para o empoderamento de várias mulheres na história do esporte.

2 **Leia o texto jornalístico a seguir e responda às questões no caderno.**

Mulheres nas Olimpíadas: Uma Longa Trajetória

[...]

Proibição das mulheres nos Jogos Olímpicos da Antiguidade

No ano de 776 a.C. foram iniciadas as Panateias, um evento que acontecia de quatro em quatro anos em que os homens se reuniam para honrar os deuses com jogos e lutas. Era um evento religioso, que as mulheres não podiam nem participar, nem assistir. E pior: se uma mulher casada fosse vista assistindo a algum jogo ela poderia ser condenada à morte.

A única presença feminina permitida nos Jogos era a de Sacerdotisas, que eram consideradas "mensageiras dos deuses", trazendo boa sorte para os competidores. Elas eram as responsáveis pela entrega das coroas de oliveira para os vencedores.

Curiosidade: uma das mais famosas histórias sobre mulheres nas Olimpíadas da Antiguidade vem de uma mulher chamada Kallipateria, treinadora do seu próprio filho, um lutador de boxe chamado Pisidoros. Ela correu risco de morte ao se tornar treinadora, e se vestia de homem para assumir o papel, mas quando seu filho ganhou a luta, ela não se aguentou e acabou se expondo ao público. Felizmente ela foi poupada da morte, mas só porque seu pai, seu irmão e seu filho foram campeões olímpicos. [...]

2. a) De acordo com a matéria, as mulheres não podiam participar dos Jogos Olímpicos nem assistir a eles. A única presença feminina permitida era a de sacerdotisas, que eram consideradas "mensageiras dos deuses" e faziam a entrega das coroas de oliveira para os vencedores.

Milos Bicanski/Getty Images

A atriz Katerina Lehou acendeu a chama olímpica que veio para o Brasil na representação das antigas sacerdotisas dos Jogos da Antiguidade. Foto de 2016.

SOARES, Thaís. Mulheres nas Olimpíadas: Uma Longa Trajetória. *Nó de Oito*. Disponível em: http://nodeoito.com/mulheres-nas-olimpiadas/. Acesso em: 23 jun. 2024.

a) Como era a participação das mulheres nos Jogos Olímpicos da Antiguidade?

b) É possível estabelecer relações entre a atitude de Kathrine Switzer e a de Kallipateria, cuja história é contada no texto? Justifique sua resposta. **2. b)** Espera-se que os estudantes identifiquem que tanto Kathrine Switzer quanto Kallipateria transgrediram as normas, cada uma à sua época, de que mulheres não participavam de jogos e competições: a primeira correu uma maratona que aceitava apenas inscrições masculinas; a segunda era treinadora do próprio filho e se vestia de homem para assumir tal papel.

c) Em sua opinião, nos dias de hoje, ainda há atitudes discriminatórias em relação à presença das mulheres no esporte? E em outras esferas sociais, como trabalho, política e ciência? Comente com os colegas e o professor. **2. c)** Respostas pessoais.

3 **Será que a resistência feminina acontece apenas nas corridas? Leia a reportagem a seguir, que aborda a presença feminina em um dos esportes mais populares no Brasil.**

Futebol feminino é ato de resistência na periferia [...]

Mesmo com a visibilidade trazida pela Copa, o futebol feminino continua refletindo a desigualdade de gênero no esporte

"Não vai ter uma Formiga para sempre, uma Marta, uma Cristiane. O futebol feminino depende de vocês para sobreviver. Pensem nisso, valorizem mais. Chorem no começo para sorrir no fim". Essa foi a fala da integrante da Seleção Brasileira Marta, melhor jogadora do mundo de futebol, que fez um discurso emocionante na despedida do Brasil na Copa do Mundo feminina, que aconteceu neste ano [2019], na França.

Não escreva no livro.

3. a) Enquanto a palavra **várzea** é utilizada para designar um campo de futebol utilizado por times de amadores, **xepa** é utilizada para se referir às últimas mercadorias expostas em uma feira livre, ou seja, é a sobra de alimento que não foi vendida e é pechinchada pelos consumidores. Espera-se que os estudantes associem que, no contexto, mesmo que dentro do futebol amador de equipes masculinas e femininas, as mulheres ficam em último lugar para usar o espaço, ou seja, é a sobra do espaço utilizado pelos homens.

E o discurso emocionado de Marta encerra a primeira copa do mundo de futebol feminino transmitida nos canais de televisão. Além disso, algumas empresas deram direitos iguais aos seus funcionários: folga para todos assistirem as partidas que a seleção brasileira disputava.

E mesmo com toda a visibilidade trazida pela Copa, o futebol feminino continua em desvantagem, refletindo a desigualdade de gênero dentro do esporte. Salários infinitamente menores, menos visibilidade, falta de patrocínio e a luta diária contra o preconceito.

E essa dificuldade vai piorando conforme ela [vai] chegando nas periferias das cidades. Em São Paulo, no bairro Jardim Castelo, nos campos que são alugados pelas equipes de várzea – nome paulistano dado ao futebol amador – as mulheres ficam com a xepa.

Os campos só podem ser utilizados pelos times femininos depois que os masculinos acabarem seus jogos. Os vestiários ficam todos sujos com a passagem dos homens por lá. Além disso, os times femininos encontram dificuldades em obter patrocínio, o mínimo que seja, ficando impossível de investir em coisas básicas como estrutura, uniforme e até mesmo água para a equipe.

A diretora da Liga Feminina de Futebol Amador, Maria Amorim, conversou com nossa reportagem para contar como é a realidade do futebol de várzea feminino. Segundo ela, é um "ato de resistência".

[...]

PUTTI, Alexandre. Futebol feminino é ato de resistência na periferia. Assista ao vídeo. *Carta Capital*, 9 ago. 2019. Disponível em: https://www.cartacapital.com.br/sociedade/futebol-feminino-e-ato-de-resistencia-na-periferia-assista-ao-video/. Acesso em: 18 set. 2024.

a) No trecho "[...] nos campos que são alugados pelas equipes de **várzea** – nome paulistano dado ao futebol amador – as mulheres ficam com a **xepa**.", as palavras em destaque são regionalismos, isto é, utilizadas em determinadas regiões dentro do território em que se fala uma língua.
   - O que elas significam no contexto em que foram usadas?
   - Elas são faladas na região onde você mora? Você as utiliza no dia a dia? **3. a)** Respostas pessoais.

b) Por que o futebol feminino de várzea é "um ato de resistência", segundo Maria Amorim, diretora da Liga Feminina de Futebol Amador?

c) Considerando as informações do texto, é possível afirmar que a resistência das mulheres vale também para o futebol profissional? Por quê? **3. c)** (itens) Respostas pessoais.

#ficaadica

Para responder, considere que a brasileira Marta (1986-) foi eleita a melhor jogadora do mundo por seis vezes (2006, 2007, 2008, 2009, 2010 e 2018) pela Federação Internacional de Futebol (Fifa), tornando-se a atleta mais premiada da história do futebol, superando jogadores como o brasileiro Ronaldo Luiz Nazário de Lima (1976-) e o português Cristiano Ronaldo (1985-).

3. b) Segundo Maria Amorim, o futebol feminino de várzea é um ato de resistência porque as mulheres, apesar de todo o preconceito e machismo que se revelam em ações como usar o campo apenas depois dos homens, encontrar vestiários sujos pelo uso dos jogadores e não ter patrocínio para comprar o básico para a equipe, ainda jogam e reforçam que o futebol é também um esporte feminino.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Algumas participações marcantes das mulheres brasileiras nos Jogos Olímpicos:

- 1932 (Los Angeles, EUA): a nadadora Maria Lenk (1915-2007) é a primeira brasileira a participar dos Jogos Olímpicos.
- 1984 (Nova York, EUA): Márcia Malsar é a primeira mulher brasileira a subir no pódio em competições paralímpicas nos 200 metros rasos, classe C6.
- 1996 (Atlanta, EUA): primeira medalha de ouro feminina, no vôlei de praia, com a dupla Jaqueline Silva (1962-) e Sandra Pires (1973-).
- 2008 (Pequim, China): primeiras medalhas individuais femininas: bronze para Ketleyn Quadros (1987-), no judô, e ouro para Maurren Maggi (1976-), no salto em distância. O vôlei feminino de quadra ganha a medalha de ouro.
- 2012 (Londres, Inglaterra): Sarah Menezes (1990-) ganha a primeira medalha de ouro brasileira no judô feminino.
- 2016 (Rio de Janeiro, Brasil): Rafaela Silva (1992-) ganha a medalha de ouro no judô. Nesses Jogos Olímpicos, 45% da delegação brasileira era formada por mulheres.
- 2020 (Tóquio, Japão). Rayssa Leal (2008-) ganha a medalha de prata na prova de *Skate Street*, aos 13 anos de idade.
- 2024 (Paris, França): Rebeca Andrade (1999-) torna-se a maior medalhista em Jogos Olímpicos do Brasil conquistando a medalha de ouro no solo, duas de pratas (salto e individual geral) e uma de bronze (por equipe).
- 2024 (Paris, França): Maria Carolina Santiago (1985-) torna-se a brasileira com o maior número de ouros (11) na história dos Jogos Paralímpicos.

4ª PARADA

1. a) Dentre algumas definições, a Física é descrita como a ciência responsável pelo estudo da matéria e do movimento. Por meio dessa ideia, é possível perceber que o que pode conectar a Física aos esportes é a gestualidade dos atletas na prática do esporte, uma vez que essa ciência pode ajudá-los a realizar movimentos mais precisos e mais coordenados para melhorar a *performance*.

Atletismo, ciência e desempenho

A ciência e a tecnologia podem ajudar a melhorar a *performance* de atletas de alto rendimento e de esportistas amadores. Você consegue imaginar como isso acontece? Nesta parada, você verá como isso é possível. Vamos lá?

1 **A reportagem que você vai ler trata da Física e dos esportes, elementos que, a princípio, podem parecer distantes.**

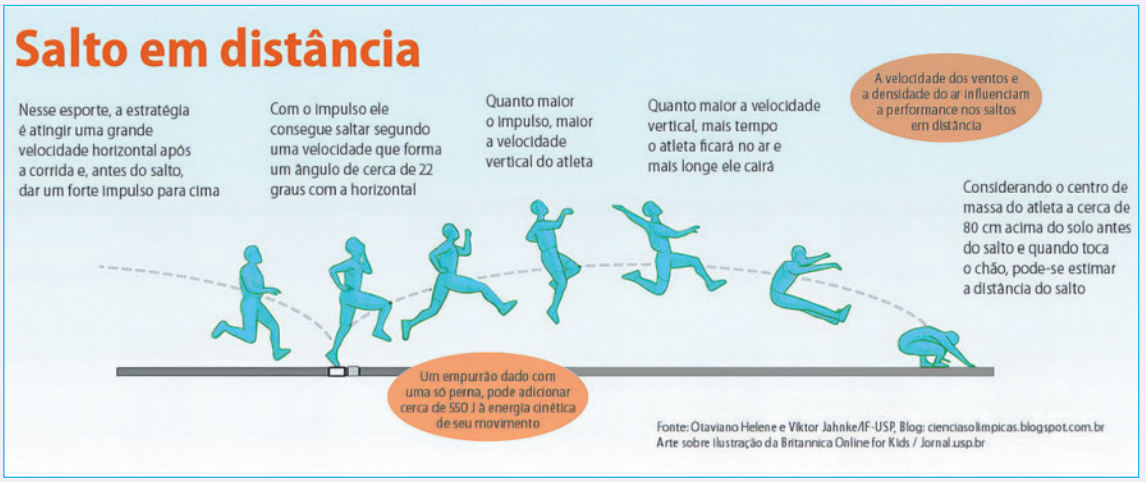
a) Abra um dicionário, impresso ou digital, e procure pela palavra "física". Quais são as definições atribuídas a ela? Com essa informação em mãos, formule hipóteses para explicar a ligação entre a Física e os esportes. Em seguida, leia o texto para ampliar seus conhecimentos sobre o assunto.

Cientistas desvendam a física por trás da *performance* dos atletas

Atletas aplicam a energia de corridas, saltos e pedaladas para ir mais alto ou conseguir maior velocidade

"Muitas pessoas pensam que os jogos olímpicos se resumem a um campeonato de disputa de medalhas. No entanto, é possível ver o esporte sob diversos pontos de vista, como os da física, fisiologia, história, política, entre outros", afirma o professor Otaviano Helene, do Instituto de Física (IF) da USP. "No caso da física, por exemplo, os esportes olímpicos podem demonstrar que os conceitos ensinados na escola não são abstratos e estão presentes em ações do cotidiano, como as práticas esportivas."

O professor mantém o blog *Ciências Olímpicas*, onde escreve sobre a relação entre os fenômenos físicos e as modalidades esportivas [...].



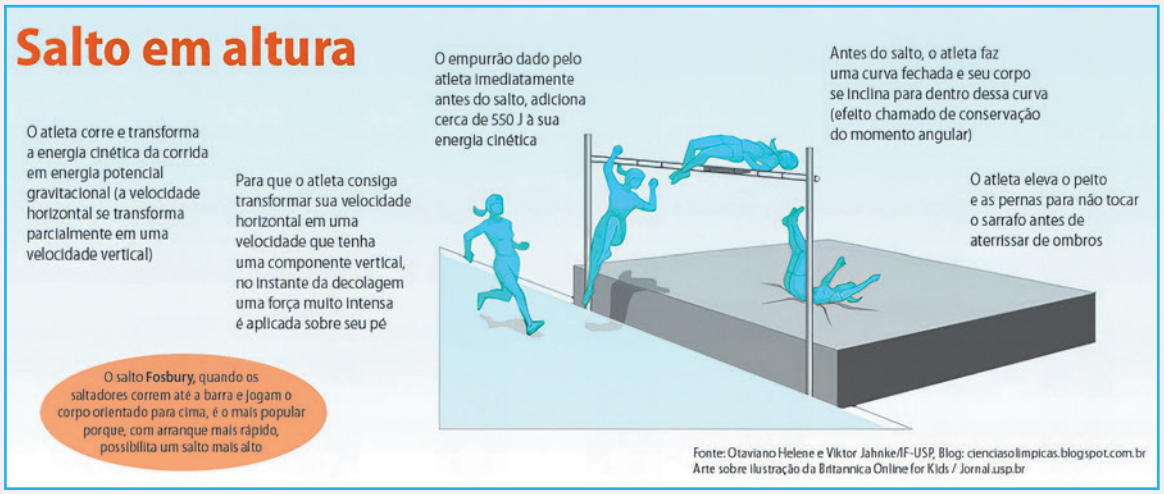
Editoria de Arte/Jornal da USP

Representação dos movimentos de um atleta ao realizar um salto em distância.

Um atleta do salto em distância consegue ser mais veloz na corrida, cerca de 10 m/s entre os homens e 9 m/s para as mulheres. "No momento do salto, o atleta dá um impulso para cima, de modo a aumentar seu tempo de voo", explica o doutorando do IF. "O ângulo ideal para esse salto seria de 45 graus. Entretanto, como o atleta está em movimento, com o impulso ele consegue saltar formando um ângulo de aproximadamente 22 graus com o corpo na horizontal."

Há outros fatores que influenciam a *performance* nos saltos em distância e nas corridas curtas, como a velocidade dos ventos e a densidade do ar. "No caso dos 100 metros rasos, por exemplo, a Federação Internacional das Associações de Atletismo (IAAF) não considera como recorde mundial as marcas estabelecidas com uma velocidade dos ventos maior que 2 m/s", lembra o professor. "Outro efeito, ainda, é que em locais mais altos, a densidade do ar é menor do que em cidades situadas ao nível do mar, como o Rio de Janeiro, o que favorece o deslocamento dos atletas e o estabelecimento de recordes duradouros."

Não escreva no livro.



Representação dos movimentos de um atleta ao realizar um salto em altura.

Os atletas do salto em altura, na corrida, atingem uma velocidade um pouco menor, em torno de 7 m/s. "Eles correm em curva e no instante do salto fixam um dos pés no chão, inclinam o corpo, fazendo com que a velocidade inicialmente horizontal ganhe uma pequena componente vertical", explica Helene. "Nesse instante, os atletas usam as pernas para jogar o corpo para cima, ganhando altura durante o salto. Esse impulso é essencial para um bom desempenho nas competições."

[...]

De acordo com o professor, "a desaceleração dos atletas ao fixarem o pé no solo na última passada é tão intensa que é preciso usar sapatilhas com cravos para garantir que o pé se fixe no chão".

[...]

Representação dos movimentos de um atleta ao realizar um lançamento de martelo.

No lançamento de martelo, na verdade o que é lançado é uma bola de aço presa a um cabo de metal. "Para fazer o lançamento, o atleta gira o cabo de quatro a seis voltas, em velocidade máxima, e realiza o arremesso", diz o professor. "Isso acontece em um intervalo de tempo curto, de 5 a 6 segundos, que é o máximo que um atleta consegue acelerar o peso. A partir desse tempo, eles não conseguem acelerar mais." A distância alcançada pode chegar a mais de 80 metros.

[...]

BERNARDES, Júlio. Cientistas desvendam a física por trás da *performance* dos atletas. *Jornal da USP*. São Paulo, 15 jul. 2016. Disponível em: https://jornal.usp.br/ciencias/cientistas-desvendam-a-fisica-por-tras-da-performance-dos-atletas/. Acesso em: 26 jun. 2024.

b) As hipóteses que você e os colegas levantaram sobre a relação entre a Física e o esporte foram comprovadas? Converse com a turma. **1. b)** Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

2. b) Respostas pessoais. Para a primeira parte da questão, espera-se que os estudantes identifiquem que os pesquisadores defendem que o esporte pode ser compreendido sob diversas perspectivas, como a da Física, a da Fisiologia, a da História e a da política, além de afirmarem que os conceitos da Física estão presentes tanto nos esportes olímpicos quanto nas nossas ações cotidianas.

2 **Muitas vezes, os conceitos estudados no componente curricular Física no Ensino Médio parecem abstratos e sem aplicação prática no cotidiano.**

2. a) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes observem a importância dos conhecimentos da Física para aplicações nos esportes, como elaboração de táticas de jogo e ações específicas nos treinos.

a) Após a leitura dos textos, você consegue pensar em possíveis aplicações da Física? Quais são elas e como elas se dão?

b) Qual é a posição defendida pelo professor Otaviano Helene e pelo doutorando Viktor Jahnke no texto? O que você pensa sobre os argumentos do professor?

c) Que contribuições a pesquisa do professor Helene e do doutorando Jahnke oferece para as diversas modalidades esportivas?

d) Que contribuições a pesquisa abordando a física nas modalidades esportivas pode oferecer para o ensino de Física no Ensino Médio? Converse com os colegas e o professor.

3 **As corridas rasas de velocidade de 100 metros são as provas mais assistidas em competições de atletismo pelo mundo. Que tal experimentar o atletismo?**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

2. c) A pesquisa proporciona explicações sobre a aplicação das leis da Física nos esportes. Esse conhecimento pode influenciar qualquer modalidade esportiva, uma vez que velocidade, força, inércia e atrito são conceitos diretamente ligados aos esportes olímpicos.

Fazendo ciência: corrida de 100 metros

2. d) A expectativa é que os estudantes percebam que a pesquisa pode favorecer o ensino de conceitos de Física, geralmente considerados complexos, de forma mais concreta, pois as discussões mostram como os conceitos são usados, na prática, pelos atletas.

Material

Fita adesiva para marcar a saída e a chegada (pode ser giz de lousa)
Cronômetro do celular para medir o tempo da corrida
Papel e caneta para anotar o tempo de cada estudante

Como fazer

- Com a turma, faça as marcações no chão traçando a linha de partida e a de chegada a uma distância de 100 metros.
- Organize grupos de quatro estudantes. Os grupos devem definir dois integrantes para correr, um para dar o sinal de largada e um para marcar e cronometrar o tempo. Os integrantes devem se revezar nas funções a cada rodada para que todos possam correr.
- Se houver, na turma, estudantes com deficiência ou dificuldade de locomoção, avaliem a melhor maneira de incluí-los na atividade.
- Quando for correr, posicione-se no ponto de início de saída. Ao sinal de largada ("já", apito), corra o mais rápido possível até a linha de chegada.
- Quando for dar o sinal de largada, fique ao lado do corredor e observe se a pista está livre para a corrida. Se estiver tudo pronto, pode dar o sinal.
- Quando você for responsável pela marcação do tempo da corrida, fique no ponto de chegada. Assim que o corredor ultrapassar a linha de chegada, marque o tempo.
- A experimentação terá as seguintes etapas:
  - Etapa 1: correr com o joelho estendido (com menor velocidade e menor impulso).
  - Etapa 2: correr elevando os joelhos exageradamente, gerando impulso na vertical e não na horizontal, diminuindo a velocidade.
  - Etapa 3: correr com os braços presos ao corpo, dificultando o equilíbrio no impulso, aumentando o deslocamento do centro de gravidade e tendo maior dispêndio de energia.
  - Etapa 4: correr com saída alta (todos de pé).
  - Etapa 5: correr com saída baixa. Nessa etapa, o estudante que dará a largada anunciará "às suas marcas", e você se prepara na posição 1 (duas mãos e o joelho em contato com o solo). Depois, ao ouvir "pronto", fique na posição 2 (eleve o quadril, desequilibrando o corpo à frente, mantendo os braços estendidos e sustentando o peso do corpo). Ao sinal de largada ("já", apito), corra o mais rápido possível até a linha de chegada.

Laura Nunes/ID/BR

Posição 1: Para a largada, as duas mãos e um joelho devem estar em contato com o chão.

Posição 2: Ao ouvir "pronto", o quadril deve ser elevado e os braços devem se manter estendidos.

Quando anunciado o início da corrida, corra o mais rápido que conseguir até a linha de chegada.

Não escreva no livro.

• Após todos da turma vivenciarem a atividade, compare os dados observando se houve diferença no tempo entre os meninos e as meninas. Para isso, elabore em uma folha avulsa uma tabela de registro com o tempo de cada aluno e aluna.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Vence a prova o primeiro a atingir o plano vertical que passa pela borda anterior da linha da chegada geral com o tronco, excluindo-se cabeça, pescoço, braços, pernas, mãos e pés.

• Compartilhe com a turma suas impressões sobre a vivência e, juntos, conversem sobre os resultados do experimento, pensando nas seguintes questões:

a) Você e seus colegas apresentaram tempos diferentes nas corridas rasas de velocidade? Por que isso aconteceu?
b) Percebeu menor velocidade ao correr com joelhos estendidos ou elevados exageradamente?
c) Sentiu dificuldade no equilíbrio ao correr com os braços presos?
d) A posição de largada influenciou o desempenho? Houve diferença entre o tempo com a saída alta (em pé) e baixa?
e) O tempo de reação e movimento, intervalo entre o comando de largada e início do movimento, interferiu no desempenho do corredor?
f) A altura dos corredores e o comprimento das passadas influenciou o tempo da corrida?
g) Que outros fatores interferiram no tempo da corrida?

3. Respostas pessoais.

4. b) Espera-se que os estudantes reflitam sobre como a aplicação dos conhecimentos científicos ao esporte proporciona diversos benefícios. Por exemplo, prever a capacidade de um indivíduo em relação ao mundo esportivo, criar programas de treinamento de acordo com necessidades específicas e identificar possíveis pontos fortes e fracos de um atleta. Além disso, pode auxiliar na prevenção de lesões e no desenvolvimento de equipamentos e roupas aerodinâmicos que aprimoram a *performance* dos atletas. A ciência, por sua vez, pode usar o esporte como modelo para investigações. Isso facilita a compreensão de diversos aspectos, como os fisiológicos, os psicológicos e os nutricionais.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Algumas tecnologias são usadas para a melhora do desempenho, como o calçado. Os atletas podem correr descalços, de tênis ou com a sapatilha de pregos. Os velocistas profissionais utilizam a sapatilha própria da modalidade para que tenham uma melhora na *performance*.

A chegada de uma corrida é registrada fotograficamente pelo *photo finish*, que identifica os competidores classificados na ordem em que seu tronco atingiu a linha de chegada, como ficou definido anteriormente.

4. a) A expectativa é que os estudantes percebam que provavelmente sim, uma vez que esse conhecimento pode possibilitar, se for feito de forma consciente, uma melhora significativa nas técnicas e no desempenho dos atletas. Por exemplo, um atleta que atua na área de arremesso de peso, ao executar um movimento, pode considerar variáveis como a força, a velocidade e o ângulo para entender a quais pontos ele precisa se dedicar.

4 **Considerando o experimento da corrida de 100 metros e as informações da reportagem, reflita sobre as questões a seguir e responda oralmente.**

a) O desempenho de um atleta pode melhorar por meio do conhecimento das leis da Física? Justifique.
b) De que forma a parceria esporte-ciência pode ser benéfica para ambas as partes?

VALE VISITAR

Conheça o "Walk Again Project", projeto, desenvolvido pelo cientista brasileiro Miguel Nicolelis e sua equipe, que produziu o exoesqueleto que permitiu a um tetraplégico andar. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=AkqykCar9i8.8. Acesso em: 26 jun. 2024.

BAGAGEM

Usain Bolt (1986-) foi desclassificado na final dos 100 metros rasos no Campeonato Mundial de Atletismo de Daegu, Coreia do Sul (2011), por *false start*, regra em vigor desde 2010 que determina que quem se adiantar ao sinal de partida está desclassificado.

1. Espera-se que os estudantes digam que a expressão é usada quando se entende que foi uma atividade de longa duração, difícil, desgastante, que exigiu muito esforço da pessoa para realizá-la.

5ª PARADA

Prática esportiva: ações necessárias para atletas

Você já deve ter visto as marcas históricas de tempo estabelecidas por esportistas profissionais: são os recordes. Um dos esportes em que isso acontece é a corrida. Mas será que correr é uma atividade destinada apenas a profissionais?

1 **Quando alguém diz que participou de uma atividade que foi "uma verdadeira maratona", o que você entende? Debata essa expressão com os colegas e o professor.**

VALE VISITAR

Que tal conhecer as maiores maratonas do mundo? Amplie os conhecimentos sobre essa modalidade esportiva com as informações disponíveis em: https://www.band.uol.com.br/esportes/colunistas/nosso-corre/6-maiores-maratonas-do-mundo-16639075. Acesso em: 26 jun. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A maratona, com seus 42,195 km de percurso oficiais, é a corrida mais longa do atletismo, e é disputada desde a primeira edição dos Jogos Olímpicos da era moderna, em 1896. As regras dessa modalidade esportiva, como a que estabelece que profissionais e amadores podem competir juntos, são elaboradas e garantidas pela Associação Internacional de Federações de Atletismo (IAAF).

A corrida de São Silvestre, assim nomeada em homenagem ao papa Silvestre I (285 d.C.-335 d.C.), 33º papa da história da Igreja católica, acontece em São Paulo no dia 31 de dezembro de todo ano, data em que se comemora o dia desse santo. Com percurso de 15 km, é considerada a mais famosa corrida de rua do Brasil e a mais importante da América Latina.

2 **Você sabe como os atletas que decidem participar de provas de corrida se preparam fisicamente? Leia o texto a seguir para descobrir o que dizem os especialistas sobre a importância do treinamento, da alimentação e do sono na vida de um atleta.**

Um dia (cheio de ciência) na vida de uma atleta

A judoca Natasha Ferreira, que disputará os Jogos Olímpicos de Paris, mostra como sua rotina é influenciada por diferentes áreas do conhecimento

Uma vida em que cada movimento é calculado, cada refeição é planejada e cada noite de sono é um ritual de recuperação. Essa é a rotina dos atletas de alto rendimento como os mais de 10 mil que estão competindo nos Jogos Olímpicos de Paris, entre julho e agosto deste ano.

Na Olimpíada de 2024, 48 modalidades estão em disputa e, lógico, há muitas diferenças entre a preparação de quem compete na ginástica artística e no levantamento de peso, por exemplo. Mas todos os atletas, independentemente do esporte, têm algo em comum: o planejamento e a disciplina tomam cada uma das 24 horas dos seus dias.

Para mostrar esse lado nem tão conhecido da vida esportiva, acompanhamos a judoca Natasha Ferreira, uma das representantes do Brasil nos Jogos Olímpicos de Paris:

"Acordo, tomo café, faço preparação física, almoço no clube e faço fisioterapia. Depois, descanso e vou para o segundo treino do dia, que é técnico. À noite, treino luta, que é mais intenso. Entre os treinos, faço refeições e suplementação. É basicamente isso: treinar, descansar e treinar de novo", conta a judoca que compete na categoria até 48kg.

Esse relato pode parecer uma lista simples, mas o "básico" da vida de Natasha envolve muitos detalhes e uma integração meticulosa de ciência e prática. O sucesso não é apenas uma questão de aptidão ou de esforço físico. A aplicação da ciência está consolidada no dia a dia desses profissionais e é crucial para otimizar a performance. Entender as respostas fisiológicas e biomecânicas ao exercício é crucial para evitar lesões e maximizar o rendimento.

Especialista em ciência do desporto e professor da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Guilherme Tucher conta em detalhes como diversas áreas de conhecimento influenciam no desempenho esportivo.

Não escreva no livro.

2. b) Espera-se que os estudantes reflitam que o período de descanso, no qual se inclui o sono, é essencial para o desempenho de um atleta, pois participa na recuperação dos desgastes físicos da musculatura ocorridos durante o treino, evitando possíveis lesões, e contribui para a melhora no desempenho físico e mental.

"A ciência pode auxiliar de diversas maneiras, mas vou destacar alguns pontos. O exercício proposto como tarefa de melhorar o desempenho causa diversas alterações biomecânicas e fisiológicas agudas e crônicas. Conhecê-las é uma importante estratégia para a melhor oferta dos exercícios de treinamento, controle da recuperação e adaptação ao treinamento. Cargas de treinamento muito fracas não levam a adaptações positivas. Cargas demasiadamente intensas podem levar ao excesso de treinamento. Todo esse controle pode ser feito por meio de ferramentas subjetivas, como questionários e percepção ao esforço ou recuperação, e objetivas, como análise sanguínea," explicou.

Por trás do relato de Natasha sobre sua rotina, há, portanto, um planejamento minucioso que é obrigatório para o sucesso de qualquer atleta de alto rendimento. Compreender alterações no corpo do atleta é essencial para personalizar a preparação e garantir que os esportistas estejam com a saúde protegida e tenham o melhor desempenho possível.

"Eu durmo entre 8 e 9 horas por dia e faço de quatro a cinco refeições. Conto com uma equipe de profissionais que inclui preparador físico, nutricionista, técnico, fisioterapeuta e médico", detalha a judoca.

A alimentação de um atleta merece atenção especial. Principalmente às vésperas de competições, os gramas de carboidrato, proteínas e outros nutrientes (fora o cuidado com as gorduras) são pesados com precisão. Há outro detalhe: além de quanto e o que comer, também é muito importante saber quando comer. A hidratação também desempenha um papel crucial. Em atividades físicas intensas, é recomendado repor a perda de peso com 1,5 litro de água por quilo perdido.

A nutricionista Ludmila Andrade, com especialização em nutrição esportiva, explica o que é uma boa alimentação para um atleta:

"A principal diferença entre um atleta e um não atleta é a demanda energética aumentada. Atletas gastam mais energia com o exercício, o que exige uma ingestão calórica maior. Os macronutrientes (carboidratos, proteínas e gorduras) são essenciais para fornecer essa energia. Os carboidratos são a principal fonte de energia rápida, ajudando a formar reservas musculares. As proteínas são fundamentais para a construção e recuperação muscular, enquanto as gorduras são importantes para funções hormonais e exercícios de longa duração", explica Ludmila.

Apesar dos muitos momentos de rigidez da dieta, Natasha conta que a rotina de atividades físicas intensas dá espaço para alguns agrados:

"Eu tenho um acompanhamento nutricional que não é tão restrito, pois minha intensidade de treino é alta. Preciso comer bastante carboidrato para evitar lesões e suportar os treinos. Apenas duas semanas antes da competição sigo uma dieta restritiva para perder peso, pesando a comida e mantendo uma alimentação nutritiva. Fora desse período, posso até comer uma pizza ocasionalmente (risos)", brinca a judoca.

Um dia na vida de Natasha é a prova de que o sucesso na carreira esportiva vai muito além do talento inato ou predisposição genética. Esses fatores também entram na equação, mas não são mais importantes do que o conhecimento, o planejamento e a disciplina para desenvolver o corpo à máxima capacidade. O equilíbrio entre treino, alimentação e descanso é a chave para o sucesso no esporte de elite. Três pilares com papel fundamental da ciência.

MARIANO, G. Um dia (cheio de ciência) na vida de uma atleta. *Ciência Hoje*. Ciência & Esporte - Agosto 2024 [CH 412]. Disponível em: https://cienciahoje.org.br/artigo/um-dia-cheio-de-ciencia-na-vida-de-uma-atleta/. Acesso em: 30 set. 2024.

VALE VISITAR

Assista aos dois vídeos indicados a seguir, produzidos com atletas profissionais brasileiros. No primeiro, Solonei Silva mostra o treinamento pelo qual passou para disputar uma maratona; no segundo, Rafael Moura conta como se preparou para a prova da São Silvestre:

- https://www.youtube.com/watch?v=nR4u6aNvI0I (2min)
- https://www.youtube.com/watch?v=4bBBLVt8u4s (2min)

Acessos em: 24 set. 2024.

a) Boa alimentação é essencial para quem pratica esportes. De acordo com o texto, que relações podem ser estabelecidas entre a nutrição e o desempenho de atletas?

2. a) Espera-se que os estudantes reflitam que, quanto mais adequada for a ingestão de alimentos, considerando tanto o funcionamento do corpo do atleta quanto a atividade esportiva à qual ele se dedica, melhores serão o desempenho e as condições para atingir seus objetivos.

b) O descanso também é fundamental. Como o sono pode interferir no desempenho do atleta?

c) Você já pensou em ser um atleta? Por qual modalidade esportiva você tem interesse?

2. c) Respostas pessoais.

d) Se você optasse, hoje, por seguir uma vida de atleta, o que mudaria em seu comportamento e atitudes do dia a dia?

2. d) Resposta pessoal. Ainda que os estudantes possam vir de diferentes contextos, espera-se que todos reconheçam que é preciso desenvolver hábitos de vida rigorosos, incluindo dieta adequada, treinos e descanso. Reforce a ideia de que um esportista profissional precisa elevar o seu corpo ao extremo para alcançar resultados nas competições, sendo necessário seguir com mais rigidez as normas para conseguir os resultados desejados, tudo isso com a orientação de profissionais.

Não escreva no livro.

3 De acordo com o que lemos, pode-se afirmar que os atletas de diferentes modalidades esportivas têm necessidades diversas de nutrição e sono. Observe, nos infográficos a seguir, a dieta de alguns atletas olímpicos brasileiros e responda oralmente às questões.

Infográfico 1

Rafael Quick, Alex Silva/Abril Comunicações S.A.

Dieta do halterofilista paulista Fernando Reis (1990-).

Infográfico 2

Rafael Quick, Alex Silva/Abril Comunicações S.A.

Dieta do maratonista brasiliense Marilson dos Santos (1977-).

Não escreva no livro.

a) De acordo com os infográficos, há diferenças na dieta de cada atleta. Por que as dietas não são iguais se são todos esportistas? Converse com os colegas e o professor.

b) Como você viu, a dieta de cada um deve ser pensada de modo que se propicie o bom desempenho nas atividades que se deseja realizar. Você já parou para pensar em como é a sua dieta em um dia normal? Anote tudo o que você consumir em um dia e depois converse com os colegas e o professor e reflita: Sua dieta está adequada às suas necessidades nutricionais? O que poderia ser melhorado nela para que você se sinta mais disposto e preparado para a prática de suas atividades diárias? **3. b)** Respostas pessoais.

VALE VISITAR

Saiba mais sobre alimentação saudável acessando o *Guia alimentar para a população brasileira*, do Ministério da Saúde. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf/view. Acesso em: 30 set. 2024.

A base de uma alimentação de qualidade nutricional é pautada em alimentos *in natura* ou minimamente processados.

4 **Uma reflexão filosófica sobre o excessivo treinamento de alto rendimento em busca de uma perfeição técnica é o uso de substâncias proibidas (*doping*). Essa atitude é justa? Por quê? Leia os trechos dos pesquisadores Marta Correa Gomes, Leonardo José Mataruna dos Santos e Paulo Rodrigo Pedroso da Silva e debata com sua turma.**

Existem evidências que apontem para a possibilidade de uma epidemia de doping entre jovens em idade escolar?

Sim, existem evidências que destacam os jovens em idade escolar, dentre outros segmentos da população, principalmente no âmbito do doping por uso de esteroides anabolizantes (EA).

[...]

Este dado nos parece alarmante frente às discussões, não somente acerca dos valores associados ao esporte, como o Fair Play, mas a própria mobilização social via instituições educacionais ou de saúde para envolver a população, em especial a juventude, na prática de esportes com foco em adquirir "saúde"

[...]

Vaz (1999, 2001) aponta a visão dicotômica e hierarquizada de homem que se traduz no viés do treinamento de alto nível na modernidade, o que vai de encontro às premissas holísticas de Coubertin sobre equilíbrio e emancipação do homem, tendo o esporte, nele mesmo e através dele, um grande potencial enquanto veículo de desenvolvimento cultural e humano. Ao ver seu corpo como objeto de si, o atleta da modernidade que busca extrapolar os próprios limites através do uso de doping compromete a sua existência subjugando-se aos sacrifícios, mutilações e aniquilações da sua própria vontade, do desejo de ser o criador da sua própria natureza. Entretanto, quando o sujeito domina esse corpo compreendido como um objeto instrumental e manipulável, quase externo, a partir de tais sacrifícios, ele destrói a si mesmo, pois não se deu conta de que esse corpo físico, biológico não está fora dele, mas é o próprio sujeito, a sua própria existência. O corpo é o homem, a sua linguagem e a sua única forma de mediar com o mundo.

Ao longo do desenvolvimento do esporte moderno, a vitória, objetivada nas funções máximas do corpo se confunde na identidade do atleta que alcança o pódio. Se o atleta é a vitória e seus ganhos, circunscritos no controle e ações do corpo, todo o processo de **se tornar** (grifo nosso) é secundarizado tanto no imaginário social, reflexo também de uma falta de educação crítico-reflexiva, quanto na mídia, incluindo a discussão mais profunda sobre o uso de doping ou de outras questões normativas ou éticas.

GOMES, Marta Correa; DOS SANTOS, Leonardo José Mataruna; DA SILVA, Paulo Rodrigo Pedroso. Educação Olímpica para Quê? Educação Olímpica para Quem? Representações e Práticas para uma Pedagogia Crítica do Olimpismo em Tópicos Especiais – O Doping entre Escolares. *PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review*, v. 3, n. 1, p. 38-49, 2014. Disponível em: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5037169. Acesso em: 5 set. 2024.

3. a) Espera-se que os estudantes reflitam que, devido ao intenso ritmo de treinos, os atletas necessitam de uma alimentação cuidadosa e específica para obter os nutrientes necessários ao seu bom desempenho. Uma vez que cada modalidade esportiva é diferente e demanda habilidades físicas específicas, além de dispender uma quantidade distinta de energia, os atletas precisam de dietas diferentes para otimizar o desempenho. A quantidade de comida necessária depende de fatores como idade, altura, peso, nível de intensidade da atividade praticada, gasto calórico, etc. Cada competidor tem uma constituição óssea, muscular e metabólica distinta, portanto as dietas devem ser pensadas de modo particular.

4. Respostas pessoais. Espera-se que a turma reflita sobre o fato de que o uso de *doping* no esporte de alto rendimento levanta questões éticas e filosóficas profundas, principalmente em relação à integridade do atleta e à essência do esporte. Ao buscar a perfeição técnica por meio de substâncias proibidas, o atleta instrumentaliza seu corpo, desumanizando-se e comprometendo sua existência. Essa prática não é justa, pois viola os princípios do *fair play* e a igualdade de condições, além de reduzir o esporte a uma busca por vitórias a qualquer custo, em detrimento do desenvolvimento integral do ser humano e dos valores associados à prática esportiva.

DESEMBARQUE

Após um percurso cheio de problematizações, vamos finalizar esse processo! Depois de explorar os valores olímpicos, questionar os legados do esporte, compreender a perspectiva inclusiva na prática de atividades físicas e seus estudos para o alto rendimento, chegou o momento de receber o festival cinematográfico sobre o mundo esportivo.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

FESTIVAL CINEMATOGRÁFICO SOBRE O MUNDO ESPORTIVO

Com a turma dividida em quatro grupos, converse com os colegas sobre o que vão fazer, de acordo com o quadro a seguir.

O quê	Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo.
Situação	O festival cinematográfico sobre o mundo esportivo será voltado a todos os estudantes do Ensino Médio, promovendo a consciência crítica sobre esse fenômeno para a comunidade escolar.
Tema	Conexões entre lazer, diversidade e inclusão no mundo esportivo.
Objetivos	1) Realizar o Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo para os estudantes do Ensino Médio. 2) Refletir e debater sobre os aspectos históricos, sociais, políticos e econômicos que envolvem o fenômeno esportivo. 3) Promover a integração, o respeito e a consciência crítica entre os estudantes por meio das práticas esportivas.
Quem é você	Um apreciador de produção cinematográfica e organizador do festival de filmes sobre o mundo esportivo.
Para quem	Todos os estudantes do Ensino Médio e a comunidade escolar.
Tipo de produção	Coletiva.

Rawpixel/iStock/Getty Images

Obras cinematográficas podem propiciar reflexões e debates sobre temas revelantes para a sociedade.

Preparação para o festival

1 **Para que o festival aconteça em harmonia, o primeiro passo é preparar o espaço e os filmes. Em grupo, e com a ajuda do professor, conversem sobre as seguintes questões:**

a) Quais são os espaços e os horários disponíveis na escola para a realização do Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo?

b) Onde serão realizadas as cerimônias de abertura e de encerramento?

Não escreva no livro.

c) Onde os filmes serão apresentados?
d) Que temáticas sobre o mundo esportivo esses documentários devem abordar?
e) Todas as turmas do Ensino Médio vão participar? Como será feito o convite?
f) Como serão realizados os debates após a apreciação dos filmes?
g) Vai existir um mediador para cada grupo debater as produções cinematográficas assistidas?
h) O que é preciso fazer para preparar os espaços escolares para receber o evento adequadamente?
i) Há infraestrutura ou elementos que permitem a acessibilidade de convidados com deficiências?
j) De que forma a mascote da turma, anfitriã do evento, vai aparecer?
k) Como será a decoração do evento?
l) Como se dará a limpeza do local após o encerramento?

2 **Sob a supervisão do professor e com a ajuda dos colegas, organizem, por meio de um sorteio, as equipes para a pesquisa dos filmes que vão compor o festival cinematográfico sobre o mundo esportivo. São necessários quatro grupos.**

Escolha dos filmes

3 **Com seu grupo, selecione filmes que problematizem conhecimentos de relevância social que fazem parte do mundo esportivo, como: racismo no esporte; as relações de gênero que atravessam o mundo esportivo; práticas esportivas para pessoas com deficiência; histórias de resistência de esportistas ao longo do tempo; ética esportiva e ciência.**

Divulgação dos filmes escolhidos

4 **Confeccione cartazes para divulgar os filmes que foram selecionados.**

- Ao produzir esse material, insira perguntas sobre a temática que será debatida em cada filme, a fim de instigar a curiosidade do público. Por exemplo, o grupo que ficou responsável por selecionar produções que problematizem o racismo no esporte pode questionar, no cartaz, se as pessoas conhecem histórias de atletas que superaram situações de preconceito e discriminação.
- Outra possibilidade é utilizar a mascote criada na 1ª Parada para auxiliar na divulgação do festival.

5 **Após a exibição de cada filme, deverá ser feito um cinedebate. Para isso, defina, com o auxílio dos colegas, quem representará o grupo na mediação.**

ENTRETENIMENTO A BORDO

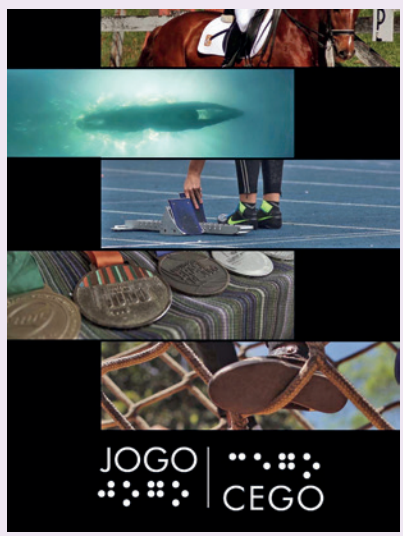
Forecast Pictures/ID/BR

Capa do documentário *Raça*, de 2016.

O documentário *Raça* conta a história de Jesse Owens (direção de Stephen Hopkins, 2016, 2h14min), atleta negro norte-americano ganhador de quatro medalhas de ouro na Olimpíada de Berlim, em 1936. Ele venceu atletas arianos em pleno regime nazista de Adolf Hitler.

Jogo Cego (direção de Cleber Zerbielli, 2016, 1h6min) é um documentário sobre esportes paralímpicos voltado a pessoas com deficiência visual. O filme conta a rotina de treinamentos e competições e mostra como o apoio da família e dos treinadores é essencial.

Prime Video/ID/BR



Capa do documentário *Jogo Cego*, de 2016.

Alvorada Filmes/ID/BR

O filme *Minas do futebol* (direção de Yugo Hattori, 2018, 50min) é um documentário esportivo sobre um time feminino de futebol da categoria sub-13 de São Paulo. A equipe participou de um campeonato masculino e chegou à final, superando as expectativas.

Capa do filme *Minas do futebol*, de 2018.

Semana do festival cinematográfico sobre o mundo esportivo: os direitos humanos em evidência

6 Uma das partes mais importantes de uma produção cinematográfica é a mensagem que a obra deixa para as pessoas. Dessa forma, chegou a hora de assistir aos filmes e organizar um cinedebate com todos os espectadores após cada sessão, realizando importantes reflexões sobre essas temáticas.

Finalizando o festival: vamos produzir fotografias sobre o esporte?

7 Após a finalização dos cinedebates, chegou o momento de a turma produzir fotografias relacionadas ao mundo esportivo. Pensando nisso, organizem-se em grupos de até cinco integrantes, que vão criar uma fotografia representando um dos temas debatidos no festival de filmes. Para a produção desse registro, desenvolva um cenário e pense em uma vestimenta que ajude na compreensão da mensagem que será transmitida com a produção.

8 Com a turma, imprima as fotografias e organize uma exposição na escola de imagens sobre temas de relevância social que atravessam o esporte. Convide os colegas para apreciar as imagens e, juntos, ampliem o debate sobre a importância da diversidade cultural no esporte e na sociedade.

ENTRETENIMENTO A BORDO

- Aprofunde seus conhecimentos sobre esportes paralímpicos lendo o livro *Esporte paralímpico*, de Marco Tulio de Melo e Ciro Winckler (Editora Atheneu, Rio de Janeiro, 2012).
  A obra discute os esportes paralímpicos em três partes: aspectos históricos, filosóficos e políticos; além de abordar os impactos da deficiência sobre o rendimento esportivo e a classificação esportiva das pessoas com deficiência.

Enigma Productions/ID/BR

- Assista ao filme *Carruagens de fogo* (direção de Hugh Hudson, 1981, 2h3min) e se emocione com a história dos atletas britânicos Eric Liddell (1902-1945) e Harold Abrahams (1899-1978).

Capa do filme *Carruagens de fogo*, de 1981.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Vamos avaliar a viagem que você fez ao mundo dos esportes como manifestação da Cultura Corporal de Movimento? Para isso, organize-se em uma roda de conversa e converse com os colegas e o professor sobre as questões a seguir.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

Todas as respostas destas subseções são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

1. Quais são as características e objetivos do olimpismo?
2. Apontem as semelhanças e as diferenças entre os Jogos Olímpicos e os Paralímpicos?
3. Por que diversas cidades do mundo não têm mais interesse em sediar megaeventos esportivos?
4. Por que a população ainda não valoriza os atletas paralímpicos brasileiros?
5. Cite o nome de mulheres que já conquistaram medalhas nos Jogos Olímpicos.
6. Quais tipos de pesquisa podem ser produzidos para ajudar na compreensão do fenômeno esportivo?
7. Qual é a preparação necessária para uma pessoa se tornar um atleta de alto rendimento?
8. Por que o esporte pode ser uma potente atividade de lazer para melhorar a qualidade de vida da população?
9. Como se pensar em um esporte da escola que realmente valoriza a participação de todos os estudantes nas atividades educativas?
10. Podemos considerar que existem produções cinematográficas que problematizam os fenômenos esportivos de forma aprofundada?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas destas subseções são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

1. O que achou de discutir questões sociológicas e filosóficas dos esportes?
2. Você considera importante compreender a influência da alimentação e do descanso para o desempenho de atletas profissionais?
3. Como foi vivenciar um esporte como a bocha paralímpica e o vôlei sentado?
4. Achou interessante conhecer a importância da ciência para melhorar o rendimento dos atletas?
5. Como enxerga a luta das mulheres por representatividade no mundo esportivo?
6. Quais são as preocupações para uma cidade tornar-se sede de um megaevento esportivo?
7. Destaque aspectos positivos e negativos da realização da Copa do Mundo de futebol masculino e da Olimpíada no Brasil.
8. Quais foram as histórias de atletas paralímpicos que você achou mais interessantes?
9. Quais são as diferenças entre o esporte vivenciado na escola e as modalidades esportivas praticadas em alto nível?
10. Como foi organizar um festival cinematográfico sobre o mundo esportivo na escola? Quais debates relacionados com a temática, na sua percepção, foram mais relevantes?

ENVELHECIMENTO ATIVO, SAÚDE COLETIVA E GINÁSTICA

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- refletir sobre o processo de envelhecimento ativo e os fatores que interferem na saúde ampliada como possibilidade para o planejamento de seu projeto de vida;
- entender as próprias modificações das capacidades físicas e funcionais ao longo da vida;
- perceber como os batimentos cardíacos são associados à intensidade das atividades físicas, além da influência de aspectos sociais e emocionais;
- vivenciar as limitações sensoriais e motoras em exercícios de treinamento funcional para pessoas idosas a fim de exercer a empatia e o respeito ao outro;
- compreender os benefícios da atividade física nos aspectos sociais, psicológicos e físicos para a manutenção da autonomia;
- valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais ao conhecer diferentes significados atribuídos às pessoas idosas e às atividades físicas em uma comunidade indígena;
- conhecer e fotografar as atividades corporais praticadas por idosos de sua comunidade;
- agir coletivamente com princípios solidários e organizar um evento sobre as práticas corporais de pessoas idosas da comunidade na escola.

A atividade física é importante em qualquer idade. Na foto, pessoas praticam ioga ao ar livre na Chapada dos Veadeiros, em Alto Paraíso de Goiás (GO), 2023.

CAPÍTULO

4

André Dib/Pulsar Imagens

EMBARQUE

É possível planejar a velhice? Você considera que, como adolescente, tem de pensar nessa fase da vida? Embarque nesta viagem para conhecer diferentes maneiras de envelhecer.

FOCO NA IMAGEM

1. a) Espera-se que os estudantes mencionem que as práticas da Cultura Corporal de Movimento, além de ajudar a manter o corpo saudável, favorecem a socialização, permitindo às pessoas que se relacionem umas com as outras, o que consequentemente auxilia na saúde mental.
1. b) Espera-se que os estudantes respondam que não, pois as práticas da Cultura Corporal de Movimento proporcionam benefícios para pessoas de qualquer idade.
1. c) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes identifiquem algumas práticas corporais, como hidroginástica e *tai chi chuan*.

1 Observe as imagens a seguir de atividades corporais praticadas por pessoas idosas. Depois, converse com os colegas e o professor sobre as questões.

FG Trade/iStock/Getty Images

Idosa realiza alongamento na piscina durante hidroginástica, em 2023.

Parkpoom/iStock/Getty Images

Praticantes de *tai chi chuan* se exercitam ao ar livre.

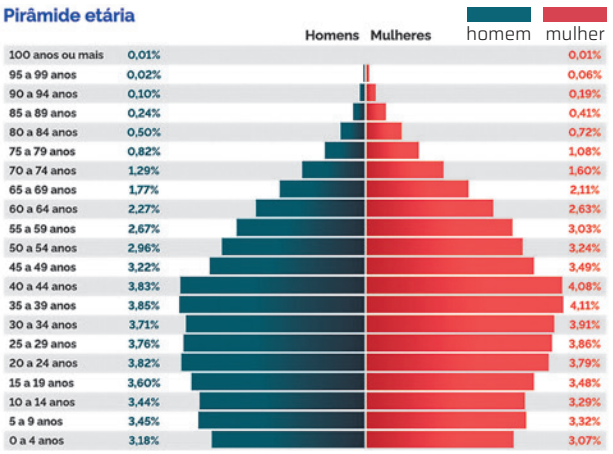
a) Além dos benefícios físicos, que outros efeitos as práticas da Cultura Corporal de Movimento podem proporcionar aos idosos?

b) Os efeitos discutidos na questão anterior são benéficos apenas para as pessoas idosas?

c) Você conhece as atividades corporais que as pessoas estão executando nas imagens? Já experimentou alguma delas ou conhece alguém que as pratica? Que atividades as pessoas idosas de sua comunidade praticam?

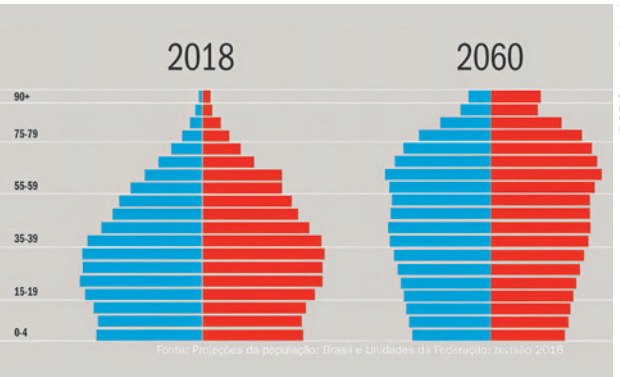
2 Observe duas pirâmides etárias divulgadas em relatórios do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), uma de 2022 e outra com projeção para 2060.

IBGE/Governo Federal



Distribuição da população brasileira em 2022, por faixa etária. Fonte: IBGE. *Censo 2022 – Panorama*. Disponível em: https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/?utm_source=ibge&utm_medium=home&utm_campaign=portal. Acesso em: 30 set. 2024.

IBGE/Governo Federal



Projeção da distribuição da população brasileira por faixa etária em 2060. Fonte: PERISSÉ, Camille; MARLI, Mônica. *Agência IBGE Notícias*, 19 mar. 2019. Idosos indicam caminhos para uma melhor idade. Disponível em: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/24036-idosos-indicam-caminhos-para-uma-melhor-idade. Acesso em: 30 set. 2024.

- Apresente para a turma a sua interpretação sobre a diferença entre a quantidade de idosos em 2022 e a prevista para 2060, e debatam sobre a relação dos dados com a necessidade da existência de políticas públicas para pessoas nessa faixa de idade. **2.** Espera-se que os estudantes identifiquem que, futuramente, o número de pessoas idosas será maior, pois em 2060 haverá o estreitamento da base (menos crianças e jovens) e o alargamento do corpo (adultos) e do topo da pirâmide (idosos), indicando que o Brasil deve seguir a tendência mundial de envelhecimento populacional, com a predominância de mulheres. Em razão desses dados, é importante a implementação de políticas públicas voltadas para pessoas idosas a fim de assegurar inclusão, respeito e valorização.

Não escreva no livro.

FOCO NO DIÁLOGO

3 **Após a análise das imagens e das pirâmides etárias, leia a seguir um trecho de um texto escrito pela psicóloga especialista em envelhecimento Maria Celia de Abreu (1944-).**

[...]

A velhice é um fenômeno ao qual não se pode ficar alheio, isso vale para você como indivíduo e como cidadão. Do ponto de vista pessoal, há uma grande probabilidade de que sua vida se prolongue velhice adentro. Do ponto de vista de sua interação com os outros, a população de velhos está aumentando tanto, no Brasil e no mundo, que será impossível não interagir com ela. Quem vai morar nas casas que você projeta, mobiliadas pelos utensílios que você inventa, usar as roupas e os acessórios que você cria, fazer os passeios que você indica, movimentar os restaurantes que você administra, preencher os hospitais em que você trabalha, consumir arte, cultura, lazer, serviços cosméticos, medicamentos, etc. é em grande parte o velho. Tanto porque ele cresce de forma exponencial como porque ele pode ter certa liberdade financeira que lhe permita consumir.

[...]

ABREU, Maria Celia de. *Velhice*: uma nova paisagem. São Paulo: Ágora, 2017.

- No texto, afirma-se que "A velhice é um fenômeno ao qual não se pode ficar alheio [...]" e são apresentados dois pontos a esse respeito: o pessoal e o social. Reflita sobre eles e debata com os colegas e o professor as questões a seguir. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

a) Os jovens têm facilidade de aceitar que serão idosos e têm como se planejar para isso? Como você lida com essa perspectiva? **3. a)** Respostas pessoais.

b) Como os jovens da sua faixa etária costumam tratar as pessoas idosas? Reflita sobre os aspectos que envolvem a vida dessas pessoas, como relações afetivas e sociais, relações de consumo, etc. **3. b)** Resposta pessoal. Aponte a necessidade de rever a desvalorização e o preconceito em relação às pessoas idosas, de se projetar e se preparar para a vida na velhice.

c) Como se pode projetar a vida financeira hoje para quando for idoso? Seria possível garantir estabilidade econômica nessa fase da vida? Você já pensou sobre isso? Você acha que esse planejamento é possível para todos, considerando as diferenças de renda, gênero, cor da pele, etc.? **3. c)** Respostas pessoais.

d) Você percebe crescimento populacional de pessoas idosas em sua comunidade? Em que espaços eles estão presentes? Identifique os produtos e serviços que eles consomem e como ocupam o tempo de lazer e compartilhe com os colegas. Analise as diferenças sociais nos exemplos que a turma apresentou.
3. d) Respostas pessoais.

4 **Atualmente as pessoas idosas têm garantia legal de direitos de saúde, trabalho, assistência social, habitação, transporte, educação, cultura e práticas corporais, em especial pelo Estatuto da Pessoa Idosa, sancionado pela Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003. Leia alguns artigos do Estatuto e responda às questões no caderno.**

Art. 1º É instituído o Estatuto da Pessoa Idosa, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos.

Art. 2º O idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade.

Art. 3º É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

[...]

BRASIL. Lei n. 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Brasília, 1º out. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm. Acesso em: 29 jun. 2024.

a) Debata com a turma a importância de uma estrutura e de um projeto coletivo, que abranja toda a sociedade, para garantir aos cidadãos condições de fazer um plano de vida até essa fase. **4. a)** Respostas pessoais.

b) Pesquise referências sobre de que formas sua comunidade atua para assegurar o acesso aos direitos estabelecidos no Estatuto da Pessoa Idosa. **4. b)** Respostas pessoais.

c) Converse com os colegas e o professor: como o Estatuto da Pessoa Idosa pode ser um importante instrumento para fomentar o uso do tempo para o lazer de pessoas dessa faixa etária? **4. c)** Ao prever garantias para que as pessoas idosas se aperfeiçoem moral, intelectual, espiritual e socialmente, com dignidade e liberdade, o Estatuto da Pessoa Idosa possibilita às pessoas acima dos 60 anos que desenvolvam capacidades que foram relegadas a segundo plano durante o tempo em que estiveram ocupadas no mercado de trabalho e na criação da família, por exemplo.

Não escreva no livro.

NA ESTRADA

Esta viagem vai permitir que você perceba diferentes pontos de vista a respeito do envelhecimento, desde práticas da Cultura Corporal de Movimento até a realização de projetos de vida.

1ª PARADA

Existem diferentes maneiras de envelhecer

JLco - Julia Amaral/iStock/Getty Images

O processo de envelhecimento é um fenômeno natural complexo e multidimensional que ocorre no organismo desde o nascimento até a morte. A velhice é a última etapa desse processo, mas não precisa ser necessariamente algo negativo. Há várias maneiras de envelhecer, e é possível pensar sobre elas desde a juventude.

Casal de idosos durante passeio em Salvador (BA), 2024.

1 **Leia um artigo de opinião escrito pelo médico Drauzio Varella. Depois, no caderno, responda às questões propostas sobre o processo de envelhecimento.**

A arte de envelhecer

É graças à arte de envelhecer com sabedoria que aceitamos ambiguidades, diferenças e contraditórios, abrindo espaço para uma diversidade de experiências.

Achei que estava bem na foto. Magro, olhar vivo, rindo com os amigos na praia. Quase não havia cabelos brancos entre os poucos que sobreviviam. Comparada ao homem de hoje, era a fotografia de um jovem.

Tinha 50 anos naquela época, entretanto, idade em que me considerava bem distante da juventude. Se me for dado o privilégio de chegar aos 90 em pleno domínio da razão, é possível que uma imagem de agora me cause impressão semelhante.

O envelhecimento é sombra que nos acompanha desde a concepção: o feto de seis meses é muito mais velho do que o embrião de cinco dias.

Lidar com a inexorabilidade desse processo exige uma habilidade na qual somos inigualáveis: a adaptação. Não há animal capaz de criar soluções diante da adversidade como nós, de sobreviver em nichos ecológicos que vão do calor tropical às geleiras do Ártico.

[...]

A exaltação da juventude como o período áureo da existência humana é um mito das sociedades ocidentais. Confinar aos jovens a publicidade dos bens de consumo, exaltar a estética, os costumes e os padrões de comportamento característicos dessa faixa etária têm o efeito perverso de insinuar que o declínio começa assim que essa fase se aproxima do fim.

A ideia de envelhecer aflige mulheres e homens modernos, muito mais do que afligia nossos antepassados. Sócrates tomou cicuta aos 70 anos, Cícero foi assassinado aos 63, Matusalém, sabe-se lá quantos anos teve, mas

Não escreva no livro.

1. a) Segundo o autor, a expectativa de vida no passado era muito inferior à expectativa de vida atual e, por isso, não havia tanta preocupação com as situações relacionadas a esse período da vida.

seus contemporâneos gregos, romanos ou judeus viviam em média 30 anos. No início do século 20, a expectativa de vida ao nascer, nos países da Europa mais desenvolvida, não passava dos 40 anos.

A mortalidade infantil era altíssima, epidemias de peste negra, varíola, malária, febre amarela, gripe e tuberculose dizimavam populações inteiras. Nossos ancestrais viveram num mundo devastado por guerras, enfermidades infecciosas, escravidão, dores sem analgesia e a onipresença da mais temível das criaturas. Que sentido haveria em pensar na velhice, quando a probabilidade de morrer jovem era tão alta? Seria como hoje preocupar-nos com a vida aos cem anos de idade, que pouquíssimos conhecerão.

Os que estão vivos agora têm boa chance de passar dos 80. Se assim for, é preciso sabedoria para aceitar que nossos atributos se modificam com o passar dos anos. Que nenhuma cirurgia devolverá, aos 60, o rosto que tínhamos aos 18, mas que envelhecer não é sinônimo de decadência física para aqueles que se movimentam, não fumam, comem com parcimônia, exercitam a cognição e continuam atentos às transformações do mundo.

Considerar a vida um vale de lágrimas no qual submergimos de corpo e alma ao deixar a juventude, é torná-la experiência medíocre. Julgar aos 80 anos, que os melhores foram aqueles dos 15 aos 25 é não levar em conta que a memória é editora autoritária, capaz de suprimir por conta própria as experiências traumáticas e relegar ao esquecimento as inseguranças, medos, desilusões afetivas, riscos desnecessários [...].

Nada mais ofensivo para o velho do que dizer que ele tem "cabeça de jovem". É considerá-lo mais inadequado do que o rapaz de 20 anos que se comporta como criança de 10.

Ainda que maldigamos o envelhecimento, é ele que nos traz a aceitação das ambiguidades, das diferenças, do contraditório e abre espaço para uma diversidade de experiências com as quais nem sonhávamos anteriormente.

VARELLA, Drauzio. A arte de envelhecer. *Drauzio*, 13 set. 2019. Disponível em: https://drauziovarella.uol.com.br/drauzio/artigos/a-arte-de-envelhecer-artigo/. Acesso em: 2 jul. 2024.

a) O artigo de opinião apresenta diversos argumentos para compreendermos o posicionamento do autor sobre o envelhecimento na sociedade contemporânea. Levando isso em consideração, responda: Que argumento é mobilizado pelo autor para evidenciar que hoje estamos muito mais preocupados com o envelhecimento do que no passado?

b) Por que Drauzio Varella afirma que não há nada mais ofensivo para o idoso do que dizer que ele tem "cabeça de jovem"?

- Você concorda com Drauzio Varella? Comente com os colegas.

1. b) (item) Respostas pessoais.

c) De acordo com o texto, como o envelhecimento pode acontecer de maneira saudável?

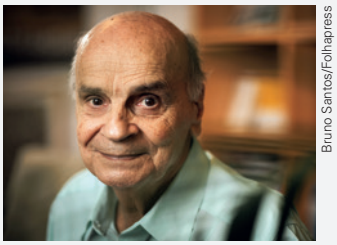
2 **Em 2005, a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou o documento "Envelhecimento ativo: uma política de saúde".**

- Qual é a sua hipótese sobre o que é envelhecimento ativo? Converse com os colegas e o professor. **2.** Resposta pessoal.

3 **Leia os principais conceitos do envelhecimento ativo e verifique se sua hipótese está de acordo com as definições da OMS.** **3.** Resposta pessoal.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Drauzio Varella (1943-), nascido em São Paulo, é médico, cientista e escritor. É conhecido por levar informações médicas com linguagem acessível à população por meio de programas de rádio, televisão e internet.



Bruno Santos/Folhapress

O médico Drauzio Varella, em 2023.

1. b) Porque, quando se diz isso, desconsideram-se as experiências e as vivências dos idosos, reforçando o estereótipo de se valorizar a juventude.

1. c) De acordo com o texto, o envelhecimento saudável ocorre "[...] para aqueles que se movimentam, não fumam, comem com parcimônia, exercitam a cognição e continuam atentos às transformações do mundo".

VALE VISITAR

- Já imaginou que interessante seria um time em que a única exigência para participar da equipe é ter mais de 80 anos? Conheça o time sênior de basquete feminino da cidade de San Diego, Califórnia, nos Estados Unidos, em: https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/um-time-de-basquete-so-para-mulheres-acima-de-80-anos/. Acesso em: 27 jul. 2024.

[...]

Envelhecimento ativo é o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas.

[...]

A palavra "ativo" refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho. [...]

[...]

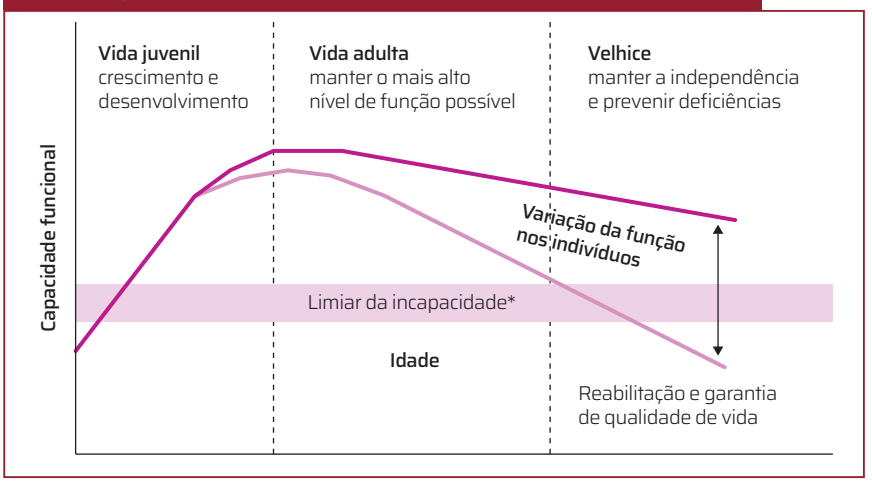
Qualidade de vida é "a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. [...]" (OMS, 1994). [...]

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Envelhecimento ativo*: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 16 set. 2024.

4. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem que estão na fase ascendente da curva de capacidade funcional, mas que haverá uma estabilização na fase adulta e um declínio na velhice. Destaque a diferença entre as duas curvas no gráfico, que representa o grau de aceleração das perdas funcionais decorrentes do estilo de vida (atividade física, alimentação, tabagismo, etc.). Ressalte que esse declínio pode ser reversível em qualquer idade.

4 **Analise o gráfico a seguir, localize em que fase da vida você se encontra e interprete o que isso significa em termos de capacidade funcional no seu curso de vida. Qual é a perspectiva de sua capacidade funcional nos próximos anos? Registre sua resposta no caderno.**

MATUTENÇÃO DA CAPACIDADE FUNCIONAL DURANTE O CURSO DE VIDA



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR

Gráfico que representa a manutenção da capacidade funcional durante o curso de vida.

Fonte: WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Envelhecimento ativo*: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 18 out. 2024.

A importância das políticas públicas no envelhecimento

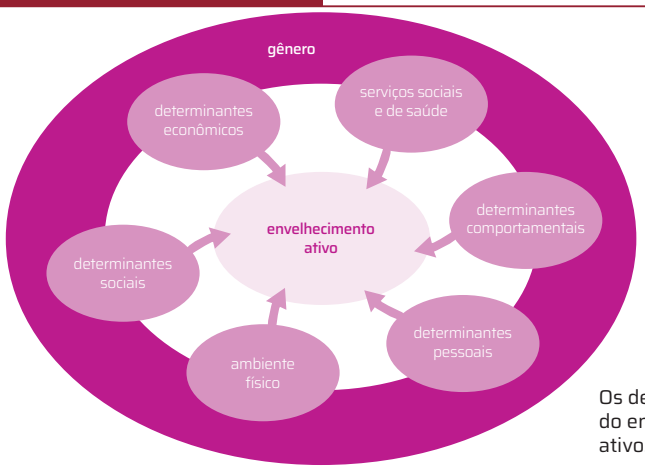
Com o processo de envelhecimento populacional, são fundamentais as políticas públicas que garantam uma velhice ativa e autônoma. Elas são um conjunto de ações do governo que influencia a vida dos cidadãos. O documento da OMS faz o seguinte chamado:

> [...] A hora para planejar e agir é agora.
>
> Em todos os países, e especialmente nos países em desenvolvimento, medidas para ajudar pessoas mais velhas a se manterem saudáveis e ativas são uma necessidade, não um luxo.
>
> [...]

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Envelhecimento ativo*: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 16 set. 2024.

5 **Veja, no infográfico a seguir, os fatores que podem influenciar as condições de saúde das pessoas idosas e reflita sobre esses determinantes em sua comunidade com base nos questionamentos dos tópicos.**

OS DETERMINANTES DO ENVELHECIMENTO ATIVO



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR

Os determinantes do envelhecimento ativo.

Fonte: WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Envelhecimento ativo*: uma política de saúde. Tradução: Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 18 out. 2024.

Não escreva no livro.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Cultura e gênero

a) Quais são os valores e as tradições que a sua comunidade tem em relação às pessoas idosas e ao processo de envelhecimento? Você acredita que envelhecer é sinônimo de doenças ou conhece a perspectiva de velhice bem-sucedida e envelhecimento ativo?

b) Qual é o *status* das mulheres em sua comunidade? Elas são as únicas responsáveis pelos cuidados da família? Elas têm trabalho remunerado? Os homens de sua comunidade estão mais propensos à violência e à morte prematura?

Serviços sociais e de saúde: apoio social, educação e alfabetização, convívio e relações afetivas

c) Você conhece serviços sociais e de saúde em sua comunidade? Sabe o que é Sistema Único de Saúde (SUS)? Conhece direitos e serviços como hospital-dia, pensões, subsídios financeiros, treinamento e serviços de saúde em domicílio?

d) Você tem conhecimentos para estimular uma imagem realista e positiva do envelhecimento ativo e confrontar estereótipos negativos sobre o envelhecimento?

Econômicos

Assista ao documentário com a turma e reflita sobre as diferentes formas de envelhecer no contexto brasileiro. O documentário pode ser assistido na íntegra em: https://www.youtube.com/watch?v=_biFEZgRYd0 (acesso em: 16 set. 2024).

e) As pessoas idosas de sua comunidade possuem renda suficiente para suprir suas necessidades e anseios? Têm proteção social, trabalho, preparação financeira e aposentadoria? Você sabe o que é previdência social?

Ambiente físico

f) A comunidade conhece os caminhos para solicitar programas de prevenção de quedas, eliminar riscos nos lares e receber informações sobre segurança?

g) As pessoas idosas de sua comunidade possuem moradia segura, acessível e sem barreiras? Todas têm acesso a água limpa, ar puro e alimentos saudáveis?

Pessoais

h) Em sua comunidade, há programas que incentivam a autonomia, as habilidades cognitivas e o bem-estar psicológico das pessoas idosas?

Comportamentais (tabagismo, atividade física, alimentação saudável, saúde oral, álcool, adesão a medicamentos)

i) Há oportunidades acessíveis, baratas e agradáveis para as pessoas idosas permanecerem ativas, como áreas para andar e parques seguros?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O documentário *Quantos dias, quantas noites* (2023, direção de Cacau Rhoden) traz à tona esta investigação essencial no nosso século: a revolução da longevidade já começou e veio para transformar o futuro de todas as gerações.

Vários pensadores sobre o envelhecimento nos convidam a enxergar as oportunidades e as desigualdades nesse tema, além da nossa própria conexão com o tempo e com a idade.

Em estudo sobre envelhecimento, alguns estudiosos afirmam:

> [...] reforça-se a ideia de uma velhice bem-sucedida para quem segue as recomendações médicas e faz escolhas saudáveis, sem levar em conta os determinantes sociais e o papel do Estado na promoção da saúde do idoso.

COSTA, Márcia Cristina Rocha; SANTOS, Maria Ligia Rangel; BROTAS, Antonio Marcos Pereira. A saúde do idoso na televisão: prescrição de estilo de vida saudável. *Saúde em Debate* [*on-line*]. 2018, v. 42, n. spe2, p. 262-274. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0103-110420185218. Acesso em: 22 jun. 2024.

6 **Identifique as diferenças sociais apresentadas na imagem ao lado e converse com os colegas se elas são comuns em sua cidade. Depois, responda no caderno: considerando os determinantes do envelhecimento ativo, o que pode ser alterado em sua comunidade?** **6.** Resposta pessoal.

Camila Anselmé/ID/BR

Representação do contraste da desigualdade social que afeta as grandes cidades.

#ficaadica

Uma ação que pode ser realizada em relação ao setor público é escrever uma carta à prefeitura ou subprefeitura solicitando segurança, limpeza e locais para a prática da Cultura Corporal de Movimento em sua comunidade.

A construção da saúde ao longo do tempo

De acordo com um importante documento, a "Carta de Ottawa", a saúde é construída pelo autocuidado, pela capacidade de tomar decisões e de ter controle sobre as circunstâncias da própria vida.

BAGAGEM

Nas últimas décadas, as discussões apontam para o novo conceito de saúde, que evita as relações de causa-efeito típicas da abordagem biomédica e realça a sua natureza plurifatorial, que envolve bem-estar físico, mental e social. Esse novo enfoque pôde ser evidenciado na Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde, em que a OMS, em 1986, deixou registrada a seguinte definição na "Carta de Ottawa":

> Promoção da saúde é o nome dado ao processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o meio ambiente.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Carta de Ottawa. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf. Acesso em: 22 jun. 2024.

A "Carta de Ottawa" sugere ações legislativas, fiscais e organizacionais visando à diminuição das desigualdades sociais e à melhoria da qualidade de vida da população. Nela foram enumeradas cinco estratégias essenciais para a promoção da saúde: construção de políticas públicas saudáveis; desenvolvimento de habilidades pessoais; criação de ambientes favoráveis à saúde; fortalecimento da ação comunitária; e reorientação dos serviços de saúde. Ela é uma carta de intenções que busca contribuir para as políticas de saúde em todos os países, de forma equânime e universal.

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

7 **Você conhece seu processo de desenvolvimento e envelhecimento? Percebe suas potencialidades e limitações em relação às suas capacidades físicas para fazer escolhas adequadas de acordo com suas necessidades e desejos em relação à prática da Cultura Corporal de Movimento? Registre suas respostas no caderno.**

7. Respostas pessoais.

8 **A adolescência compreende uma fase da vida em que há um contínuo crescimento e desenvolvimento físico, mas você sabia que uma de suas capacidades físicas já está em declínio desde a infância? Você imagina qual seja? Registre suas respostas no caderno.** **8.** Respostas pessoais.

9 **Na atividade a seguir, você vai avaliar sua flexibilidade. Você percebe se já perdeu parte de sua capacidade física desde a infância? Sabe como diminuir essa perda e quais são as implicações disso quando for idoso? Registre suas respostas no caderno.** **9.** Respostas pessoais.

10 **Agora você vai fazer alguns movimentos para testar sua flexibilidade.**

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

Teste de sentar e alcançar

Material

- Fita métrica
- Fita adesiva

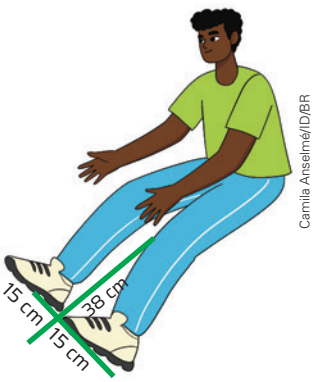
Como fazer

Orientação

- O professor vai preparar o espaço com a fita métrica e a fita adesiva. Com os joelhos estendidos e as mãos sobrepostas, incline-se lentamente e estenda as mãos para a frente o mais distante possível. Permaneça nessa posição o tempo necessário para a distância ser anotada. Serão realizadas duas tentativas.

Anotação

- O resultado é medido em centímetros a partir da posição mais longínqua que você conseguir alcançar na escala com as pontas dos dedos. Registram-se os resultados com uma casa após a vírgula. Para a avaliação, será utilizado o melhor resultado.



Camila Anselmé/ID/BR

Representação de movimentos propostos para testar a flexibilidade.

Não escreva no livro.

- Compare seu resultado com os dados do quadro a seguir.

	IDADE	FRACO	RAZOÁVEL	BOM	MUITO BOM	EXCELENTE
Masculino	6	< 34,3	34,3 - 41,2	41,3 - 50,3	50,4 - 73,9	≥ 74,0
	7	< 33,3	33,3 - 39,6	39,7 - 47,9	48,0 - 68,4	≥ 68,5
	8	< 32,3	32,3 - 38,3	38,4 - 45,9	46,0 - 63,9	≥ 64,0
	9	< 31,3	31,3 - 37,1	37,2 - 44,5	44,6 - 61,4	≥ 61,5
	10	< 30,4	30,4 - 36,4	36,5 - 43,8	43,9 - 60,7	≥ 60,8
	11	< 29,8	29,8 - 35,6	35,7 - 42,9	43,0 - 59,2	≥ 59,3
	12	< 29,4	29,4 - 35,1	35,2 - 42,1	42,2 - 57,8	≥ 57,9
	13	< 29,1	29,1 - 35,2	35,3 - 42,8	42,9 - 60,5	≥ 60,6
	14	< 28,7	28,7 - 35,6	35,7 - 44,7	44,8 - 67,1	≥ 67,2
	15	< 28,4	28,4 - 36,3	36,4 - 46,9	47,0 - 73,7	≥ 73,8
	16	< 28,4	28,4 - 36,7	36,8 - 48,0	48,1 - 76,5	≥ 76,6
	17	< 28,7	28,7 - 36,8	36,9 - 47,9	48,0 - 76,1	≥ 76,2
	IDADE	**FRACO**	**RAZOÁVEL**	**BOM**	**MUITO BOM**	**EXCELENTE**
Feminino	6	< 37,0	37,0 - 43,8	43,9 - 52,5	52,6 - 73,4	≥ 73,4
	7	< 35,3	35,3 - 41,8	41,9 - 49,9	50,0 - 69,1	≥ 69,1
	8	< 33,8	33,8 - 40,0	40,1 - 47,8	47,9 - 65,7	≥ 65,7
	9	< 32,4	32,4 - 38,6	38,7 - 46,2	46,3 - 63,6	≥ 63,6
	10	< 31,3	31,3 - 37,5	37,6 - 45,3	45,4 - 62,6	≥ 62,6
	11	< 30,6	30,6 - 36,7	36,8 - 44,2	44,3 - 61,0	≥ 61,0
	12	< 30,4	30,4 - 36,3	36,4 - 43,6	43,7 - 60,1	≥ 60,1
	13	< 30,3	30,3 - 36,6	36,7 - 44,5	44,6 - 62,9	≥ 62,9
	14	< 30,1	30,1 - 37,2	37,3 - 46,5	46,6 - 69,5	≥ 69,5
	15	< 29,6	29,6 - 37,8	37,9 - 48,8	48,9 - 77,1	≥ 77,1
	16	< 29,2	29,2 - 37,8	37,9 - 49,5	49,6 - 80,1	≥ 80,1
	17	< 28,9	28,9 - 37,4	37,5 - 48,9	49,0 - 79,0	≥ 79,0

Fonte: GAYA, Anelise Reis; GAYA, Adroaldo *et al. Projeto Esporte Brasil, PROESP-Br.* Manual de medidas, testes e avaliações. Porto Alegre: UFRGS/ESEFID, 2021. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/217804. Acesso em: 16 set. 2024.

11 **Como está sua *performance* no teste de flexibilidade? Você se sente satisfeito com ela? Qual foi o determinante social que influenciou o seu desempenho? Registre suas respostas no caderno.** **11.** Respostas pessoais.
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

#ficaadica

A flexibilidade é a capacidade física relacionada à amplitude articular dos movimentos exercidos pelo corpo.

Não escreva no livro.

BAGAGEM

A prática dos *asanas* não deve causar dor ou desconforto. Por isso, faça a sequência lentamente e com atenção aos limites do seu corpo. A cada movimento, observe suas sensações, procurando não exceder seus limites. Cada ciclo de respiração é composto de inspiração profunda e expiração controlada, e deve ser realizado lenta e conscientemente. Se for possível, utilize um colchonete ou um tecido de apoio durante a execução das posturas.

Ioga: prática milenar

Agora você vai realizar movimentos de um elemento da Cultura Corporal de Movimento que estimula a flexibilidade e pode ser praticada tanto por jovens quanto por pessoas idosas: a ioga! Mas, antes, vamos conhecer um pouco essa prática corporal.

A ioga é uma prática de atividade física milenar, cujo termo em sânscrito, *yoga*, significa "união de corpo, mente e espírito". O conjunto de exercícios sistematizados que constituem a ioga, que envolvem principalmente postura e respiração, tem origem na região da Índia há mais de 5 000 anos e está fortemente relacionado à filosofia e à religião hinduísta.

A hataioga (*hatha yoga*) é uma das versões da ioga mais populares no Brasil e propõe a prática de diferentes posturas corporais, originalmente chamadas de *asanas* (posturas, em sânscrito), para o aprimoramento físico, mental e espiritual de seus praticantes.

A ioga faz parte das chamadas "ginásticas de conscientização corporal", que englobam práticas com movimentos suaves e lentos para gerar a consciência da postura e da respiração. Os objetivos estão voltados ao autoconhecimento, bem como ao respeito à individualidade e aos limites corporais, sem a necessidade de adequar o corpo a determinado padrão. Os efeitos são as melhoras da qualidade de vida, da saúde, da sensação de bem-estar e do autocuidado.

13. Porque essa prática milenar oriental procura integrar a corporeidade, a mentalidade e a espiritualidade.

12 **Você sabia que a ioga era uma atividade física tão antiga? O que a faz ainda ser praticada após tanto tempo? Registre suas respostas no caderno.**
12. Respostas pessoais.

13 **Na ioga, que pode ser classificada como uma ginástica de conscientização corporal, predomina a visão integrada do ser humano. Por quê? Registre sua resposta no caderno.**

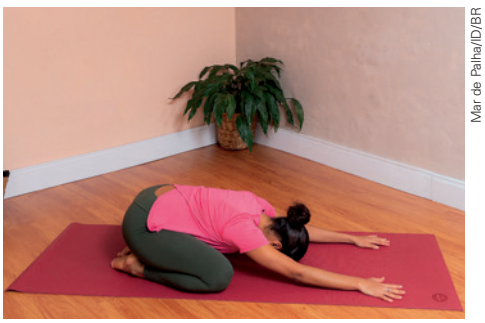
14 **Você já praticou ioga? Chegou a hora de realizar movimentos corporais dessa prática com a turma! Para isso, siga as orientações do professor.** **14.** Resposta pessoal.

Sequência de *asanas* (posturas) da ioga

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Como fazer

- *Balasana* (postura da criança): com as pernas unidas e dobradas, sente-se nos próprios calcanhares, desça o tronco na direção dos joelhos, deixe os braços estendidos para a frente e empurre a cabeça em direção ao chão, sem fazer muita força. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.



Mar de Palha/ID/BR

Posição *balasana*.

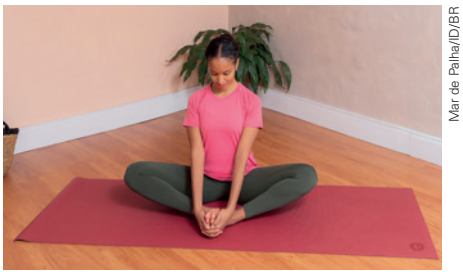
Mar de Palha/ID/BR

- *Dandasana* (postura do bastão): sente-se sobre os glúteos, com as pernas unidas e estendidas à frente do corpo, mantenha a coluna alinhada. Apoie as mãos no chão logo atrás do tronco para auxiliar na manutenção da postura. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

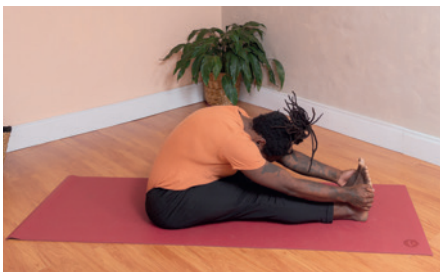
Posição *dandasana*.

Não escreva no livro.

- *Badhakonasana* (postura da borboleta): sente-se sobre os glúteos, mantenha a coluna alinhada, una as solas dos pés e os aproxime do quadril com o auxílio das mãos. Faça um pouco de força para aproximar o máximo que puder os joelhos flexionados do chão. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.


Mar de Palha/ID/BR

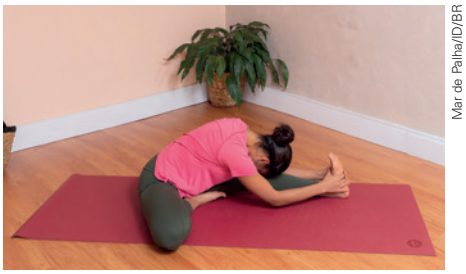
Posição *badhakonasana*.


Mar de Palha/ID/BR

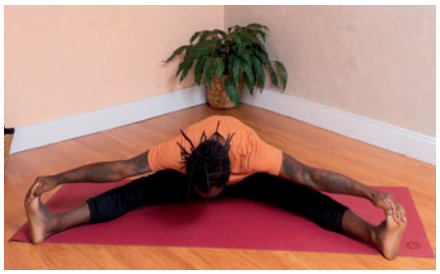
Posição *paschimottanasana*.

- *Paschimottanasana* (postura da pinça): sente-se sobre os glúteos, com as pernas unidas e estendidas à frente do corpo, desça o tronco para a frente o máximo que puder até sentir uma tensão na parte posterior da coxa. Use as mãos para segurar os pés ou as pernas e auxiliar na manutenção da postura. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

- *Janushirasana* (postura da testa no joelho): sente-se sobre os glúteos, estenda uma das pernas à frente, a outra deve permanecer flexionada com o pé tocando o lado interno da coxa. Desça o tronco para a frente o máximo que puder, projetando a cabeça na direção do joelho. Use as mãos para segurar o pé e auxiliar na manutenção da postura. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração. Repita o movimento com a outra perna.


Mar de Palha/ID/BR

Posição *janushirasana*.


Mar de Palha/ID/BR

Posição *upavistha konasana*.

- *Upavistha konasana* (postura das mãos nos pés): mantenha as pernas afastadas e estendidas o máximo que puder. Segure a ponta dos pés com cada uma das mãos e desça o tronco para a frente até sentir uma tensão na parte de trás da coxa. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

- *Vrksasana* (postura da árvore): de pé, com o tronco ereto, mantenha-se equilibrado em uma das pernas. Em seguida, flexione o joelho da outra perna e apoie a sola do pé no lado interno da coxa de apoio. Então, erga os dois braços estendidos acima da cabeça, unindo as palmas das mãos. Repita o movimento com a outra perna. Mantenha o abdome levemente contraído para proteger a região lombar. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

Mar de Palha/ID/BR

Posição *vrksasana*.

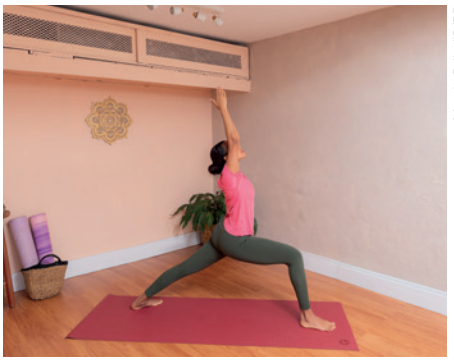
Mar de Palha/ID/BR

Posição *utkatasana*.

- *Utkatasana* (postura da cadeira): deixe as pernas próximas e paralelas umas às outras, os joelhos flexionados, a coluna alinhada e os braços estendidos acima da cabeça, alinhando-os à coluna. Em seguida, flexione os joelhos e o quadril em aproximadamente 90 graus, sem perder o alinhamento. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

Não escreva no livro.

- *Virabhadrasana I* (postura do guerreiro I): de pé, com o tronco ereto, avance uma perna para a frente flexionando o joelho até chegar a um ângulo de 90 graus, mantendo a perna de trás completamente estendida. Em seguida, una as duas mãos acima da cabeça com os braços estendidos e alinhados ao tronco. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração. Repita o movimento com a outra perna.


Mar de Palha/ID/BR

Posição *virabhadrasana I*.

Mar de Palha/ID/BR

Posição *virabhadrasana II*.

- *Virabhadrasana II* (postura do guerreiro II): afaste os pés e abra os braços à altura dos ombros, paralelos ao chão, com as palmas das mãos voltadas para baixo. Vire o pé direito em 90 graus para fora; o pé esquerdo deve ficar para dentro, voltado para o lado direito. Dobre o joelho direito a 90 graus; a perna esquerda deve ficar esticada. Olhe em direção à mão direita e permaneça na postura por oito ciclos de respiração. Repita o movimento com a outra perna.

- *Virabhadrasana III* (postura do guerreiro III): de pé, avance o tronco para a frente, retirando uma das pernas do chão até que ela fique na mesma altura da cabeça, deixando as duas pernas estendidas. Os braços devem estar estendidos e alinhados com a coluna, formando a figura de um T (ou até a altura que for mais confortável). Mantenha o abdome levemente contraído e permaneça na postura por oito ciclos de respiração. Repita o movimento com a outra perna.

Mar de Palha/ID/BR

Posição *virabhadrasana III*.

Mar de Palha/ID/BR

Posição *trikonasana*.

- *Trikonasana* (postura do triângulo): de pé, afaste as duas pernas, mantendo-as estendidas. Desça o tronco alinhado até que a mão direita toque o pé direito; em seguida, mantenha a postura do tronco e estenda o braço esquerdo para cima, alinhado ao braço direito. Mantenha o abdome levemente contraído e permaneça na postura por oito ciclos de respiração. Repita o movimento do outro lado.

- *Malasana* (postura da guirlanda): afaste os pés na largura dos ombros apontando-os para fora. Mantenha a coluna alinhada e, em seguida, faça um agachamento até o seu limite. Deixe os braços à frente do corpo com as palmas das mãos encostadas para se equilibrar e mantenha o abdome levemente contraído e os joelhos não tensionados. Permaneça na postura por oito ciclos de respiração.

Mar de Palha/ID/BR

Posição *malasana*.

- Sente-se em círculo, de preferência no chão, e relate para os colegas e para o professor como você se sentiu depois de realizar movimentos corporais da ioga.

Não escreva no livro.

2ª PARADA

Direito à saúde: atividade física é para todos

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Mitos e verdades sobre a vida saudável

1 **Em grupos de seis componentes, debatam o trecho do texto a seguir. Para isso, sigam as orientações.**

- Para começar, os componentes do grupo devem fazer uma primeira leitura do texto, de forma individual e silenciosa.
- Depois, cada um deve compartilhar com os colegas do grupo a sua opinião sobre os conceitos apresentados no texto.
- Por fim, cada componente do grupo deve expor suas considerações a fim de elaborarem uma síntese com as principais ideias do grupo.

[...] o debate sobre o conceito de saúde refere-se à importância de minimizar a simplificação que abrange o entendimento do senso comum sobre esse fenômeno. É possível entendê-lo de modo reducionista, tão somente, à luz dos pressupostos biológicos e das associações estatísticas presentes nos estudos epidemiológicos. Os problemas que daí decorrem são: a) o foco centra-se na doença; b) a culpabilização do indivíduo frente à sua própria doença; c) a crença na possibilidade de resolução do problema encerrando-se uma suposta causa, a qual recai no processo de medicalização; d) a naturalização da doença; e) o ceticismo em relação à contribuição de diferentes saberes para auxiliar na compreensão dos fenômenos relacionados à saúde.

[...] O indivíduo é sempre visto como aquele que não se dispõe a movimentar-se, a acabar com a preguiça. Há, ainda, a fé de que a atividade física pode acabar com o efeito danoso das doenças [...].

Nesse contexto, a prática de atividade física, longe de uma obrigação que o isente de culpa, deveria ser encarada como uma possibilidade prazerosa, de livre escolha. A educação física, desse modo, deveria atentar para tais aspectos e despertar os cidadãos, desde a mais jovem idade, sobre as possibilidades do movimento humano. [...]

BAGRICHEVSKY, M. *et al*. Considerações teóricas acerca das questões relacionadas à promoção da saúde. *In*: BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. (Org.). *A saúde em debate na educação física*. Blumenau: Edibes, 2003. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_debate_educacao_fisica_v1.pdf. Acesso em: 23 jun. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Marcos Bagrichevsky, docente e pesquisador da Universidade Regional de Blumenau, supervisiona práticas de saúde e cuidado integradas às comunidades e a territórios da atenção primária e secundária. É um dos organizadores do livro *A saúde em debate na educação física*.

Edibes/Arquivo da Editora

Capa do livro *A saúde em debate na educação física*, organizado por Marcos Bagrichevsky, Alexandre Palma e Adriana Estevão. BAGRICHEVSKY, M.; PALMA, A.; ESTEVÃO, A. (org.). *A saúde em debate na educação física*. Blumenau: Edibes, 2003. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_debate_educacao_fisica_v1.pdf. Acesso em: 23 jun. 2024.

#ficaadica

A epidemiologia é o estudo da distribuição e dos determinantes das doenças ou condições relacionadas à saúde em populações especificadas.

2 **Agora, no caderno, responda às questões a seguir sobre o texto.**

a) O que significa tratar a saúde de modo reducionista? Para o grupo, qual é o principal problema decorrente dessa concepção?

b) Associe o trecho do texto "O indivíduo é sempre visto como aquele que não se dispõe a movimentar-se, a acabar com a preguiça" e observe, ao lado, o cartaz de uma campanha que estimula a prática de exercícios e reflita: Como campanhas publicitárias reforçam a culpabilização das vítimas apontadas pelos autores? Você considera essas estratégias efetivas para manter uma vida ativa e saudável? **2. b)** Respostas pessoais.

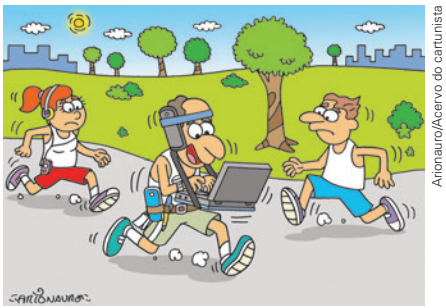
Agência Nacional de Saúde Suplementar/Governo

Campanha da ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar) em favor da prática de atividades físicas, 2019. Fonte: Brasil. Ministério da Saúde. ANS recomenda ações voltadas à atividade física. *Agência Nacional de Saúde Suplementar*, 8 dez. 2022. Disponível em: https://www.gov.br/ans/pt-br/assuntos/noticias/operadoras/avisos-para-operadoras/ans-recomenda-acoes-voltadas-a-atividade-fisica. Acesso em: 30 set. 2024.

2. a) Espera-se que o grupo identifique o reducionismo no foco aos aspectos biológicos da saúde. Estimule a discussão sobre os problemas decorrentes da concepção reducionista pontuados pelos autores com foco nas doenças, culpabilização dos indivíduos, medicalização, naturalização das doenças e desconsideração de diferentes saberes.

Não escreva no livro.

c) Considerando o excerto do texto: “a prática de atividade física, longe de uma obrigação que o isente de culpa, deveria ser encarada como uma possibilidade prazerosa, de livre escolha”, o que a *charge* ao lado critica?



Arionauro/Acervo do cartunista

Charge de Arionauro, 2022. Disponível em: http://www.arionaurocartuns.com.br/2022/05/charge-exercicio-fisico.html. Acesso em: 31 out. 2024.

zuperia/ClassicVector/Shutterstock.com. Fotomontagem: ID/BR

d) O exercício físico se apresenta como mais uma responsabilidade individual das pessoas idosas. A indústria de cosméticos está alinhada aos discursos midiáticos que associam o processo de envelhecimento ao descuido, sobretudo em relação ao corpo. Aponte o que é representado na imagem ao lado.

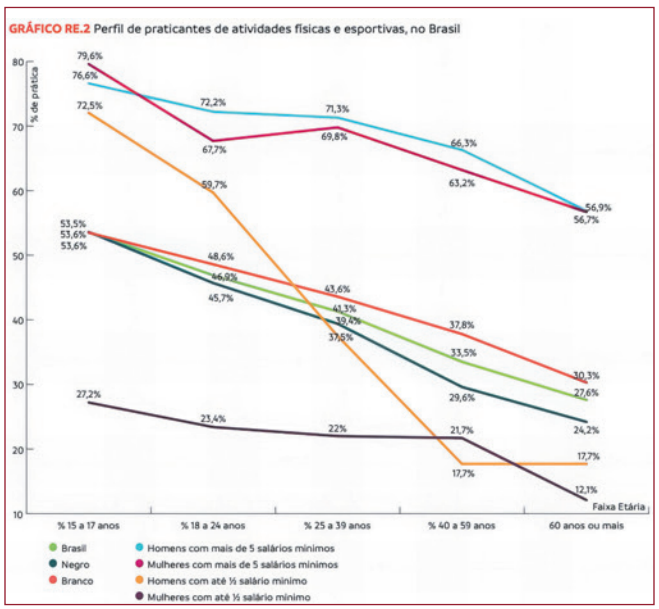
2. c) A *charge* faz uma crítica ao excesso de trabalho, que leva as pessoas a executar suas demandas nos momentos de lazer, o que contradiz o próprio significado de tempo livre e prazeroso. Nesse sentido, muitas pessoas se sentem culpadas por não praticarem atividade física em prol de sua saúde e se sentem obrigadas a realizá-las como uma obrigação. Pode-se ampliar para a questão da ginástica laboral, quando a empresa propicia a prática de atividades físicas com o objetivo de aumentar a produtividade e diminuir o afastamento dos funcionários do ambiente de trabalho.

3 **O texto lido apresenta uma reflexão crítica sobre o conceito de saúde, que deve ser entendida mediante a compreensão dos fenômenos sociais, políticos e econômicos relacionados à saúde. Há estudos que mostram como a desigualdade social está afetando a prática de exercícios físicos no Brasil. Qual é a sua opinião sobre isso? Registre sua resposta no caderno.**

3. Respostas pessoais.

4 **Analise o gráfico a seguir, compare com os dados do texto que vêm na sequência e reflita como você percebe esses dados em seu contexto com base nas questões disparadoras. Registre suas respostas no caderno.**

Unidade de Desenvolvimento Humano/PNUD Brasil/ONU Brasil



2. d) A imagem apresenta uma pessoa idosa que busca o corpo ideal jovem, musculoso e atlético por meio do exercício físico, como fórmula para alcançar a juventude eterna e o sucesso pelo esforço individual. Destaque para os estudantes a perspectiva de saúde como responsabilidade individual, que desconsidera a necessidade de políticas públicas que ofereçam condições adequadas à prática de elementos da cultura corporal adequados às necessidades e aos anseios da comunidade.

Perfil de praticantes de atividades físicas e esportivas no Brasil. Fonte: RELATÓRIO de Desenvolvimento Humano Nacional – Movimento é Vida: Atividades Físicas e Esportivas para Todas as Pessoas: 2017. Brasília: PNUD, 2017. 392 p. Disponível em: https://www.undp.org/pt/brazil/desenvolvimento-humano/publications/relatorio-de-desenvolvimento-humano-nacional-movimento-e-vida-atividades-fisicas-e-esportivas-para-todas. Acesso em: 23 jun. 2024.

Saúde na educação física escolar: diálogos e possibilidades a partir do conceito ampliado de saúde

[...]

A literatura desenvolvida, com o propósito de compreender os motivos pelos quais as pessoas se engajam ou não aos exercícios físicos, têm observado que aqueles com maior renda se envolvem com mais exercícios no lazer, ao mesmo tempo em que realizam menos atividades físicas no trabalho e transporte. De outro modo, sujeitos com menor renda manifestam maior tempo de atividades físicas no trabalho e no transporte, porém realizam pouca atividade física no lazer. Isto pode ser explicado, em parte, porque pessoas de classes sociais mais baixas vivem em locais com pouca disponibilidade de áreas verdes, espaços esportivos, ciclovias etc., além do cenário urbano menos agradável, maior quantidade de animais à solta nas ruas e maior violência urbana. Outros aspectos associados à pobreza são: falta de recursos para adquirir materiais ou ter acesso a determinadas instalações esportivas, menor tempo livre para o lazer, falta de conhecimento etc. [...]

Não escreva no livro.

A violência pode ser outro relevante aspecto associado aos níveis mais baixos de exercícios físicos. A literatura científica tem advogado que o crime violento na vizinhança/bairro é uma significativa barreira à prática de exercícios ao ar livre. Ademais, a percepção de segurança tem sido associada inversamente à prática de exercícios físicos. De forma semelhante, situações de incivilidade, como a ocorrência de pichações, presença de lixo nas ruas, existência de brigas ou outros conflitos, e a segurança no trânsito também parecem interferir. [...]

Questões de gênero são igualmente importantes. Diferentes investigações têm apresentado resultados em que o envolvimento com os exercícios físicos é menor entre as mulheres ou meninas, quando comparados aos seus pares do sexo masculino. Tal questão, é preciso destacar, deve ser analisada a partir dos aspectos sociais e culturais que moldam os indivíduos na sociedade. Por exemplo, culturalmente tem sido destinada às mulheres a maior parte das tarefas domésticas. Deste modo, ao assumir dupla ou, por vezes, tripla jornada de trabalho as mulheres apresentam menos tempo disponível para o lazer e maior desgaste físico, especialmente, nas classes sociais mais baixas. [...]

[...]

Por fim, tem sido verificado, também, que os menores níveis educacionais parecem ser uma barreira para o envolvimento com os exercícios físicos, de tal forma que a realização de atividades físicas no lazer é maior entre as pessoas mais escolarizadas, enquanto os menos escolarizados estão mais envolvidos com as atividades físicas ocupacionais. Debate-se, ainda, se as campanhas educacionais de promoção da saúde e exercícios físicos falham entre aqueles de menores níveis educacionais, na medida em que as mensagens não são compreendidas ou são entendidas com dificuldades. [...]

PALMA, Alexandre. Saúde na educação física escolar: diálogos e possibilidades a partir do conceito ampliado de saúde. *Temas em Educação Física Escolar*, v. 5, n. 2, jul./dez. 2020, p. 5-15. Disponível em: https://portalespiral.cp2.g12.br/index.php/temasemedfisicaescolar/article/view/3025/1876. Acesso em: 17 set. 2024.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

a) Você considera que sua comunidade valoriza a prática de atividades físicas? As pessoas têm tempo livre, recursos financeiros ou acesso a espaços públicos para realizarem atividades de lazer?

b) Em sua percepção, a desigualdade social, a idade e a escolaridade influenciam de que maneira a prática de exercícios?

c) Há mobilização e participação em movimentos e grupos sociais para que suas necessidades sejam atendidas?

d) Você considera que a saúde dos trabalhadores braçais é a mesma dos empregados em escritório?

e) Há diferenças na região metropolitana, industrializada, pequenas cidades do interior e nas zonas rurais?

f) Há diferenças entre as classes sociais ou tipos de moradia (comunidades, conjuntos habitacionais, residências independentes, condomínios)? E entre homens e mulheres? E entre as diferentes faixas etárias?

Quanto tempo de atividade física cada pessoa deve fazer?

5 **Vamos identificar as barreiras sociais para a prática de atividade física das pessoas idosas de sua comunidade.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

- **Em grupos, entrevistem cinco pessoas com mais de 60 anos que não praticam atividade física. Para isso, utilizem o questionário a seguir:**

Roteiro de questões

Nome: // Idade: //////////

Escolaridade: // Profissão: //////////

Quais são as barreiras que impedem que você pratique atividades físicas?

(///) Crença de que está velho para a prática de atividades físicas.
(///) Necessidade de acompanhante para se deslocar até o local.
(///) Dificuldade no deslocamento/transporte até o local das práticas corporais.
(///) Falta de tempo devido ao trabalho e aos respectivos deslocamentos.
(///) Responsabilidade de trabalhos domésticos ou de cuidado de familiares.
(///) Cansaço decorrente do trabalho.
(///) Falta de recursos financeiros.
(///) Ausência de programas de atividades físicas que atendam a sua necessidade.
(///) Local de difícil acesso, risco de quedas.
(///) Falta de segurança.
(///) Outras.

a) Reúnam as informações levantadas e elaborem uma tabela com a soma das respostas. Analisem o resultado para determinar quais são as barreiras para a prática de atividade física mais frequentes em sua comunidade. Comparem os resultados aos dados das pesquisas estudadas neste capítulo.

b) Se for possível, publiquem a análise dos resultados em um perfil de rede social da escola para que funcione como um alerta para a comunidade escolar e sirva de problematização para eventuais projetos de mobilização social para facilitar o acesso à prática de atividades físicas no entorno escolar.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A entrevista é uma maneira direta de obter informações de forma oral em uma pesquisa. Ela pode ser estruturada com perguntas determinadas previamente com roteiro de questões, ordem e redação fixos para todos os entrevistados.

Agende a entrevista com antecedência e anote imediatamente as respostas para não perder informações.

Atividade física: responsabilidade individual

A definição de saúde ampliada reforça a responsabilidade e os direitos dos indivíduos e da comunidade, valorizando o conhecimento popular, além da participação social estar na base dessa formulação conceitual.

Portanto, por um lado, há as atividades voltadas ao coletivo de indivíduos e ao ambiente, por meio de políticas públicas e de ambientes favoráveis ao desenvolvimento da saúde. Por outro, há o esforço dirigido à transformação dos comportamentos dos indivíduos, focando seus estilos de vida e concentrando-se em componentes educativos relacionados aos riscos comportamentais modificáveis. Agora, vamos aprofundar em como o próprio indivíduo pode ter o controle de seu comportamento.

6 **Leia a reportagem a seguir. Depois, responda às questões propostas no caderno.**

Exercício físico freia o envelhecimento

adamkaz/iStock/Getty Images

A prática de exercícios colabora para o envelhecimento saudável.

Pesquisadores descobrem que pessoas mais velhas e ativas possuem imunidade, massa muscular e níveis de colesterol parecidos com os de indivíduos mais jovens

É sempre bom frisar: a prática de exercícios faz muito mais do que ajudar na manutenção do peso e da forma física. E uma pesquisa recente das universidades de Birmingham e King's College London, no Reino Unido, traz provas contundentes nesse aspecto. O estudo revelou que pessoas mais velhas e ativas apresentam parâmetros de saúde similares aos de pessoas mais jovens, como massa muscular preservada e sistema imunológico afiado.

"Nosso trabalho acaba com a ideia de que envelhecer nos deixa automaticamente mais frágeis", resumiu a professora Janet Lord, diretora do Instituto de Inflamação e Envelhecimento da Universidade de Birmingham, ao *site* da instituição.

Para realizar a investigação, a equipe de cientistas recrutou 125 ciclistas amadores de 55 a 79 anos – eram 84 homens e 41 mulheres que sempre tiveram o costume de se exercitar. [...]

Os voluntários passaram por uma série de exames em laboratório e ainda foram comparados a um grupo que não tinha o costume de se exercitar regularmente. Essa turma era formada por 75 pessoas de 57 a 80 anos e também por 55 jovens adultos de 20 a 36 anos. Todos eram saudáveis.

Ao avaliar essa gente, os *experts* notaram que a perda de massa muscular e força – comum com o passar dos anos – não ocorreu entre aqueles que se exercitavam regularmente. Para completar, os ciclistas não acumularam gordura corporal nem viram os níveis de colesterol subirem.

Entre os homens ativos, uma vantagem extra. Eles permaneceram com taxas elevadas de testosterona, sugerindo que podem ter passado batido por esse efeito da menopausa masculina.

Mas o que mais surpreendeu mesmo, de acordo com informações divulgadas pelas universidades, foi o fato de que o sistema imunológico dos praticantes de exercícios parece não ter sido abalado com o avançar da idade.

Não escreva no livro.

6. a) O processo de envelhecimento biológico é irreversível; contudo, as melhorias apresentadas por aqueles que têm o hábito de praticar exercícios e atividades físicas mostram que há manutenção da integridade do organismo, que apresenta índices parecidos com os de indivíduos mais jovens. Além disso, a escolha do verbo "frear" se relaciona ao campo semântico dos ciclistas, que foi a categoria escolhida para participar da pesquisa da universidade.

Isso ficou nítido quando os estudiosos olharam para o timo, estrutura onde ocorre o amadurecimento dos linfócitos T, células que comandam nossas defesas. É que, lá pelos 20 anos de idade, naturalmente começa a ocorrer um encolhimento desse órgão, resultando no desenvolvimento de menos linfócitos T. Contudo, o timo dos ciclistas estava tão funcional quanto o das pessoas mais jovens.

"Esperamos que essas descobertas evitem o perigo de aceitarmos que velhice e doença são companheiros inseparáveis e que a terceira idade é algo a ser suportado, e não aproveitado", disse a pesquisadora Niharika Arora Duggal, também de Birmingham, ao site da universidade.

MANARINI, Thaís. Exercício físico freia o envelhecimento. *Veja Saúde*. 27 set. 2018. Disponível em: https://saude.abril.com.br/fitness/exercicio-fisico-freia-o-envelhecimento/. Acesso em: 2 jul. 2024.

Considere a viabilidade de realizar um trabalho interdisciplinar com o professor de Ciências da Natureza aprofundando o estudo sobre o sistema imunológico.

a) Quais são os efeitos de sentido do título da reportagem, que afirma que a prática de exercício físico "freia" o envelhecimento?

b) De acordo com os pesquisadores de universidades do Reino Unido, quais são os benefícios de propor às pessoas idosas que pratiquem atividades e exercícios físicos?

c) Levando em consideração a afirmação de que "o sistema imunológico dos praticantes de exercícios parece não ter sido abalado com o avançar da idade", como é possível estabelecer relações entre exercício físico, saúde e envelhecimento?

d) No último parágrafo, a reportagem cita a pesquisadora Niharika Duggal, que diz esperar que as descobertas evitem que consideremos velhice e doença companheiros inseparáveis. Que hábitos você tem hoje que podem auxiliá-lo quando chegar a essa fase da vida?

e) Os argumentos da pesquisa britânica apresentados no texto estão alinhados ao Estatuto da Pessoa Idosa brasileiro? Justifique sua resposta.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O sistema imunológico é formado por células e moléculas distribuídas pelo organismo, indispensáveis para a defesa contra infecções ou situações que comprometam sua integridade.

#ficaadica

Para responder ao item **e**, retome os artigos 1º, 2º e 3º do Estatuto da Pessoa Idosa, lidos na subseção *Foco no diálogo* da seção *Embarque*.

7 **Observe as imagens a seguir e responda oralmente à questão.**

Imagem 1

Evan Hurd/Corbis/ Getty Images

Pessoa idosa fisiculturista em 1994.

Imagem 2

FG Trade/iStock/Getty Images

Treinamento funcional para pessoas idosas, 2023.

- Qual é a importância de compreender os benefícios e os riscos de lesão para a prática de diferentes tipos de exercício físico? **7.** Espera-se que os estudantes mencionem que conhecer os benefícios e os riscos de cada tipo de exercício permite personalizar a prática, que deve ser feita sempre com o auxílio de um profissional da área. Dessa forma, cada indivíduo poderá escolher uma atividade de acordo com o que busca como resultado, além de se proteger de possíveis lesões corporais.

Prepare-se para envelhecer com empatia

Podemos relacionar os dados da pesquisa britânica apresentados no texto da reportagem lida no tópico anterior ao gráfico de manutenção da capacidade funcional durante o curso de vida estudado na 1ª Parada. No gráfico, podemos identificar que a variação da função dos indivíduos na velhice entre idosos sedentários e ativos é muito grande, ou seja, a capacidade funcional de pessoas idosas ativas pode ser similar à de adultos mais jovens, sendo, inclusive, superior à de adultos sedentários.

Envelhecer mantendo a integridade da capacidade funcional é um dos objetivos principais para manter uma qualidade de vida. Os idosos podem ser classificados com base na prática de atividades em sua vida diária (AVD) e aptidão física.

6. b) Espera-se que os estudantes mencionem a melhora do sistema imunológico, a manutenção da gordura corporal, dos níveis de colesterol, da massa magra, do sistema cardiovascular, das capacidades físicas, além de maior socialização e vivência da cidadania.

6. c) Espera-se que os estudantes mencionem que a prática de exercício físico auxilia no sistema imunológico, preservando a saúde; ao mesmo tempo, os cuidados com a saúde permitem que se chegue à velhice e que ela seja vivida com qualidade.

6. d) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes reflitam sobre hábitos saudáveis e velhice com qualidade de vida.

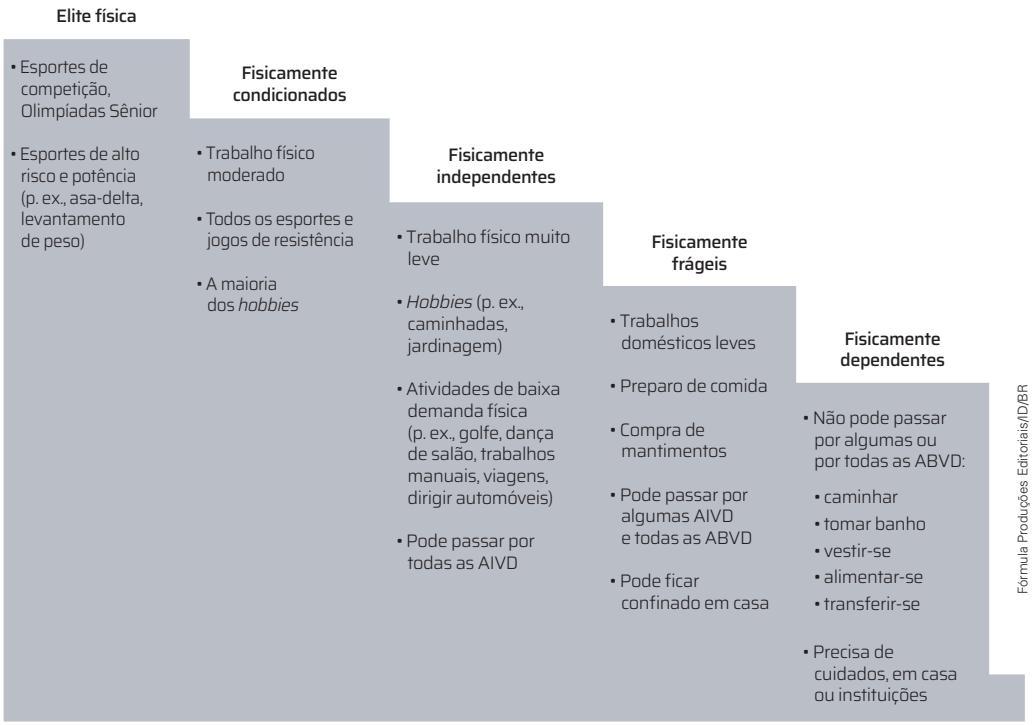
6. e) Espera-se que os estudantes respondam afirmativamente e reflitam que o processo de envelhecimento biológico pode ocorrer com qualidade quando há acesso aos recursos necessários, por isso o Estatuto estabelece que os idosos têm o direito de aproveitar a velhice, tendo respeitados seus direitos à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

Não escreva no livro.

Nessa classificação, as AVD podem ser:

- **Atividades básicas da vida diária (ABVD):** caminhar, tomar banho, vestir-se, alimentar-se.
- **Atividades instrumentais da vida diária (AIVD):** preparar refeições, fazer tarefas domésticas, lavar roupas, manusear dinheiro, usar o telefone, tomar medicações, fazer compras e utilizar os meios de transporte.

Observe o quadro a seguir.



Hierarquia da função física dos idosos (75-85 anos) e dos muito idosos (86-120 anos).
Fonte: SPIRDUSO, Waneen Wyrick. *Dimensões físicas do envelhecimento*. São Paulo: Manole, 2005.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

8 **Para finalizar esta parada, vamos experimentar exercícios de treinamento funcional que favoreçam as ABVD e as AIVD ao estimularem o desenvolvimento da consciência sinestésica e a eficiência dos movimentos. Essas atividades pretendem manter a autonomia das pessoas idosas ao melhorar o desempenho nas tarefas que realizam, sejam elas no esporte, no trabalho, sejam nos momentos cotidianos e de lazer. A proposta é exercitar a empatia realizando a simulação de possíveis perdas sensoriais e motoras que acometem grande parte de pessoas de idade avançada ou em um processo de envelhecimento com comportamentos sedentários.**

Exercício de empatia

#ficaadica

Lembre-se de que é importante sempre respeitar os colegas. Realize as atividades otimizando seu potencial e respeitando os seus limites e os dos colegas.

Como fazer

- Recursos necessários para simular dificuldades que podem ocorrer no processo de envelhecimento: sensorial (óculos de natação, luvas, fone de ouvido), motora (fita adesiva, jornal ou papel *Kraft*, caneleiras, etc.)
- Preparação do espaço: locais com desníveis como degraus, calçada, *steps*, cadeira, giz, objetos coloridos como bola ou bexiga.
- O professor organizará a turma em seis grupos para experimentarem pelo menos cinco repetições de cada exercício em estações.

Estações relacionadas às atividades da vida diária

- O desafio nestas estações é realizar o movimento com alguma restrição de mobilidade.

Não escreva no livro.

Estação 1

- Suba degraus com tornozeleira e óculos de natação ou com imobilização do joelho com jornal ou papelão.

Camila Anselmé/ID/BR

Representação dos movimentos propostos na estação 1.

Camila Anselmé/ID/BR

Representação dos movimentos propostos na estação 2.

Estação 2 Oriente o estudante a não flexionar a coluna, e sim um dos joelhos, como representado na imagem.

- Pegue objetos no chão (imobilização do joelho com jornal ou papelão e luva ou óculos de natação).

Estações de equilíbrio dinâmico (manter a posição do corpo sobre a sua base de sustentação)

O desafio nestas estações é realizar o movimento de maneira mais lenta possível.

Estação 3

- Em duplas, com um dos joelhos elevados e flexionados, lance a bola para o colega.

Camila Anselmé/ID/BR

Representação dos movimentos propostos na estação 3.

Camila Anselmé/ID/BR

Representação dos movimentos propostos na estação 4.

Estação 4

- Um dos integrantes da dupla fica em posição unipodal e o outro encosta a bola em diferentes partes do corpo (ombro, braço, abdome, coxa) para aumentar a instabilidade.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O tempo de reação/movimento e o equilíbrio são capacidades neuromotoras, ou seja, ativam prioritariamente o sistema nervoso com a interpretação das informações do ambiente para tomada de decisão das ações motoras. O tempo de reação/movimento é o intervalo de tempo que a pessoa leva para reconhecer um estímulo a partir do sistema sensorial e realizar uma ação. Um exemplo clássico é o do goleiro que tem que identificar a trajetória da bola para saltar em sua direção.

O equilíbrio é a capacidade de manter a postura do corpo em uma posição parada (estático) ou em movimento (dinâmico). Um exemplo de equilíbrio estático é ficar durante dez segundos imóvel com o apoio de um pé; de equilíbrio dinâmico é andar sobre uma corda bamba.

Camila Anselmé/ID/BR

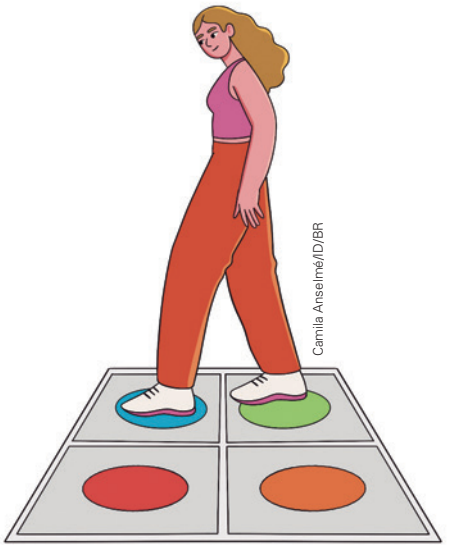
Representação dos movimentos propostos na estação 5.

Estações de tempo de reação e movimento (tempo entre o estímulo e uma ação motora, velocidade do processamento da informação e da resposta a um estímulo)

O desafio nestas estações é realizar o movimento o mais rápido possível.

Estação 5

Um dos integrantes da dupla dará o comando: mão direita, mão esquerda, joelho direito e joelho esquerdo. O parceiro deve encostar o membro na bola o mais rápido possível.



Camila Anselmé/ID/BR

Representação dos movimentos propostos na estação 6.

Estação 6

- Um dos integrantes da dupla falará uma cor e o parceiro se deslocará para a frente, para trás, para a direita ou para a esquerda, conforme a disposição das cores.

9 **Considerando as experimentações nas estações do circuito de atividades, leia as questões e, caso sinta-se confortável, compartilhe suas impressões em uma roda de conversa.**

a) Quais foram as suas percepções sobre os limitadores sensoriais e motores? Que estratégias você utilizou para superá-los?

b) Qual é a sua opinião sobre se colocar no lugar do outro para sentir suas dificuldades? Você considera que gera empatia ou mais preconceitos?

c) Os exercícios que estimulam o equilíbrio e o tempo de reação e movimento favorecem quais atividades da vida diária?

9. a) Respostas pessoais. Incentive a turma a perceber as dificuldades que a diminuição dos sentidos (audição, tato e visão) e de capacidades físicas (flexibilidade) e neuromotoras (tempo de reação e movimento) podem ocasionar para a realização de atividades cotidianas.

9. b) Respostas pessoais. Ouça a opinião dos estudantes para identificar se apresentam atitudes de se colocar no lugar das pessoas idosas. Ao mesmo tempo, reforce que essa não é uma condição de todos os idosos para que não desenvolvam atitudes preconceituosas generalizando essas características a todas as pessoas idosas.

9. c) Caminhar em locais com obstáculos, equilibrar-se no ônibus, atravessar a rua, pegar um objeto que está caindo, etc.

3ª PARADA

Diferentes perspectivas sobre as práticas corporais

Vamos conhecer outras perspectivas de velhice e outros significados das práticas corporais lendo trechos do artigo de Marina Marcela Herrero: “Um olhar sobre o envelhecer numa aldeia indígena”.

A autora faz um levantamento que ajuda a compreender como se dá o envelhecimento na população indígena. Na introdução do artigo, ela pede atenção para o detalhe de estar tratando de povos que moram em terras indígenas mais afastadas e não no meio urbano. Além disso, essa população é bastante diversificada, com mais de 300 etnias que falam 274 línguas, têm sua forma de ver e estar no mundo, de se relacionar com a vida e com o ambiente.

Não escreva no livro.

[...]

Atividade física

Uma vez perguntei aos Kalapalo por que os Xinguano construíam suas aldeias a uma distância considerável do rio ou da lagoa – pelo menos a 1 Km de distância –, já que eram eles quem escolhiam o local de construção. A resposta foi que além do problema relacionado à quantidade de mosquitos e **piuns** nas proximidades da água, existia também o costume e a tradição de as mulheres irem buscar água, sendo um momento de convívio entre elas, além de manter as mais idosas em atividade, o que faz bem. Também há uma considerável distância entre a aldeia e as roças – o que é bem generalizado nos povos que têm seus territórios preservados. Mulheres e homens de todas as idades vão colher lenha para o fogo. Muitas vezes fiquei admirada vendo pessoas em idade muito avançada carregando um feixe de lenha imenso na cabeça. O dia a dia nessas comunidades começa muito cedo e se prolonga até escurecer, numa sequência intensa de atividades relacionadas à obtenção de alimentos com cuidados na roça, ao lazer, à manutenção das casas e ferramentas, aos mutirões, aos rituais, à caça e à pesca.

Pium: borrachudo, mosquito muito miúdo.

Houve uma ocasião em que chegamos numa aldeia para produzir um documentário e desde o avião vimos um objeto bem destoante na beira da aldeia, uma caixa de água. A Fundação Nacional de Saúde (Funasa), que então cuidava da saúde indígena, tinha instalado caixas de água nas aldeias com uma pequena rede de distribuição e torneiras em três pontos em volta da praça central. Essa intervenção gerou quedas por escorregões na lama formada em volta das torneiras e motivou a diminuição da atividade física, como as idas e vindas até a lagoa para buscar água. Soubemos depois que isso resultou na morte de alguns idosos por fraturas e consequências da inatividade.

Vida comunitária

Entre os indígenas das aldeias que eu visitei no Brasil não há classes sociais como na nossa sociedade, ou seja, todos recebem o mesmo tratamento, têm os mesmos direitos, os bens materiais pertencem a todos, exceto os instrumentos de trabalho e vestimentas, que são de propriedade individual. Os alimentos e os remédios são distribuídos entre todos, a terra não é uma posse individual, todos fazem parte da natureza, ou seja, fazem parte da terra, e não o contrário. Na dinâmica cultural que uma comunidade indígena propõe a um idoso o fator mais preponderante é o seu papel, que está intimamente ligado à forma que essas sociedades compreendem o mundo à sua volta. Ser Wayana, ser Kalapalo, ser Guarani, ser Baré é uma forma de estar no mundo que aponta sempre à atualização das tradições por meio das formas de transmissão de saberes, da oralidade, da manutenção dos rituais e das formas de reprodução cultural. E são precisamente os idosos os guardiões e os transmissores desses valores, dessa identidade cultural, dessas tradições. Assim, podemos compreender o envelhecimento desde outra perspectiva. O velho indígena é fundamental para a sobrevivência e a continuidade desses povos.

[...]

O velho é a pessoa mais respeitada, sendo procurada por jovens que buscam conselhos e inspiração para os rumos de suas vidas.

[...]

Considerações finais

Os idosos e as idosas representam a sabedoria e suas figuras também são fundamentais na organização social e na sobrevivência da comunidade, já que são o arquivo vivo dos saberes ligados à medicina, às ervas, às músicas, às danças, aos rituais e às festas. Eles nunca representam um fardo a ser carregado pelos mais jovens, eles e elas formam parte indispensável do tecido social de seus povos.

HERRERO, Marina Marcela. Um olhar sobre o envelhecer numa aldeia indígena. *Mais 60: estudos sobre o envelhecimento*, v. 29, n. 72, dez. 2018, p. 86-97. Disponível em: https://portal.sescsp.org.br/online/artigo/13215_UM+OLHAR+SOBRE+O+ENVELHECER+NUMA+ALDEIA+INDIGENA. Acesso em: 16 jun. 2024.

1 **Com base na leitura do texto, quais são as semelhanças e as diferenças sociais e culturais da rotina de sua comunidade e dos povos indígenas? Registre sua resposta no caderno.**

2 **Qual é o papel social das pessoas idosas para os povos indígenas? Reflita sobre características comuns e diferentes de sua comunidade e registre sua resposta no caderno.**

3 **Compare os significados da caminhada para o povo Kalapalo e para sua comunidade. Registre sua resposta no caderno.**

1. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem atividades relacionadas à subsistência e ao lazer entre o povo Kalapalo, mas com características próprias na sua produção e distribuição.

2. Segundo a autora, os idosos são os guardiões e os transmissores dos valores, da identidade cultural e das tradições de cada povo indígena. Além de ser fundamental para a sobrevivência e a continuidade desses povos, o idoso indígena "é a pessoa mais respeitada, sendo procurada por jovens que buscam conselhos e inspiração para os rumos de suas vidas". A memória coletiva é um alicerce para a preservação dessas comunidades, tanto no sentido político, para validar seus direitos, como no sentido social de grupo, para a manutenção da identidade construída por seus antepassados. Essas comunidades têm os mais velhos como elo de preservação da cultura, tradições e pertencimento.

3. Espera-se que os estudantes identifiquem o significado da caminhada para o povo Kalapalo como possibilidade de convívio entre as mulheres e para manter as idosas mais ativas, além da funcionalidade ao pegar lenha, por exemplo. Em relação à comunidade do estudante, pode ter significado de deslocamentos para escola ou trabalho, forma de exercício físico, momento de lazer e convívio, etc.

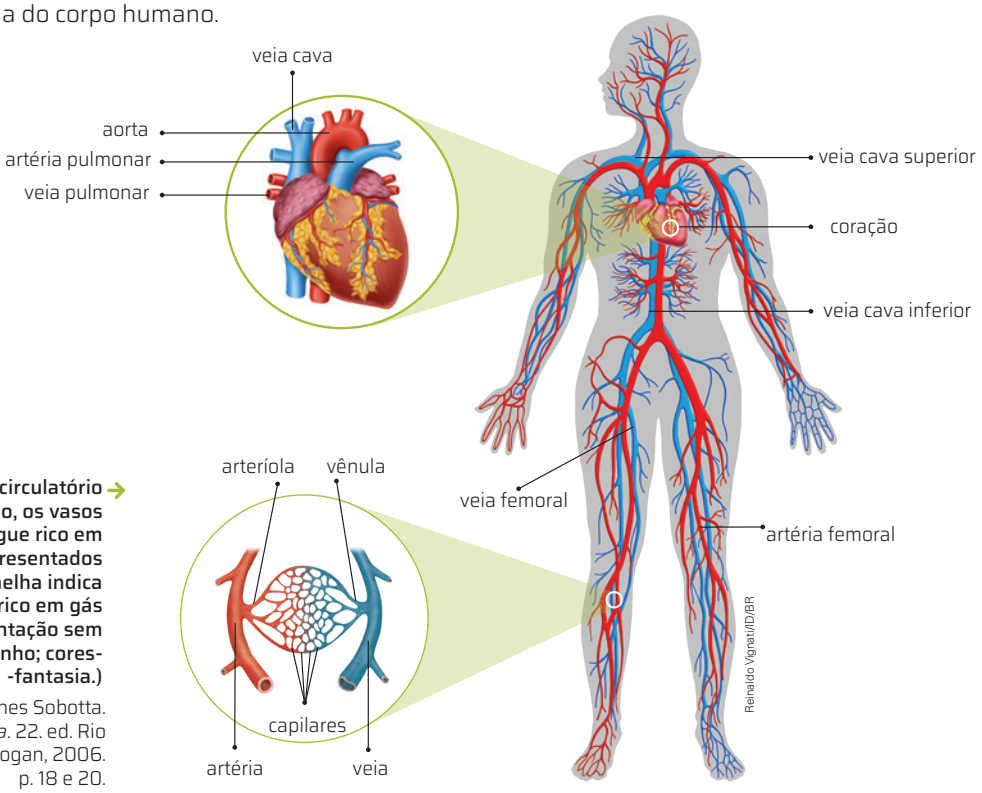
O foco nos aspectos biológicos da frequência cardíaca

Nas paradas anteriores, refletimos sobre a atividade física sob o viés sociológico, concluindo que nem todos dispõem de tempo para praticar atividade física ou dinheiro para frequentar academias. Além disso, trouxemos dados mostrando que pessoas são excluídas da prática regular de atividade física e o acesso nem sempre é igualitário em nossa sociedade.

Nessa abordagem multidisciplinar, veremos, agora, alguns condicionantes fisiológicos para conhecer como determinados sistemas do corpo alteram seu funcionamento em diferentes intensidades de atividade física.

Os cientistas William McArdle, Frank Katch e Victor Katch afirmam que o sistema cardiovascular consiste em uma conexão contínua de uma bomba, um circuito de distribuição de alta pressão, canais de permuta e um circuito de coleta e de retorno de baixa pressão.

Observe a imagem a seguir. Depois, leia um trecho do livro desses cientistas a respeito desse sistema do corpo humano.



Esquema do sistema circulatório humano. Por convenção, os vasos por onde passa o sangue rico em gás carbônico estão representados em azul, e a cor vermelha indica os vasos com sangue rico em gás oxigênio. (Representação sem proporção de tamanho; cores-fantasia.)

Fonte de pesquisa: Johannes Sobotta. *Atlas de anatomia humana*. 22. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 18 e 20.

O coração proporciona o impulso para o fluxo sanguíneo [...], consegue bater tão constante e poderosamente que a força gerada durante os seus aproximadamente 40 milhões de batimentos por ano poderia levantar seu proprietário até 160 km acima da terra. [...]

[...] O músculo cardíaco, ou **miocárdio**, representa uma forma de músculo estriado semelhante ao músculo esquelético.

[...] Funcionalmente, pode-se visualizar o coração como duas bombas separadas. As câmaras ocas no lado direito do coração (coração direito) realizam duas funções cruciais:

1. Recebem o sangue que retorna de todas as partes do corpo [átrio direito]

2. Bombeiam o sangue para os pulmões para que ocorra a aeração através da **circulação pulmonar** [ventrículo direito]

O lado esquerdo do coração (coração esquerdo) também desempenha duas funções importantes:

1. Recebe o sangue oxigenado proveniente dos pulmões [átrio esquerdo]

2. Bombeia o sangue para a aorta muscular de paredes espessadas a fim de ser distribuído por todo o corpo na **circulação sistêmica** [ventrículo esquerdo]

[...]

MCARDLE, William D.; KATCH, Frank I.; KATCH, Victor L. *Fisiologia do exercício*: energia, nutrição e desempenho humano. Tradução de Giuseppe Taranto. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A., 2003. p. 315.

Não escreva no livro.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O sistema cardiovascular é dividido em dois sistemas:

• **Sistema arterial:** constituído por tubos em que se impulsiona o sangue rico em oxigênio para todo o corpo. Inicialmente passa pelas artérias e, posteriormente, por ramos menores chamados de arteríolas. As paredes desses tubos circulares contêm tubos de músculo liso que podem se contrair e relaxar, controlando o fluxo sanguíneo.

• **Sistema venoso:** os capilares, que são canais de permuta, lançam o sangue desoxigenado em pequenas veias. O sangue venoso flui para veias maiores até adentrar no átrio direito, em que é bombeado por meio da artéria pulmonar até chegar aos pulmões, nos quais é oxigenado. Depois, retorna pelas veias pulmonares até o lado esquerdo do coração, em que outro ciclo se inicia.

4 **Relate os momentos em que você consegue sentir ou perceber seu coração ou artérias pulsando. Registre sua resposta no caderno.**

5 **Explique por que sentimos o ritmo das contrações musculares do coração, os batimentos cardíacos, bem como as artérias pulsarem nesse ritmo, mas não sentimos as veias. Registre sua resposta no caderno.**

4. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes associem experiências de vida em que fortes emoções ou esforços físicos alterem a demanda de funcionamento do coração e das artérias a ponto de serem percebidos sem técnicas específicas. Com isso, reforça-se o caráter integrado e concreto do conhecimento sobre o sistema cardiovascular apresentado.

5. Espera-se que os estudantes compreendam que o coração realiza contrações tão fortes que é possível sentilas, bem como sentir o sangue ejetado do coração pulsar pelas artérias; já as veias recebem o sangue que retorna do corpo para o coração, por isso não existe pulsação.

Existem duas artérias superficiais no corpo: a artéria carótida, localizada no pescoço (entre a traqueia e o músculo lateral do pescoço), e a artéria radial, localizada no punho (abaixo da base do dedo polegar).

Para medir a frequência cardíaca pelo pescoço, pode-se colocar os dedos indicador e médio na parte lateral do pescoço, na qual se sentem os batimentos cardíacos. A contagem é feita durante 1 minuto. O cálculo também pode ser feito contando os batimentos até 15 segundos e multiplicando o resultado por 4.

Alexander Medvedev/iStock/Getty Images

Aferição da frequência cardíaca pelo pescoço: artéria carótida.

Para aferir a frequência cardíaca pelo punho, coloque os dedos indicador e médio esticados sobre a parte interna do punho, logo abaixo da base do polegar. A contagem é feita durante 1 minuto. O cálculo também pode ser feito contando os batimentos até 15 segundos e multiplicando o resultado por 4.

Pixel-shot/Alamy/Fotoarena

Aferição da frequência cardíaca pelo punho: artéria radial.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Frequência cardíaca é o número de batimentos por minuto (BPM), ou seja, é a quantidade de contrações do coração no período de um minuto.

6 **Para saber sua frequência cardíaca, localize as artérias do pescoço ou do punho, conte quantas pulsações ocorrem em 15 segundos e, então, multiplique por 4 (15 segundos × 4 = 1 minuto) para saber os batimentos por minuto ou BPM (o ritmo de pulsação das artérias é igual ao ritmo de batimentos cardíacos). Registre o valor no caderno.** 6. Resposta pessoal.

É importante mencionar que o raciocínio matemático é correto e facilita a constatação da frequência cardíaca por parte dos estudantes.

Não escreva no livro.

7. Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes constatem que estão em um estado de repouso físico e em um momento e ambiente controlados que favorecem a calma. Assim, terão um contraponto em relação à percepção da frequência cardíaca sob emoções ou esforços físicos que serão solicitados na sequência, favorecendo a constatação de que tanto o estado emocional quanto o esforço físico alteram efetivamente a frequência cardíaca.

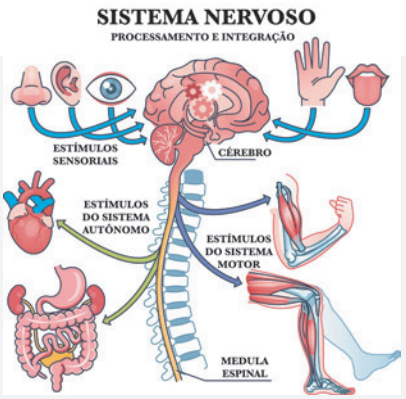
8. Resposta pessoal. É possível que os estudantes relatem alterações sensoriais e motoras, como arrepios de medo, aumento da sudorese com a ansiedade, vermelhidão no rosto com a vergonha, fraqueza com a melancolia, contrações musculares com a raiva, entre outras.
É possível que os estudantes relatem que a prática de alguma atividade física os ajudou a encarar diferentes emoções, como meditação para se concentrar, técnicas respiratórias para se acalmar, a prática de atividade ou exercício físico para trazer sensação de felicidade, entre outras.

9. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem a relação como uma via de mão dupla entre coração e cérebro, isto é, entre pensamentos, sentimentos e reações físicas. As práticas corporais que trarão prazer e felicidade estão associadas ao equilíbrio emocional, o que aumenta os benefícios para o sistema cardiovascular e diminui as chances de problemas como hipertensão, arritmia e infarto do miocárdio.

7 **Agora, avalie seu estado emocional: você está ansioso? Está relaxado? Está ofegante? Isso afeta seus batimentos cardíacos? Registre suas respostas no caderno.**

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Nosso sistema nervoso integra as informações que capta do ambiente, por meio de seus órgãos sensoriais, e gera uma resposta fisiológica. Essa resposta pode alterar o funcionamento dos diversos órgãos do corpo.



VectorMine/Shutterstock.com/ID/BR

Esquema do sistema nervoso. (Representação sem proporção de tamanho; cores-fantasia.)

8 **Além da relação entre as emoções e o coração, há outras reações que acontecem no corpo humano em decorrência das emoções. Relate aos colegas situações que você viveu em que as emoções desencadearam uma alteração no seu corpo.**

- Agora, faça o exercício contrário, relatando situações em que a prática constante de atividade física auxiliou a alterar as emoções de um dia específico.

9 **Após refletir sobre as relações entre coração e cérebro, como você encara a importância da prática de atividades físicas para o controle das emoções positivas e negativas ao longo da vida? Registre sua resposta no caderno.**

David Pereiras/Shutterstock.com/ID/BR

Aula de aeroboxe.

nd3000/iStock/Getty Images

Praticantes de musculação.

Os exercícios físicos podem ser divididos em dois grandes grupos, segundo a fonte de energia utilizada neles.

- **Exercício aeróbico:** é o tipo de exercício que demanda grandes quantidades de oxigênio nos músculos. O oxigênio é usado na reação com a glicose para gerar energia. São atividades de longa duração, contínuas, e de baixa e moderada intensidade, como caminhar, correr, pedalar, nadar, dançar. Esses exercícios utilizam vários grupos musculares, e a duração dos movimentos é mais marcante do que a velocidade ou intensidade. Os exercícios aeróbicos estimulam os sistemas cardiovascular e respiratório, de modo a torná-los mais eficientes na função de suprir o tecido muscular com a glicose e o oxigênio necessários para a geração de energia de que o músculo necessita.
- **Exercício anaeróbico:** nas atividades em que a intensidade muscular é grande, pode não haver tempo de realizar, nas células, a transformação completa da glicose em sua reação com o oxigênio. Assim, acaba ocorrendo a quebra incompleta da glicose, gerando um resíduo metabólico conhecido como ácido lático. São atividades de alta intensidade e curta duração, e de velocidade, com ou sem carga, como a corrida de cem metros rasos, os saltos, o arremesso de peso, exercícios resistidos com peso (como a musculação), entre outras. Estimula de maneira leve o sistema cardiovascular e respiratório e gera transformações no corpo aumentando a força muscular de diferentes formas, podendo ser uma delas o ganho de massa muscular.

Não escreva no livro.

10 Dê exemplos de exercícios que você conheça ou pratique. Classifique-os como aeróbicos ou anaeróbicos. Compare-os com as capacidades de coordenação, flexibilidade, força, resistência e velocidade explicadas anteriormente. Registre suas respostas no caderno.

11 Explique as alterações que os exercícios físicos podem causar no corpo humano, relacionando os exercícios utilizados na questão anterior com a sua realidade. Registre sua resposta no caderno.

12 Como a explicação sobre os exercícios aeróbicos e anaeróbicos confirma a ideia de que nossas escolhas de comportamento e hábitos na sociedade influenciam o corpo biológico? Registre sua resposta no caderno.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Todo e qualquer movimento corporal que ocorre como resultado da ação da musculatura é considerado uma atividade física, que envolve, assim, diferentes ações, como trabalho, lazer, afazeres do lar, entre outros. Contudo, quando esse movimento é planejado e sistematizado para se obterem resultados específicos em relação ao corpo, ele é chamado de exercício físico. De maneira geral, os exercícios físicos podem desenvolver cinco capacidades físicas ou motoras: a coordenação, a flexibilidade, a força, a velocidade e a resistência.

13 Agora, você e os colegas vão realizar desafios mais intensos!

Verifique como a frequência cardíaca se modifica em uma ginástica de condicionamento físico chamada HIIT (*High Intensity Interval Training*) ou treino intervalado de alta intensidade. Ele tem a vantagem de ser realizado em sessões de exercícios mais curtas e é uma opção para se exercitar de forma autônoma e individualizada, pois é composto de exercícios simples que não necessitam de aparelhos, além de se adequar às características e necessidades de cada pessoa.

- Vamos aferir a frequência cardíaca antes de iniciar a atividade, após o aquecimento e no meio dos exercícios mais intensos. Qual é o comportamento esperado da frequência cardíaca em cada um dos momentos aferidos? Registre sua resposta no caderno.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Você sabia que temos uma frequência cardíaca máxima (FCmax) estimada com base em nossa idade?

A FCmax é o valor mais elevado da frequência cardíaca que uma pessoa pode atingir durante um esforço intenso até o ponto de exaustão.

A equação para o cálculo da FCmax mais usada é atribuída aos pesquisadores Karvonen e colaboradores. Seus estudos chegaram à seguinte equação: 220 – idade. Ou seja, se você tem 15 anos, sua FCmax será 220 – 15 = 205 batimentos por minuto (bpm). Um idoso de 70 anos terá uma FCmax de 150 bpm.

Para quem quer fazer um treino aeróbio, existe uma zona alvo de treinamento entre as porcentagens de 60% a 80% da FCmax, de acordo com os seus objetivos.

Por exemplo, simulando que sua idade seja 15 anos e seu objetivo seja o controle de peso, o ideal é você treinar entre 60% a 70% de sua FCmax, ou seja, entre 123 bpm a 143 bpm. Agora, se seu objetivo for a melhora de sua capacidade aeróbia, você deve treinar entre 70% a 80% da FCmax, ou seja, sua zona-alvo de frequência cardíaca de treino é de 143 bpm a 164 bpm.

14 Observe as imagens para compreender os movimentos. Depois, siga as instruções para estimular o sistema cardiovascular.

10. Respostas pessoais. Exercícios de baixa intensidade e longa duração, como caminhada, dança de salão, andar de bicicleta por lazer, entre outros, são aeróbicos. Já aqueles de curta duração e alta intensidade, como uma série de agachamentos, um pique durante um jogo de futebol, a rebatida do jogo de *bets*, entre outros, são anaeróbicos. De forma mais avançada, os estudantes podem constatar que muitas atividades são intercaladas, como o futebol, em que corridas de baixa intensidade e longa duração são alternadas com piques curtos e intensos. De maneira geral, atividades físicas que solicitam as capacidades de coordenação, flexibilidade ou resistência são aeróbicas e as que solicitam velocidade e força são anaeróbicas.

11. Resposta pessoal. O objetivo é que os estudantes lancem mão de seus conhecimentos linguísticos e de Ciências da Natureza para elaborarem uma resposta. Os exercícios são, por essência, uma forma de organizar atividades físicas para se chegar a um objetivo específico, podendo ser a melhora da coordenação, dos metabolismos aeróbicos ou anaeróbicos, ou para aprimorar as capacidades de força, velocidade, resistência e flexibilidade. Um exemplo disso é o fato de uma pessoa que anda de bicicleta constantemente ganhar mais força, resistência e velocidade nas pernas por meio das adaptações musculares, cardiovasculares e metabólicas que ocorrem induzidas pelo exercício e pela atividade física.

12. Resposta pessoal. O objetivo é que os estudantes lancem mão de seus conhecimentos, articulados com os conteúdos estudados até agora no capítulo, refletindo como o corpo humano é adaptável a situações diversas, e não só com atletas de alto rendimento. Por exemplo, uma pessoa que pedala por duas horas todos os dias por usar a bicicleta como meio de transporte vai sofrer diferentes transformações corporais em relação a outra pessoa que fica sentada duas horas todos os dias por usar o ônibus como meio de transporte. Os metabolismos aeróbicos e anaeróbicos, bem como as capacidades de força, velocidade e resistência, vão se desenvolver de maneiras diferentes, de acordo com os hábitos e rotinas dessas pessoas, sofrendo diferentes transformações musculares, cardiovasculares e metabólicas.

13. Espera-se que os estudantes consigam diferenciar os tipos de situações: frequência cardíaca baixa, em momentos de repouso ou aquecimento, e frequência cardíaca alta, quando há um esforço físico extremo.

14. Resposta pessoal. Os dois momentos foram colocados em ordem crescente de intensidade: provavelmente o aquecimento com movimentação lenta terá frequência mais baixa, na zona de treinamento entre 60%. A medição no meio da atividade terá a frequência intermediária ou intensa, entre 70% e 80%, dependendo da intensidade do esforço do estudante. Ao comparar a sua percepção do esforço realizado nas atividades com as frequências cardíacas anotadas, os estudantes serão levados a constatar que a frequência cardíaca aumenta conforme o esforço aumenta. Isso ocorre porque o coração bombeia mais sangue como resposta à demanda de energia crescente (oxigênio e nutrientes advindos do sistema circulatório) dos músculos durante as atividades físicas.

Estímulo do sistema cardiovascular

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Como fazer

- Depois de observar cada exercício a seguir, posicione-se para experimentar cada um dos movimentos por 20 segundos, seguido de 10 segundos de descanso. Faça sete séries de cada exercício.
- Com cuidado, inicie o movimento com calma para o professor verificar se a execução está correta e fazer os ajustes necessários.
- Passe de uma posição para outra, vagarosamente, percebendo como os movimentos se encadeiam, sincronizando a mudança da posição dos braços e das pernas para cada lado.
- Aos poucos, aumente a velocidade até perceber que está fazendo um só movimento.
- Use os três primeiros minutos para realizar os exercícios de forma mais lenta para aquecer o corpo.

Mar de Palha/ID/BR

Corrida parado no lugar elevando o joelho (*skipping* curto).

Polichinelo.

Flexão de tronco alternando a colocação das mãos no chão.

Chute alternado.

Soco alternado.

Alpinista.

Salto com elevação do joelho.

Squat jump (salto vertical flexionando joelhos na aterrissagem).

- Anote as frequências cardíacas aferidas na atividade, marcando os exercícios a que elas se relacionam. Em que zona-alvo de treinamento você estava em cada um dos momentos aferidos? No caderno, escreva os motivos baseando-se nos estudos desenvolvidos nesta parada.

Não escreva no livro.

4ª PARADA

Projeto de vida: da adolescência à velhice

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Um projeto de vida é construído e desenvolvido por meio de sonhos, objetivos e metas que desejamos atingir no futuro, de curto, médio ou longo prazo. Nesta parada, você vai refletir sobre projetos de vida desenvolvidos na velhice.

O projeto de vida envolve autoconhecimento, identidade, relações afetivas, escolhas pessoais e profissionais, projeções, protagonismo e cidadania.

1 **Você já pensou no seu projeto de vida? Como você imagina seu futuro daqui a 10, 30, 50 anos? Anote no caderno um rascunho de seus planos e objetivos e compartilhe com a turma.**

1. Respostas pessoais.

2 **Você sabia que as pessoas idosas também podem ter um projeto de vida? Você conhece alguma que desenvolveu um projeto de vida na velhice? Registre suas respostas no caderno.**

2. Respostas pessoais.

3 **Leia o trecho de um artigo científico sobre projeto de vida para idosos. Depois, responda às questões propostas no caderno.**

Projeto de vida na velhice e suas dimensões afetivas: um estudo de caso

Os estudos sobre projeto de vida aprofundam as relações entre bem-estar psicológico e os objetivos que dão sentido às vidas das pessoas. Do termo *purpose* (traduzido para o português como projeto de vida, expressão amplamente utilizada no campo educacional brasileiro) vem a ideia de que as pessoas podem ter uma intenção estável sobre o futuro que as motiva e as leva à persistência de agir no presente em conformidade com seus objetivos e metas (Damon, 2009). Ter um projeto de vida significa engajar-se e ter comprometimento em relação aos seus objetivos, direcionar metas para alcançá-los, compreendê-los como significativos para si mesmos e de que forma eles podem impactar o mundo para além de si (Bronk, 2014).

[...]

O bem-estar manifesta-se de forma complexa nos projetos de vida dos idosos, logo que se assume na ideia de geratividade, no que se quer deixar para o mundo, e também de uma forma bastante concreta, no modo como as ações, decisões e aspirações cotidianas são realizadas. Para Bundick (2009), os projetos de vida, independentemente de seu conteúdo, centrados no *self* ou extrapolando-os, precisam envolver os seguintes aspectos:

a) estabilidade ao longo de certo período, ainda que possa sofrer alterações e ajustes;

b) objetivos de longo prazo que operem a vida do sujeito, articulando múltiplas metas concretas;

c) serem organizadores e motivadores da vida do sujeito, fazendo que estes tomem decisões, formulem objetivos de curto prazo e se dediquem a atividades necessárias para sua concretização.

Sendo assim, na qualidade de trazerem sentido à existência humana e comprometerem o sujeito em ações cotidianas em busca de objetivos, os projetos de vida colaboram com vivências mais positivas, gerando bem-estar, para além do prazer pessoal e egocêntrico. No processo de envelhecimento, os projetos de vida ganham contornos singulares. Ao manter objetivos na busca de realização pessoal, social e contribuição com a sociedade de uma forma geral, os idosos podem lidar com os marcos cronológicos, biológicos, sociais e psicológicos inerentes a essa etapa da vida com força pessoal e perseverança.

[...]

ARANTES, Valéria; PINHEIRO, Viviane; AMANDO, Marília. Projeto de vida na velhice e suas dimensões afetivas: um estudo de caso. *Revista Internacional d'Humanitats*, São Paulo: Universitat Autônoma de Barcelona, v. 22, n. 45, jan./abr. 2019. p. 137-150. Disponível em: www.hottopos.com/rih45/137-150VArantes.pdf. Acesso em: 29 jul. 2024.

a) Ao mencionar que, no processo de envelhecimento, os projetos de vida possuem objetivos na busca de realização pessoal e social, pensando na contribuição para a sociedade de uma forma geral, como você acha que as pessoas idosas que conhece lidam com isso? Converse com os colegas e o professor e, se julgar pertinente, escolha uma pessoa idosa da família ou da comunidade em que vive para conversar sobre esses pontos. **3.** Respostas pessoais.

b) Quais são as vantagens para a sociedade no desenvolvimento de um projeto de vida, no aprendizado de algo novo ou na realização de algum projeto profissional na velhice? O que os indivíduos e a sociedade precisam fazer para que isso não seja uma exceção?

c) Quais são os cuidados pessoais, os hábitos alimentares, a frequência de prática de atividades ou exercícios físicos que você pode ter hoje para que possa alcançar uma velhice saudável com novos sonhos, objetivos e metas?

d) Quais são as condições que você gostaria de ter no local em que você vai viver durante a velhice? Por quê?

4 **Observe as imagens a seguir. Responda oralmente: alguma dessas atividades pode fazer parte do seu projeto de vida da velhice? Por quê?** **4.** Respostas pessoais.

Yagi Studio/iStock/Getty Images

Boxe.

Gerson Gerloff/Pulsar Imagens

Bocha.

hurricanehank/Global Images Ukraine/Getty Images

Corrida.

Fly View Productions/iStock/Getty Images

Ioga.

Kyodo News/Getty Images

Surfe.

Roberto Galan/iStock/Getty Images

Motociclismo.

Não escreva no livro.

FG Trade/iStock/Getty Images

Trabalho remunerado.

andreswd/iStock/Getty Images

Momento de lazer.

5 **Agora, retome o rascunho de planos e objetivos que você compôs na atividade 1 e, considerando a leitura sobre projeto de vida das pessoas idosas e suas respostas em relação às imagens reproduzidas, elabore um quadro de inspirações para seu projeto de vida na velhice. Esse quadro pode ser criado virtualmente, em alguma plataforma digital, ou fisicamente com recortes e colagens. Monte-o com referências do que você espera para seu futuro durante a velhice. Considere os lugares que você gostaria de visitar, as atividades que gostaria de fazer, as comidas que gostaria de provar, a família que gostaria de formar, os animais de estimação que gostaria de ter, etc.** 5. Resposta pessoal.

Quem define quem você quer ser?

Leia o texto a seguir.

Já ouviu falar em ageísmo? [...]

Sabe aquele modelo de velhice que retrata um idoso de bengala, encurvado, cabelos brancos, óculos, sentado em uma cadeira de balanço, sem perspectivas, apenas esperando o tempo passar? Esqueça essa imagem!

Se você (ainda) acredita que essas características descrevem o sinônimo de ser idoso, precisamos esclarecer que elas merecem outro nome: ageísmo. Criado em 1969 pelo médico psiquiatra e gerontologista americano Robert Neil Butler, o termo é empregado para descrever a discriminação empreendida contra as pessoas mais velhas.

Comportamentos que vão desde considerar o idoso "desnecessário" ou "improdutivo" e até mesmo a infantilização do sujeito mais velho podem ser manifestações de ageísmo. Esse conceito engloba toda e qualquer atitude que denote discriminação ligada à idade. Os idosos são aqueles que mais sofrem com os "pré" conceitos que existem por parte da sociedade em relação ao envelhecimento.

[...]

KAIRALLA, Maisa. Já ouviu falar em ageísmo? A Madonna ajuda a entender. *Veja Saúde*, 7 jun. 2019. Disponível em: https://saude.abril.com.br/blog/chegue-bem/ja-ouviu-falar-em-ageismo-a-madonna-ajuda-a-entender/. Acesso em: 13 jun. 2024.

ENTRETENIMENTO A BORDO

Assista a *Up: altas aventuras* (2009, direção de Peter Docter), animação que conta a história de Carl Fredricksen, uma pessoa que, após um evento traumático, tem uma postura negativa, ensimesmada, que não permite trocas com o mundo ao redor. Verifique os estereótipos de velhice apresentados no filme.

Assista com a turma ao filme *Up: altas aventuras*. Incentive os estudantes a refletirem sobre alguns estereótipos da velhice, como o declínio físico. A animação conta a história de uma pessoa de 78 anos marginalizada, incompreendida e isolada da sociedade após a morte de sua esposa, mas que tem como cerne sua jornada de transformação pessoal.

6 **Você já fez algum tipo de julgamento sobre a capacidade de alguém por causa da idade? Exemplifique oralmente situações de pessoas idosas em espaços de lazer, trabalho ou cotidianas, como nas ruas, lojas ou no transporte público.**

6. Respostas pessoais.

7 **Você imagina por que o preconceito com idosos recebeu o nome de ageísmo? Explique sua hipótese oralmente e relacione-a ao significado de etarismo apresentado na charge a seguir.**

Cazo/Acervo do cartunista

Charge de Cazo, 2023. Disponível em: https://blogdoaftm.com.br/?s=etarismo. Acesso em: 31 out. 2024.

7. Espera-se que os estudantes acionem seus conhecimentos linguísticos, sobretudo da língua inglesa, para associar o sentido da palavra **ageísmo** ao seu processo de formação: a palavra inglesa *age* (idade) + o sufixo -ismo. Na língua portuguesa, usa-se o termo **etarismo** com o mesmo sentido.

8 **Considerando o conceito de ageísmo, realize uma pesquisa na internet para responder à seguinte questão: Qual é o papel da indústria de cosméticos nessa supervalorização da juventude? Após obter os resultados da pesquisa proposta, converse com os colegas sobre os efeitos dessa supervalorização da juventude.**

8. Espera-se que os estudantes identifiquem que a supervalorização da juventude contribui para o ageísmo quando modelos de padrão de beleza são apresentados com características joviais (sem rugas, tom de pele corada, cabelos escuros, etc). Por meio de pesquisas, é possível reconhecer que a indústria de cosméticos tem particular interesse em reforçar esse padrão de beleza para a comercialização de produtos.

9 **Como a mídia tem influenciado seus padrões de beleza? Que comportamentos você assume para atingi-los? Responda oralmente.**

9. Resposta pessoal. Incentive os estudantes a refletirem sobre quais hábitos relacionados às práticas corporais (corrida para emagrecer, musculação para ficar "forte", etc.), ao consumo de produtos ou serviços estão na "moda".

10 **Sua turma conhece ou utiliza algum aplicativo para a prática de ginástica? Compartilhe seus conhecimentos sobre o assunto com a turma oralmente e reflita sobre o estudo de Carleane Soares, Filipe Santos Ribeiro e Fabio Zoboli:**

> Os aplicativos de práticas corporais de musculação – assim como todos os demais aplicativos que gestam comportamentos frente aos usos políticos do corpo – constituem-se em estratégias que têm no corpo seu objeto de disciplina, governo e regulação em nome da saúde, da vitalidade e da vida. Estes aplicativos cada vez mais fazem parte da vida das pessoas e atuam na produção e disseminação de regimes de verdades sobre o corpo e sobre como viver [...].

SOARES, C.; RIBEIRO, F. S.; ZOBOLI, F. Aplicativos de musculação como dispositivos biopolíticos de educação do corpo. *Revista on line de Política e Gestão Educacional*, Araraquara, v. 25, n. 3, set./dez. 2021. p. 2475-2492. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/15467. Acesso em: 24 jun. 2024.

- Você concorda que esses aplicativos de práticas corporais são instrumentos contemporâneos de educação do corpo, na medida em que atuam como dispositivos de controle e produção de corpos padronizados?

10. Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

DESEMBARQUE

Após refletir sobre o processo de envelhecimento, chegou a hora de trocar conhecimentos com as pessoas idosas da sua comunidade. Você vai fotografar um idoso durante a realização de uma atividade física praticada por ele e, depois, vai convidá-lo para fazer uma demonstração na escola, em um evento da turma. Assim, vocês vão poder conhecer as histórias de vida dessas pessoas e conversar sobre o que aprenderam neste capítulo.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

EVENTO PARA COMPARTILHAR SABERES

Agora é hora de colocar a mão na massa! Reúnam-se em grupo e informem-se sobre o que vocês vão fazer.

Evento	Compartilhar saberes.
Situação	Fazer atividade física é essencial para a saúde e pode ser uma excelente maneira de ficar perto dos idosos da família e da comunidade, respeitando suas especificidades e valorizando sua presença. Com o professor, organizem um momento para receber os idosos e deixá-los à vontade para falar sobre suas práticas de atividades físicas. A escola terá as portas abertas para que eles compartilhem quem são e o que fazem, e você acompanhará seu convidado na conversa e nas atividades adaptadas para esse evento.
Tema	Cultura corporal dos idosos da comunidade.
Objetivos	1) Conhecer práticas corporais de idosos da comunidade, diminuir distâncias e preconceitos possíveis sobre esse grupo social. 2) Oferecer espaço de protagonismo ao idoso para que ele compartilhe suas práticas, demonstrando-as e realizando-as com os estudantes.
Quem é você	Organizador do evento.
Para quem	Estudantes e pessoas idosas da comunidade escolar.
Tipo de produção	Coletiva.

Conhecendo as pessoas idosas e compartilhando conhecimentos

Durante a seção *Na estrada*, a turma conversou sobre como a prática de atividades e exercícios físicos é um direito das pessoas idosas, relacionada ao exercício da cidadania. Agora, vocês vão planejar o evento "Compartilhar saberes" para dividir conhecimentos.

1 **Você convive com idosos que praticam atividades ou exercícios físicos? Responda oralmente.**

1. Resposta pessoal.

2 **As situações apresentadas durante o estudo deste capítulo podem auxiliar o convívio familiar e comunitário assegurados pelo Estatuto da Pessoa Idosa? Responda oralmente.**

2. Espera-se que os estudantes respondam afirmativamente e discutam o fato de que, além dos benefícios individuais da prática de atividades e exercícios físicos, as práticas corporais são modos de vivenciar a socialização em meio comunitário, efetivando os diretos básicos do Estatuto da Pessoa Idosa. O objetivo desta questão é promover a reflexão dos estudantes sobre a importância do engajamento no processo de acolhimento das pessoas idosas, sobretudo daquelas próximas a eles.

Registro fotográfico

Você sabe que atividades físicas as pessoas idosas da sua comunidade praticam? Utilizando recursos da fotografia, você vai fazer um estudo na sua comunidade para descobrir.

A fotografia é uma das formas de expressão artística mais acessível que existe. Principalmente por estar ligada ao registro de momentos, eventos ou pessoas – ou seja, de nossas memórias –, é comum a afirmação de que ela "congela" um momento, eternizando-o. Mesmo não sendo um fotógrafo profissional, você provavelmente tem familiaridade com a fotografia: fotografar, ser fotografado, fazer uma *selfie*, editar e usar filtros em suas fotografias e compartilhá-las em redes sociais são ações que fazem parte da rotina de muitas pessoas.

Não escreva no livro.

Localize, em sua comunidade, pessoas idosas que se envolvem com a prática regular de um elemento da Cultura Corporal de Movimento, seja em praças, parques, clubes ou academias. Você vai precisar de uma câmera fotográfica, que pode ser a de um celular. Antes, leia outras orientações de John Hedgecoe, em *O novo manual de fotografia*.

Seleção de um ponto de vista

Compreender bem o que é composição lhe permite tirar muitas fotos diferentes da mesma cena. Ao fotografar um motivo, sobretudo um motivo grande como um prédio, tente olhar para ele de todos os ângulos acessíveis. [...]

Ao explorar tantas posições de câmera quanto possível, você não estará apenas descobrindo novos ângulos do motivo em si – descobrirá também que o primeiro plano e o fundo da fotografia mudam a cada novo ponto de vista. [...]

À medida que você se movimenta, entram no campo de visão elementos diferentes, que podem ser usados para equilibrar o motivo ou enquadrar a foto. A iluminação também mudará. Isso abre novas possibilidades de obter um novo ângulo num local já muito conhecido – sem levar em conta as diferentes horas do dia e estações do ano, que ainda podem lhe dar outras ideias.

HEDGECOE, John. *O novo manual de fotografia*: guia completo para todos os formatos. 4. ed. São Paulo: Senac, 2005. p. 186.

- Converse com essas pessoas e peça autorização por escrito para fotografá-las durante a prática corporal. Preste atenção se a iluminação está adequada e veja a partir de onde você vai tirar a fotografia para atingir uma composição do seu agrado.

Organizando o evento

Preparação do evento

Como fazer

1º passo: conversando com uma pessoa idosa

- Convide uma das pessoas que você fotografou para uma conversa. Combine com ela o melhor dia, horário e lugar para o encontro, que terá como temática o envelhecimento. É possível conduzir a conversa com base nas questões a seguir.

  a) Quais foram suas motivações para iniciar uma prática corporal?

  b) Há quanto tempo e com que frequência você a pratica?

  c) Quais são os benefícios físicos, psicológicos e sociais dessa prática corporal?

  d) Quais são os princípios, métodos e estilo de vida que orientam essa atividade?

  e) Quais são os principais movimentos e gestos corporais dessa atividade?

  f) Você é acompanhado, em sua prática corporal, por um profissional da área da saúde?

2º passo: convidando a pessoa idosa para o evento da escola

- Após a conversa inicial, convide a pessoa para compartilhar, em um evento da escola, os conhecimentos sobre a prática corporal que ela realiza. Explique que esse evento terá atividades adaptadas especialmente para as pessoas idosas da comunidade.
- Avise-o de que ele poderá compartilhar com os estudantes quem é e o que faz, além de demonstrar, para a turma, alguns movimentos da atividade física que pratica. Você vai acompanhar seu convidado na realização das atividades adaptadas.
- Avalie a pertinência da prática corporal sugerida e a viabilidade da vinda do convidado escolhido à escola. Sinalize ao professor se é preciso suporte ou necessidade especial para recebê-lo.

Não escreva no livro.

3º passo: preparando a recepção dos idosos na escola

- A turma deve se dividir em grupos de acordo com as práticas selecionadas, levando em consideração as semelhanças entre elas.
- Definam a ordem e o tempo de duração para cada grupo. Determinem também a ordem e o tempo que cada convidado terá para se apresentar.
- De acordo com a conversa prévia, separem o material necessário para preparar a dinâmica ou o confeccionem utilizando material reciclável.
- Selecionem o espaço mais adequado da escola para a vivência das práticas a serem apresentadas.
- Organizem-se em subgrupos que ficarão responsáveis pelo auxílio na demonstração das atividades práticas, bem como pelo compartilhamento dos conteúdos estudados ao longo do capítulo.
- Imprimam uma fotografia de cada convidado, tirada por vocês durante a prática de atividade física deles.
- Montem uma *playlist* com canções que agradem os convidados e os organizadores durante as atividades práticas.

FG Trade/iStock/Getty Images

Pessoas idosas e adolescentes podem interagir em diversas atividades, 2020.

Colocando em prática

No dia do evento, mais alguns cuidados são necessários para a recepção das pessoas idosas na escola. Sigam as orientações e aproveitem os momentos de aprendizado e diversão com eles!

Realizando o evento

Como fazer

- Organizem o espaço de modo que pessoas que não queiram ou não possam realizar as atividades corporais na íntegra fiquem acomodados e à vontade enquanto os demais se exercitam.
- Agrupem o material a ser utilizado nas práticas em um único canto do espaço, de modo que ninguém se machuque ou sofra acidentes.
- Posicionem o aparelho de som de modo que as canções da *playlist* a serem tocadas não incomodem ou atrapalhem os convidados durante o evento.
- Colem as fotografias dos convidados na parede do espaço em que a atividade será realizada. Mostrem as fotografias aos convidados no momento das apresentações, a fim de valorizá-los.
- Recebam as pessoas idosas com respeito: elas foram convidadas por vocês.
- Acolham os convidados no espaço selecionado e assegurem-se de que todos possam se sentar e descansar confortavelmente ao longo das apresentações.

- Organizem as apresentações das práticas corporais de acordo com a ordem e o tempo determinados para cada grupo.
- Ressaltem a importância da presença dos convidados na escola para os objetivos dos estudos sobre o processo de envelhecimento.
- Deem o devido espaço e respeito aos idosos quando forem compartilhar suas experiências, vivências e conhecimentos, valorizando a diversidade de saberes e vivências.

FG Trade/iStock/Getty Images

Pessoa idosa ministrando palestra para adolescentes, em 2021.

andreswdf/iStock/Getty Images

Avó joga damas com a neta, 2023.

- Ao término do evento, acompanhem os convidados até a saída da escola e reorganizem o espaço utilizado para a realização da atividade. Depois, compartilhem as impressões sobre o evento com a turma.

Avaliação do evento

1 **Avaliem o evento "Compartilhar saberes": o que lhes agradou e o que fariam de outro modo? Com a devida autorização dos convidados, onde e como a turma vai expor as fotografias dos idosos de modo a incentivar a prática de atividades físicas por outras pessoas da comunidade? Respondam oralmente.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

2 **Conversem com os convidados do evento, usando os questionamentos a seguir. Depois, compartilhem as respostas com a turma.**

- Você gostou de praticar atividade física com um grupo de pessoas?
- Você gostou de participar de um evento na escola preparado especialmente para pessoas idosas?
- Você considera que as práticas corporais apresentadas são adequadas para as suas necessidades?
- Você se animou a começar uma nova atividade física ao ver uma pessoa idosa praticando-a? Por quê?

ENTRETENIMENTO A BORDO

Assista ao filme *Um senhor estagiário* (2015, 2h15min), dirigido por Nancy Meyers, e acompanhe a história do viúvo Ben Whittaker, aposentado de 70 anos que aproveita a oportunidade para se tornar um estagiário sênior em um *site* de moda. Ben logo se torna popular entre seus colegas de trabalho mais jovens. Seu charme, sabedoria e senso de humor o ajudam a desenvolver um vínculo especial e uma bela amizade com sua chefe, Jules Ostin.

Waverly Films: Fac-símile/ID/BR

Cartaz do filme *Um senhor estagiário*, dirigido por Nancy Meyers, 2015.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Agora, vamos refletir sobre o que você e os colegas vivenciaram neste capítulo. É hora de avaliar a viagem que você fez ao mundo da velhice bem-sucedida, envelhecimento ativo, saúde ampliada e abordagem multidisciplinar da educação física. Para isso, organizem-se em uma roda de conversa e debatam as questões a seguir.

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

Responda às questões a seguir no caderno.

1. Você sabia que as pessoas idosas podiam praticar tantas atividades físicas? Quais você já conhecia e quais descobriu?
2. Cite algumas características da velhice bem-sucedida.
3. Quais são os determinantes do envelhecimento ativo?
4. Qual é o conceito de saúde ampliada?
5. Exemplifique exercícios aeróbios e anaeróbios.
6. Quais são as modificações corporais durante exercícios intensos?
7. Quais são as práticas corporais de movimento encontradas em sua comunidade?
8. Por que o projeto de vida é importante no processo de envelhecimento?
9. Como você define o ageísmo e em que situações ele é praticado em nossa sociedade?
10. Quais são as etapas do planejamento de um evento na escola?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas destas subseções são pessoais. *Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

Responda às questões a seguir no caderno.

1. Você gostou de conhecer os determinantes do envelhecimento ativo? Por quê?
2. Você se considera preparado para envelhecer? Em quais aspectos?
3. Você considera que sua flexibilidade já está em declínio? Que ações você planejou realizar para reverter esse processo?
4. Você se sentiu desafiado ao realizar exercícios que estimulam a capacidade funcional dos idosos (equilíbrio e tempo de reação e movimento)?
5. O que chamou mais a sua atenção nas diferentes formas de envelhecer?
6. De acordo com a perspectiva de saúde ampliada, você se considera saudável? Que aspectos podem melhorar sua saúde nessa perspectiva?
7. Quais foram suas percepções sobre as diferentes frequências cardíacas ativadas na 3ª Parada? Você melhorou sua percepção sobre seus sentimentos e batimentos cardíacos?
8. Em seu projeto de vida, a prática corporal estará incluída? Você gostaria de registrar esses momentos para montar um álbum de fotografias quando envelhecer?
9. Quais foram suas percepções ao entrar em contato com os idosos que participaram do evento na escola?
10. Como você avalia sua participação no evento criado com os idosos?

BRINCADEIRAS E JOGOS: MÚLTIPLOS SIGNIFICADOS

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- refletir sobre a importância dos jogos e das brincadeiras em nossa constituição sócio-histórica e em nossa identidade cultural;
- compreender o lazer como um direito social e sua relevância para a formação cidadã;
- explorar os valores dos jogos cooperativos, como a cultura de paz, em contraste com a competitividade;
- investigar e valorizar as brincadeiras e os jogos de matriz africana, relacionando-os com a filosofia ubuntu e a promoção da justiça social e do combate ao racismo;
- conhecer e experimentar brincadeiras e jogos de matriz africana;
- fazer uma análise documental de jogos e brincadeiras;
- produzir um relatório de pesquisa a fim de compartilhar os resultados com a comunidade e contribuir para a valorização da cultura lúdica como lazer.

Crianças kamayurá se refrescam e se divertem nas águas da lagoa Ipawu, no Parque Indígena do Xingu, em Gaúcha do Norte (MT), 2023.

CAPÍTULO 5

Ricardo Teles/Pulsar Imagens

EMBARQUE

Neste capítulo, você vai entrar no universo dos jogos e das brincadeiras, práticas da Cultura Corporal de Movimento que, além de entretenimento, são ferramentas de formação social, cultural e pessoal. Será explorada a diversidade de significados dessas atividades em diferentes contextos, desde as brincadeiras tradicionais brasileiras até os jogos eletrônicos contemporâneos. Nesse percurso, você vai investigar práticas lúdicas cooperativas e suas relações com a cultura de paz, além de analisar brincadeiras e jogos de matriz africana, reconhecendo nelas a expressão de valores e do combate ao preconceito racial. Que tal vivenciar essas práticas, analisá-las e refletir sobre como elas moldam a identidade das pessoas, contribuindo para a convivência entre elas?

FOCO NA IMAGEM

1. a) Resposta pessoal. Incentive a discussão. O objetivo é fazer os estudantes compartilharem suas vivências com os jogos e as brincadeiras apresentados e o que sabem a respeito de cada um.

1. b) Não. As duas fotos da coluna da esquerda e a última foto da coluna da direita mostram brincadeiras praticadas na rua, enquanto a outra foto não mostra com exatidão onde a ação acontece. Pode ser o quintal de uma casa, por exemplo.

As brincadeiras e os jogos estão presentes em diferentes culturas e períodos históricos, apresentando múltiplos significados e usos. Do ponto de vista histórico, essas manifestações culturais transcendem gerações, preservando saberes, tradições e valores ao mesmo tempo que agregam novos elementos.

1 **Observe alguns jogos e brincadeiras nas fotografias a seguir. Depois, converse com os colegas e o professor sobre as questões.**

Rolando de Freitas/Estadão Conteúdo

Crianças se divertem com carrinho de rolimã no projeto Ruas de Lazer, que transformou as ruas de São Paulo (SP), 1978.

Rolando de Freitas/Estadão Conteúdo

Crianças jogando bafo no projeto Ruas de Lazer, em São Paulo (SP), 1963.

Alfredo Rizzuti/Estadão Conteúdo

Crianças brincando de jogo de taco em rua de São Paulo (SP), 1971.

Messias A. da Silva/Estadão Conteúdo

Crianças brincando de pedra, papel e tesoura, em São Paulo (SP), 1971.

a) Você conhece ou já experimentou alguma das brincadeiras ou dos jogos representados nas fotografias? Comente com os colegas e o professor o que vê nas imagens, como são esses jogos e brincadeiras e sua experiência com eles, se tiver.

b) Todos os jogos e brincadeiras estão sendo praticados no mesmo ambiente? Que elementos das imagens possibilitam identificar o ambiente?

Não escreva no livro.

c) Todas essas fotografias fazem parte do acervo do jornal *O Estado de S. Paulo*. Você sabe o que é um acervo? Qual é a sua função e importância? Por que manter guardadas fotografias de brincadeiras e jogos?

d) Na sua opinião, as brincadeiras e os jogos retratados nas imagens ainda são praticados? Você já viu algum deles sendo praticado no lugar onde mora?

FOCO NO DIÁLOGO

2 **Leia os textos a seguir e debata as questões com o professor e os colegas.**

Texto 1

[...] o jogo é uma atividade ou ocupação voluntária, exercida dentro de certos e determinados limites de tempo e de espaço, segundo regras livremente consentidas, mas absolutamente obrigatórias, dotado de um fim em si mesmo, acompanhado de um sentimento de tensão e de alegria e de uma consciência de ser diferente da "vida quotidiana". [...]

Huizinga, Johan. *Homo Ludens*: o jogo como elemento da cultura. Tradução: João Paulo Monteiro. São Paulo: Perspectiva, 1971. p. 33.

Texto 2

[...]

Brinquedo, brincadeira e jogo são termos que podem se confundir, uma vez que a sua utilização varia de acordo com o idioma utilizado.

[...] O vocábulo brinquedo, utilizado no português, é *jouet* no francês e *toy* na língua inglesa, com clara distinção semântica.

Quanto à designação dos verbos brincar e jogar, existem dificuldades na sua utilização. Enquanto no português há uma definição que distingue as duas ações, no inglês e no francês ambas têm diversos significados, muitos dos quais diferentes da ação lúdica infantil. No inglês, o termo *game* designa o ato de jogar e se refere mais especificamente aos jogos de regras; entretanto, ele pode se confundir e ter o mesmo significado de *play*, que indica o brincar, a ação da brincadeira. A língua francesa designa o termo *jouer* para as ações de brincar e de jogar, não fazendo distinção semântica entre elas. Tanto no inglês quanto no francês, os vocábulos que designam as ações de brincar e de jogar também têm outros significados. Eles também podem ser utilizados para tarefas como representar, tocar instrumentos e uma gama imensa de atividades, diferentes da ação lúdica infantil.

[...]

Cordazzo, Scheila Tatiana Duarte; Vieira, Mauro Luís. A brincadeira e suas implicações nos processos de aprendizagem e de desenvolvimento. *Estudos e pesquisas em psicologia*, v. 7, n. 1, p. 92-104, 2007. Disponível em: https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844613011.pdf. Acesso em: 28 ago. 2024.

a) Como o conceito de jogo apresentado por Johan Huizinga diferencia o jogo das atividades cotidianas? Quais são os elementos fundamentais que ele identifica como característicos do jogo?

b) Como as diferenças semânticas entre os termos **brincar** e **jogar** em português, inglês e francês podem influenciar a compreensão dessas atividades em diferentes culturas?

3 **Junte-se a um colega para procurar as acepções de jogo e de brincadeira em pelo menos dois dicionários diferentes. Pesquise também as definições dos verbos jogar e brincar. Consulte fontes impressas ou *on-line*. No caderno, anote os resultados da pesquisa e os dados completos das fontes consultadas. Depois, converse com a turma e o professor sobre as questões propostas.**

a) Houve variedade nas fontes consultadas pela turma? Quais critérios você e os colegas utilizaram para selecioná-las? **3.** Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

b) Quais são as principais semelhanças encontradas nas definições de **jogo** e **jogar** e de **brincadeira** e **brincar**? E as principais diferenças?

c) Considerando as definições pesquisadas e analisadas pela turma, podemos dizer que jogo e brincadeira são a mesma coisa?

d) Nas pesquisas que fizeram, os jogos e as brincadeiras aparecem associados apenas à infância? Se sim, por quê? Jogar e brincar são atividades exclusivas das crianças?

1. c) A palavra **acervo** se origina do termo latino *acervus*, que tem o sentido de coleção. Em geral, é utilizada para fazer referência a uma coleção de obras ou bens que fazem parte de um patrimônio público ou privado. Esse patrimônio pode ser de âmbito artístico, bibliográfico, científico, documental, genético, iconográfico, histórico, etc.

1. d) Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

2. a) Huizinga diferencia o jogo das atividades cotidianas ao destacá-lo como uma atividade voluntária e autônoma, em tempo e espaço, com regras livremente estabelecidas. O jogo tem um fim em si mesmo, sendo acompanhado por sentimentos de tensão, de alegria e pela consciência de que é uma atividade diferente da vida cotidiana.

2. b) Essas variações semânticas refletem como diferentes culturas entendem e valorizam as atividades lúdicas, influenciando a forma como essas práticas são vistas e experimentadas e evidenciando como a língua e a cultura apresentam uma diversidade de sentidos atribuídos às brincadeiras e aos jogos.

Diferenças entre brincadeira, jogo e esporte

NA ESTRADA

Nesta seção, você vai explorar jogos e brincadeiras que marcaram sua infância, refletindo sobre a importância deles na sua formação social e cultural, além de debater o lazer como um direito garantido. Você também vai mergulhar no mundo dos jogos eletrônicos, analisando seus impactos positivos e desafios, e refletir sobre o equilíbrio entre os jogos virtuais e outras formas de lazer. A seção também vai levar você ao universo dos jogos cooperativos, no qual o foco está no trabalho coletivo, na solidariedade e na construção de uma cultura de paz. Você também vai fazer uma viagem às raízes culturais africanas, por meio da qual conhecerá brincadeiras e jogos de matriz africana, valorizando a diversidade e refletindo sobre a aplicação dos valores da filosofia ubuntu no cotidiano e sobre o combate ao preconceito racial.

1ª PARADA

A relevância social das brincadeiras e dos jogos

Brincar e jogar não são práticas exclusivas da infância, mas têm uma importância especial nessa etapa da vida. Nesta parada, você vai relembrar brincadeiras e jogos de quando era criança e vai refletir sobre a relevância social dessas práticas e suas relações com o direito ao lazer.

1 **Quais jogos e brincadeiras você costumava praticar na infância? Você pratica algum ou alguma atualmente? No caderno, organize essas respostas em uma tabela. Na primeira coluna, liste as vivências da infância. Na segunda, insira as vivências da adolescência e da atualidade. Depois, responda às questões.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

a) Compartilhe suas respostas com a turma. Houve muitas coincidências entre os exemplos listados por vocês? Há algum jogo ou brincadeira indicado pelos colegas que você não conhecia? **1. a)** Respostas pessoais.

b) É possível diferenciar as práticas citadas por você e pelos colegas entre jogos e brincadeiras tradicionais (como pega-pega, esconde-esconde, jogos de tabuleiro) e jogos eletrônicos ou mediados por tecnologias digitais? Que sentimentos e experiências cada tipo de jogo proporciona?

c) Há jogos ou brincadeiras que vocês conhecem por nomes diferentes? E variações entre os modos de jogar e brincar de jogos e brincadeiras com o mesmo nome? Por que isso acontece? **1. c)** Respostas pessoais.

d) Compare quanto tempo você passava jogando e brincando quando era criança e hoje. Há diferença?

e) Como vimos, de forma geral, os jogos e as brincadeiras se diferenciam principalmente em relação às regras. Nas brincadeiras, elas costumam ser mais flexíveis que nos jogos, que são menos espontâneos. Considerando essa afirmação, quais dos exemplos listados pela turma se caracterizam como brincadeiras e quais se caracterizam como jogos?

f) Vamos ver se essa diferenciação funciona na prática? Escolham uma das brincadeiras e um dos jogos listados pela turma para praticar. Após a vivência, troquem impressões:

- Houve alterações na forma de brincar ou de jogar?
- Vocês se lembraram das regras ou tiveram de criar alguma adaptação?
- Em caso positivo, o que levou a essas mudanças?

2 **Agora, você vai fazer um levantamento de informações com pessoas mais velhas que fazem parte do seu convívio para descobrir do que elas brincavam quando eram crianças. Depois, vai refletir sobre as transformações das brincadeiras, dos jogos e das formas de lazer ao longo do tempo, além de experimentar parte do repertório cultural de sua comunidade.**

1. b) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes percebam que nos jogos tradicionais há interação física e social direta, atividades ao ar livre e ações corporais mais amplas. Já nos jogos eletrônicos, que podem ser praticados individualmente ou em grupo, a experiência pode estar mais relacionada a habilidades cognitivas e reflexos rápidos das mãos. Os estudantes também podem citar os chamados *exergames*, nos quais a interface do jogo envolve movimentação corporal mais ampla.

1. d) Resposta pessoal. É provável que a maioria dos estudantes perceba que passava mais tempo jogando e brincando na infância do que atualmente, já que, com o passar do tempo, as responsabilidades e o tempo dedicado a atividades como estudos e trabalho aumentam.

Não escreva no livro.

3. a) Respostas pessoais. Faça esse levantamento coletivamente para que os estudantes estabeleçam comparações entre os relatos orais das pessoas mais velhas com suas memórias de infância.

Conversando com pessoas mais velhas

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

Como fazer

- Combine um dia, horário e local para conversar com pessoas de gerações anteriores à sua – familiares, amigos, vizinhos, etc.
- Organize um roteiro de conversa e utilize-o para fazer um registro por escrito. Primeiro, anote no caderno o nome, a data e o local de nascimento dessas pessoas e, depois, faça os questionamentos. Algumas possibilidades de perguntas são:
  a) Onde você brincava na infância: na rua, em casa, no condomínio, no clube, na praia?
  b) Você costumava brincar sozinho ou em grupo?
  c) Quando costumava brincar: todo dia ou somente em dias determinados? O dia inteiro ou em um determinado momento do dia?
  d) Quais eram os nomes das brincadeiras? Como se brincava? Quais dessas brincadeiras você chamava de jogos? Por que você as chamava de jogos?
  e) Quando você era criança havia jogos e brincadeiras eletrônicos?
  f) Como você acha que o modo de jogar e brincar de hoje se diferencia do modo como você brincava?
  g) Você já pensou que essas memórias da sua infância podem ser um rico conteúdo para uma reflexão acerca do passado da comunidade?
- Anote cada detalhe dos relatos orais, bem como os nomes das brincadeiras e dos jogos mencionados, seguidos de uma breve descrição de como eram essas práticas. É possível que tenha havido uma mescla no que se entende por jogo e por brincadeira, mas, com base no que já estudou até aqui, você pode fazer essa distinção.
- Por fim, analise os depoimentos como histórias orais do passado, tratando-os como possíveis fontes documentais: as brincadeiras citadas pelos entrevistados ainda são comuns nos dias de hoje? Elas passaram por mudanças ao longo dos anos? As brincadeiras com regras específicas eram chamadas de jogos? O que essas pessoas pensam sobre as mudanças ocorridas no modo de brincar e jogar hoje em dia? Elas se preocupam com algum risco do uso excessivo de telas entre crianças e jovens?
- Se possível, peça às pessoas entrevistadas que mostrem fotografias de seus momentos de brincadeiras e jogos, pois esse material visual pode ser mais uma fonte de pesquisa interessante para a produção final, na qual você vai desenvolver e apresentar uma pesquisa documental.

3. b) Respostas pessoais. Incentive a discussão e contribua para que os estudantes percebam que os diferentes lugares estão relacionados ao momento histórico. Provavelmente, a rua é o espaço que mais aparece nos depoimentos de pessoas de gerações anteriores; a explicação costuma ser "porque havia menos violência". Atualmente, os espaços internos ganharam importância em detrimento das ruas, seja pelo aumento da violência, seja pelo trânsito intenso, sobretudo nas grandes cidades.

3. c) Resposta pessoal. A ideia do debate é levar os estudantes a reconhecer e dialogar sobre os espaços públicos do município onde moram. Alguns exemplos que podem ser citados: ruas, praças, parques, campos, quadras poliesportivas, bibliotecas e centros culturais. Eles também podem citar o fato de os jogos mediados por tecnologias envolverem espaços menores e privados.

VALE VISITAR

Consulte o *site* do programa Território do Brincar, no qual são divulgados textos, fotos e vídeos que revelam as muitas infâncias existentes no Brasil. Durante 21 meses, a equipe do Território percorreu comunidades rurais, indígenas, quilombolas, grandes metrópoles, sertão e litoral em um trabalho de escuta, intercâmbio de saberes, registro e difusão da cultura infantil. Essa pode ser uma fonte interessante para a pesquisa documental que você irá produzir na seção *Desembarque*. Disponível em: https://territoriodobrincar.com.br. Acesso em: 5 set. 2024.

3 **Após o levantamento de informações, converse com a turma sobre as questões a seguir. Registre os pontos que considerar mais relevantes no caderno.**

a) Que características foram observadas nos jogos e nas brincadeiras relatadas? Em que essas características se assemelham aos exemplos listados pela turma na atividade **1** e em que elas se diferenciam?

b) De acordo com os depoimentos, qual era o lugar e o momento do dia preferidos pelas pessoas para brincar e jogar quando eram crianças? Eles coincidem com o lugar e o momento do dia em que você mais brincava na infância e que brinca hoje? E o tempo que você se dedica a jogos eletrônicos ou mediados por tecnologias?

c) Com base nos relatos, como você percebe as modificações nos espaços de lazer ao longo do tempo?

d) Como foram as vivências e as opiniões das pessoas mais velhas em relação ao envolvimento de crianças e jovens de hoje em dia com brincadeiras e jogos eletrônicos?

3. d) Resposta pessoal. As opiniões das pessoas mais velhas em relação ao envolvimento de crianças e jovens com jogos eletrônicos podem variar. Alguns podem ver essas mudanças com preocupação, destacando o excesso de tempo que os jovens passam em frente às telas, o isolamento social e a falta de atividade física. Outros podem reconhecer os aspectos positivos dos jogos eletrônicos, como o desenvolvimento de habilidades cognitivas, a possibilidade de socialização *on-line* e a diversão. No entanto, é comum que os mais velhos sintam que as brincadeiras e os jogos de sua época eram mais saudáveis e proporcionavam uma interação social mais direta e ativa.

4. a) Incentive os estudantes a procurar nas leis, como a Constituição Federal, a garantia ao lazer. Uma vez que consta em lei, o Poder Público é obrigado a fornecer meios para que os indivíduos possam usufruir do lazer. É obrigação estatal em todos os níveis da federação. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

4. b) Espera-se que os estudantes reflitam sobre os direitos sociais como garantia de mais igualdade entre os cidadãos. Uma das formas de diminuir as discriminações sociais é, justamente, criar oportunidades para que todos os sujeitos possam se apropriar dos espaços públicos e exercer atividades de lazer. O uso de vias públicas como espaços de lazer implica a compreensão de cidades humanizadas, que priorizam as pessoas, e não as construções.

4 Algumas das fotografias que vimos na seção *Embarque* retratam crianças brincando no contexto das "Ruas de Lazer", projeto realizado no município de São Paulo a partir de 1976. A seguir, leia alguns trechos de uma reportagem de 2015 sobre o assunto. Observe também a imagem usada para ilustrar a reportagem em seu suporte original, a reprodução de uma página do jornal *O Estado de S. Paulo* em 1976 com uma notícia sobre o início do projeto.

JORNAL

Ruas de Lazer: brincadeira era na rua e aos domingos

Projeto da Secretaria de Esportes fechava vias para diversão da garotada nos anos de 1970

Depois de dividir opiniões, a Prefeitura anunciou que, a partir de outubro, a **Avenida Paulista** será interditada ao tráfego de veículos aos domingos, para se tornar um espaço voltado ao lazer de pedestres e ciclistas. Iniciativas culturais, como audiências públicas no vão do Masp, também serão promovidas. Na década de 1970, a carência de áreas de lazer na cidade motivou iniciativa parecida, a experiência das **Ruas de Lazer** promovida pela Secretaria de Esportes do Município.

[...]

O projeto começou em fevereiro de 1976 no Bosque da Saúde, a segunda surgiu na Casa Verde. No meio do ano seguinte, em maio de 1977, a cidade já contava com cerca de 80 Ruas de Lazer espalhadas por todas as regiões da cidade. Nos anos de 1980 a iniciativa perdeu fôlego.

A participação das associações de moradores caiu e o "dia de lazer se transformou em obrigação de divertimento, e a irritação dos moradores, que precisavam acordar cedo para retirar seus carros da rua, superou a expectativa de diversão", como revelou o **Estado**. Em meados de 1981 apenas nove Ruas de Lazer haviam sobrevivido.

Batista, Liz. Ruas de Lazer: brincadeira era na rua e aos domingos. *O Estado de S. Paulo*, 17 set. 2015. Disponível em: https://acervo.estadao.com.br/noticias/acervo,ruas-de-lazer-brincadeira-era-na-rua-e-aos-domingos,11438,0.htm. Acesso em: 20 ago. 2024.

Estadão Conteúdo/Arquivo do jornal

BNH lançará logo os módulos de construção

Ruas de lazer, só paliativo

Prefeitura do Rio explica o novo gabarito da Urca

Comércio critica novo Código

Para Prefeitura, ruas da Vila Conde Sarzedas são públicas

Reprodução de página da versão impressa do jornal *O Estado de S. Paulo* noticiando a criação das Ruas de Lazer do município de São Paulo, na década de 1970.

4. c) Espera-se que os estudantes reflitam sobre como as celebrações, as práticas corporais, as músicas e outras experiências sociais se constituem como momentos de lazer e podem dialogar com a ludicidade. Assim, a relação de prazer, a ludicidade e a não obrigatoriedade são evidências de que o lazer pode ser relacionado com jogos e brincadeiras.

4. d) Espera-se que os estudantes reflitam acerca do direito ao descanso e ao entretenimento que todos os cidadãos têm, como uma necessidade humana básica. O lazer dialoga com as áreas da educação, da política, da economia, das artes e do trabalho.

4. e) Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes falem dos espaços que frequentam para realizar atividades de lazer.

4. f) Os estudantes devem verificar se a comunidade ocupa os espaços públicos e privados e identificar uma diversidade de pessoas de diferentes gêneros, classes sociais, idade, etc. Reflita com a turma sobre possíveis barreiras sociais para que esses espaços não sejam democraticamente utilizados.

a) Os trechos da reportagem comparam as Ruas de Lazer da década de 1970 à interdição da Avenida Paulista aos domingos, iniciativa que começou em 2015. Nos dois momentos, existe o envolvimento da prefeitura nas ações. Por que a prefeitura criou ações para assegurar o lazer à população?

b) A Constituição Federal do Brasil, homologada em 1988, garante a todos os cidadãos o direito social ao lazer. Tendo isso em mente, pesquise os três textos legislativos que tratam de algumas políticas públicas ligadas à garantia do lazer em espaços públicos, em diferentes estados do país: artigo 6º, artigo 217, parágrafo 3º, e artigo 227. Depois, converse com os colegas e o professor: De que forma essas leis podem contribuir para reduzir as discriminações sociais, oriundas das desigualdades econômicas, no que diz respeito ao acesso ao lazer em espaços públicos?

c) De que maneira os jogos e as brincadeiras estão relacionados aos momentos de lazer?

d) Qual é a importância do lazer na vida das pessoas e qual pode ser a relação entre lazer e trabalho?

e) Quais espaços podem ser classificados como públicos e privados para o lazer em sua comunidade? Você utiliza algum desses espaços? Se sim, quais?

f) Todos de sua comunidade têm o mesmo acesso a esses espaços? Quais barreiras são encontradas? Quais medidas podem ser tomadas para enfrentar esses desafios?

g) Na sua opinião, qual é a importância da democratização dos espaços públicos e de lazer? Considere a diversidade de uso dos espaços públicos; a presença de áreas verdes e de lazer; a eficiência da iluminação; o nível de segurança pública; e as condições de mobilidade e acessibilidade urbanas para todos os usuários; a disponibilidade de tempos livres para a prática de atividades de lazer. **4. g)** Resposta pessoal.

h) Além dos equipamentos sociais, de que forma a mídia influencia sua prática de lazer? Como você consome os produtos e serviços de lazer apresentados nas redes sociais, por exemplo?

4. h) Respostas pessoais. Reflita com a turma sobre o lazer entendido como mercadoria pela indústria cultural.

Não escreva no livro.

BAGAGEM

Direitos sociais, assegurados pela Constituição Brasileira de 1988, representam um mecanismo para a garantia da dignidade e da qualidade de vida das pessoas. Esses direitos são fruto de reivindicações da sociedade desde a Revolução Industrial na Europa, período no qual os trabalhadores eram submetidos a condições sub-humanas em diferentes esferas.
Os direitos sociais têm como objetivo melhorar as condições de vida e de trabalho para todos os cidadãos e são cedidos pelo Estado para atuação e regulamentação. No artigo 6º da Constituição Federal, esses direitos se referem às áreas de saúde, educação, alimentação, trabalho, moradia, lazer, segurança, previdência social, proteção à maternidade e à infância e assistência aos desamparados.

Yuri Murakami/Fotoarena

Pessoas aproveitam a avenida Paulista aberta para pedestres, em São Paulo (SP), 2023.

5 **Compreendendo que jogos e brincadeiras são atividades propícias ao lazer, você e os colegas vão colocar isso em prática! A ideia é transformar o intervalo das aulas em um momento de lazer mais organizado e inclusivo, com opções de jogos e brincadeiras nos quais todos os estudantes se sintam incluídos.**
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Nossa rua de lazer: organizando o intervalo

Como fazer

- Em grupos de trabalho, comece mapeando as dinâmicas atuais do recreio escolar. Identifique os diferentes espaços nos quais os estudantes costumam passar o intervalo, como quadras, pátios, áreas verdes. Cada grupo pode focar sua observação e análise em um espaço da escola ou em um aspecto da dinâmica do recreio, como a participação de meninos e meninas.
- Observe quais são os espaços disponíveis para uso durante o intervalo. Todos os estudantes têm acesso aos mesmos locais ou há concentração em áreas específicas?
- Reflita sobre como as turmas utilizam esses espaços ao longo do intervalo. Há uma divisão equilibrada ou alguns grupos dominam certos locais?
- Identifique as brincadeiras e os jogos que já fazem parte do recreio. Essas atividades são organizadas ou cada grupo determina por conta própria?
- Observe os principais problemas que podem ocorrer durante o intervalo, como falta de espaço, conflitos entre turmas ou falta de atividades lúdicas.
- Imagine formas de reorganizar o recreio para torná-lo um espaço de vivências em jogos e brincadeiras. Considere como melhorar a utilização dos espaços e introduzir novas práticas lúdicas que incentivem a participação de mais estudantes.
- Depois de observar e analisar o recreio, reflita sobre as informações levantadas. Anote as principais ideias para reorganizar o intervalo escolar, pensando em como torná-lo mais inclusivo e divertido para todos. Cada grupo pode ficar responsável por uma proposta.
- Decida a melhor maneira de apresentar sua proposta de regras e combinados para a organização do recreio escolar às demais turmas.
- Considere a possibilidade de combinar com os professores das outras turmas um momento para realizar uma apresentação oral sobre as propostas. Isso pode ser feito visitando as salas de aula ou organizando um evento no pátio da escola.
- Outra opção é sugerir a realização de uma assembleia com todos os estudantes no pátio, na qual cada um pode ter a oportunidade de sugerir ideias e fazer reivindicações sobre o uso dos espaços durante o intervalo.
- Durante a apresentação ou assembleia, incentive seus colegas a participar ativamente, compartilhando suas sugestões para melhorar o recreio escolar.
- Após a discussão, trabalhe em conjunto com a equipe escolar para verificar a possibilidade de implementação das mudanças acordadas e colocá-las em prática, criando um intervalo mais organizado e prazeroso para todos.

2ª PARADA

Jogos eletrônicos, saúde e lazer entre crianças e jovens

Atualmente, os jogos eletrônicos desempenham um papel central no lazer de crianças e jovens. Com a rápida evolução da tecnologia, esses jogos não apenas se tornaram uma das principais formas de entretenimento, mas também começaram a influenciar diversos aspectos da vida cotidiana, como hábitos de lazer, de sono e de prática de atividades físicas, interferindo na saúde e na qualidade de vida.

Desde suas primeiras versões, os jogos eletrônicos evoluíram de simples simulações em preto e branco para experiências imersivas e interativas que fazem parte da cultura digital moderna; esses jogos são praticados em computadores conectados à internet, consoles e aparelhos móveis, como *smartphones* e *tablets*. Nesta parada, você vai explorar as diferentes facetas dos jogos eletrônicos, refletindo sobre suas implicações para o lazer, a saúde e as culturas juvenis.

Observe as imagens a seguir e, depois, converse com os colegas e o professor sobre as questões.

Adriano Kirihara/Pulsar Imagens

Crianças interagindo com jogos eletrônicos em *shopping center*, em Presidente Prudente (SP), 2019.

Chico Ferreira/Pulsar Imagens

Crianças indígenas pataxós da aldeia Reserva da Jaqueira, em Porto Seguro (BA), brincam de pega-pega, 2024.

1. Na primeira imagem, as crianças estão interagindo com máquinas de jogos eletrônicos em um *shopping center*, um ambiente urbano e fechado. O local tem luz artificial e sons produzidos por dispositivos eletrônicos. As interações entre as crianças são mediadas pelas telas e a postura corporal tende a ser mais estática, com foco na coordenação oculomanual. Na segunda imagem, as crianças estão em um ambiente natural e aberto, as brincadeiras e interações ocorrem de maneira mais espontânea e livre. As ações corporais são mais amplas e envolvem todo o corpo, refletindo uma conexão mais direta com o ambiente.

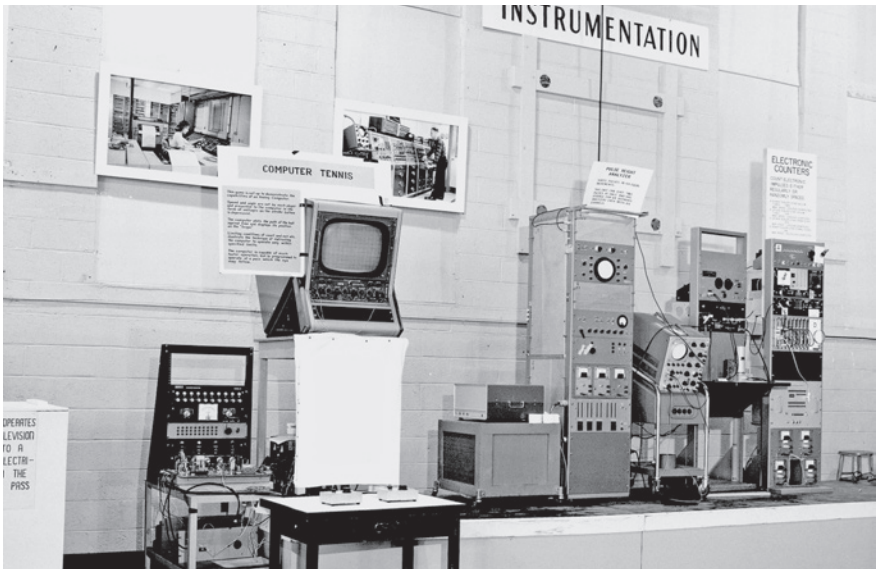
1 Quais são as diferenças entre os jogos observados nas imagens? Compare os espaços, as interações entre as crianças, as posturas, as ações corporais e o ambiente de prática.

2 Compartilhe com a turma suas experiências com jogos eletrônicos. Cite exemplos de jogos que incluem temas da Cultura Corporal de Movimento, como jogos eletrônicos de esportes, de lutas e de danças.

2. Resposta pessoal. Os estudantes podem citar jogos eletrônicos diversos de futebol, luta e dança como exemplos de jogos que incluem temas da Cultura Corporal de Movimento.

Não escreva no livro.

A Cultura Corporal de Movimento se faz presente nos jogos eletrônicos desde suas primeiras criações. Um exemplo histórico é o jogo *Tennis for Two*, desenvolvido em 1958 pelo físico William Higinbotham, com o objetivo de entreter visitantes do Brookhaven National Laboratories, nos Estados Unidos.



Acervo da Biblioteca Nacional Brookhaven, Estados Unidos da América. Fotografia: ID/BR

Tennis for Two, no Brookhaven National Laboratory, Estados Unidos, em 1958.

O jogo *Tennis for Two* era composto de uma quadra de tênis com uma linha vertical no centro, representando a rede. Os jogadores lançavam a bola apertando um botão, enquanto o outro podia rebater a bola em seu controlador, evitando que caísse do seu lado da rede.

Desde a década de 1960, muitos jogos eletrônicos têm incorporado elementos da Cultura Corporal de Movimento, como esportes, lutas e danças. No entanto, em alguns desses jogos, a participação corporal do jogador se limita ao movimento das mãos e à coordenação oculomanual, o que tem gerado preocupações entre pais, educadores e especialistas. Eles alertam para o risco de esses jogos afastarem crianças e jovens da prática de atividades corporais mais amplas e fisicamente exigentes, além de gerar isolamento social e desinteresse em outras atividades.

Por outro lado, com o desenvolvimento de tecnologias mais interativas, os chamados jogos eletrônicos de movimento (JEM), também conhecidos como *exergames*, passaram a ser vistos como possibilidade de motivar as pessoas a praticar atividades físicas. Nesses jogos, a ação corporal do jogador é parte fundamental da interação com a tecnologia, oferecendo novas formas de fruição e apropriação das práticas corporais. Os *exergames* começaram a se popularizar na década de 1970 em ambientes como casas de jogos, *shopping centers* e fliperamas, nos quais simuladores de dança, motociclismo e automobilismo proporcionavam uma experiência de jogo mais física, até a criação de consoles com tecnologias avançadas de vídeo e de simulação de movimentos.

Acervo da Biblioteca Nacional Brookhaven, Estados Unidos da América. Fotografia: ID/BR

William Higinbotham (1910-1994), criador do jogo *Tennis for two*.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A virtualização das práticas corporais refere-se à transformação das experiências físicas e motoras tradicionais em experiências digitais, por meio de tecnologias como *videogames* e simuladores. Assim, práticas corporais que antes exigiam movimento físico real podem ser replicadas e vivenciadas em ambientes virtuais, permitindo a interação com o jogo ou simulador sem a necessidade de espaço físico e equipamento.

A virtualização pode acontecer por simuladores de esportes e por *exergames*.

Simuladores de esportes: jogos que permitem que os jogadores participem de partidas esportivas sem precisar estar em uma quadra ou campo real. Os jogadores controlam os personagens virtuais, simulando a experiência esportiva sem o esforço físico tradicional.

Exergames: diferentemente dos *videogames* tradicionais, que utilizam controles, os *exergames* exigem que os jogadores usem movimentos corporais completos para interagir com o jogo, transformando a experiência de jogar em uma atividade física real. Estudos mostram que esses jogos, além de serem uma fonte de entretenimento, oferecem benefícios para a saúde, como o aumento do gasto calórico, a melhora da coordenação motora e o combate ao sedentarismo; por isso, têm crescido as pesquisas que recorrem aos *exergames* para promover hábitos saudáveis de atividade física.

Não escreva no livro.

3 **Agora que você conheceu os principais marcos temporais do desenvolvimento dos jogos eletrônicos, vamos ampliar as análises sobre as relações dos jovens com a cultura digital de entretenimento.**

Pesquisa sobre jogos eletrônicos *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

- Organize-se em um grupo de três a quatro integrantes.
- Vocês vão investigar a evolução dos jogos eletrônicos ao longo das décadas, com foco em inovações tecnológicas, mudanças nos hábitos de jogo e no impacto nas culturas juvenis.
- Cada grupo deve escolher uma década específica, entre 1950 e 2020, e identificar os jogos eletrônicos lançados durante esse período.
- Pesquise os principais jogos, consoles e inovações tecnológicas da década escolhida por seu grupo.
- Inclua informações sobre como esses jogos influenciaram os jovens e seus hábitos de lazer.
- Utilize fontes confiáveis, como artigos acadêmicos, livros, documentários e *sites* especializados em tecnologia e *videogames*. Não se esqueça de anotar as fontes utilizadas para referência.
- Com base na pesquisa realizada, crie uma linha do tempo que inclua as informações detalhadas sobre os jogos e consoles da década escolhida.
- Adicione imagens e descrições e destaque as inovações que marcaram aquele período.
- Prepare uma apresentação para compartilhar suas descobertas com o restante da turma. A apresentação pode ser feita em formato digital (*slides*) ou físico (cartaz).
- Após todas as apresentações, converse com os colegas sobre como a evolução dos jogos eletrônicos reflete as mudanças tecnológicas e culturais da sociedade. Quais foram as inovações mais impactantes? Como os jogos eletrônicos moldaram a maneira que jovens interagiam com a tecnologia e uns com os outros?

VALE VISITAR

A página Game Reporter é uma das pioneiras na cobertura de *games* independentes no Brasil. Ela foi criada pelo professor David de Oliveira Lemes e contém informações detalhadas e relevantes sobre a indústria de jogos eletrônicos, focando os desenvolvimentos nacionais. Disponível em: https://www.gamereporter.com.br/sobre/. Acesso em: 11 set. 2024.

Leia os textos e converse com os colegas e o professor sobre as questões apresentadas na sequência.

Texto 1

Pesquisa do Instituto de Psicologia (IP) da USP realizada com adolescentes brasileiros apontou que 85% deles jogavam videogame, sendo que 28% alcançaram os critérios do Transtorno de Jogo pela Internet (TJI). Esse transtorno consiste no uso excessivo de jogos on-line, que leva ao desestímulo em outras áreas da vida, como a escola e as atividades sociais, e causa sintomas de abstinência quando retirados. "A prevalência de jovens que jogam problematicamente encontrada no Brasil é maior que a de outros países", aponta ao **Jornal da USP** a autora do estudo, a psicóloga Luiza Brandão, doutora em Psicologia Clínica pelo IP.

O transtorno está descrito no *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais,* material indicado para profissionais da área de saúde mental, utilizado em todo o mundo, que lista as categorias de transtornos mentais e os seus critérios de diagnóstico de acordo com a Associação Americana de Psiquiatria.

[...]

Jornal da Universidade de São Paulo. Uso problemático de videogames entre jovens do Brasil é maior que a média de outros países. Publicado em 18 de julho de 2022. Disponível em: https://jornal.usp.br/ciencias/uso-problematico-de-video-games-entre-jovens-do-brasil-e-maior-que-a-media-de-outros-paises/. Acesso em: 30 ago. 2024.

Não escreva no livro.

Texto 2

O presente estudo é um ensaio clínico randomizado com 31 crianças de 10 a 11 anos, divididas em Grupo Experimental e Grupo Controle. O objetivo foi investigar a eficácia dos exergames, jogos eletrônicos que combinam atividade física com interatividade digital, na redução da obesidade e sobrepeso entre escolares do quinto ano de uma escola de uma cidade de Minas Gerais, Brasil [...]. A conclusão do estudo sugere que os exergames são uma ferramenta eficaz para combater a obesidade infantil e promover a atividade física de forma divertida e envolvente. A integração desses jogos em programas escolares e de saúde pública pode ser uma estratégia viável para reduzir o sedentarismo e melhorar a saúde física e mental das crianças. O estudo se justifica pela crescente preocupação com o sedentarismo e obesidade infantil, exacerbados pelo uso prolongado de tecnologias digitais. [...]

Cantanhede, Aroldo Luís Ibiapino; Lamounier, Joel Alves. Os Exergames como ferramenta de diminuição da obesidade e sobrepeso em escolares do quinto ano de uma escola de Minas Gerais: um ensaio clínico randomizado. *Observatório de la economía latinoamericana*, v. 22, n. 7, p. e6010-e6010, 2024. Disponível em: https://ojs.observatoriolatinoamericano.com/ojs/index.php/olel/article/view/6010/3881. Acesso em: 30 ago. 2024.

4 **Quais são os riscos observados pela pesquisa do Instituto de Psicologia da USP relacionados ao envolvimento de jovens com a prática de jogos eletrônicos?**

5 **Os *exergames* também são jogos eletrônicos, mas há evidências sobre os benefícios da prática desses jogos no aumento dos níveis de atividade física entre crianças, adolescentes e jovens. Por que isso acontece?**

6 **Considerando os dois textos, como, na sua opinião, é possível utilizar os jogos eletrônicos de maneira equilibrada para maximizar os benefícios e minimizar os riscos à saúde na prática de jogos eletrônicos?**

7 **Que tal tentar se exercitar com *games*?** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Experimentação de *exergames*

Como fazer

- Identifique um local na escola onde você e seus colegas possam se movimentar com liberdade, como a sala de aula, a quadra ou o pátio.
- Se possível, veja se alguém da comunidade escolar pode emprestar um ou mais consoles de *exergame*.
- Com a turma, organizem-se em pequenos grupos, com base no número de consoles que vocês têm. Cada grupo jogará uma rodada de *exergame*, enquanto os outros assistem e torcem.
- Movimente-se de acordo com o que o jogo pede, como pular, girar, chutar ou dançar.
- Após a vivência, reúna-se com seus colegas para debater a experiência. Pense sobre como foi jogar usando o corpo todo, quais foram os desafios e os benefícios que você percebeu.
- Converse também sobre as diferenças entre os *exergames* e os *videogames* tradicionais.
- Após a vivência dos *exergames*, organize-se com sua turma para experimentar a atividade física correspondente de forma real. Por exemplo, se o *exergame* envolvia dança, pratiquem uma coreografia juntos; se envolvia um esporte, joguem esse esporte na quadra ou no pátio.
- Movimente-se prestando atenção às diferenças de esforço físico, coordenação e interação entre a prática real e a virtual.
- Depois das vivências, junte-se a seus colegas para discutir as diferenças percebidas entre as duas formas de prática.
  a) Como foi a experiência de se movimentar no *exergame* em comparação com a atividade física real?
  b) Qual das experiências você achou mais desafiadora? Por quê?
  c) Como você percebeu os movimentos do seu corpo em cada prática?
  d) Em que situações a prática virtual pode ser vantajosa ou desvantajosa em relação à prática real?

4. Dependência psicológica e desinteresse por outras atividades do cotidiano são riscos evidenciados pela pesquisa.

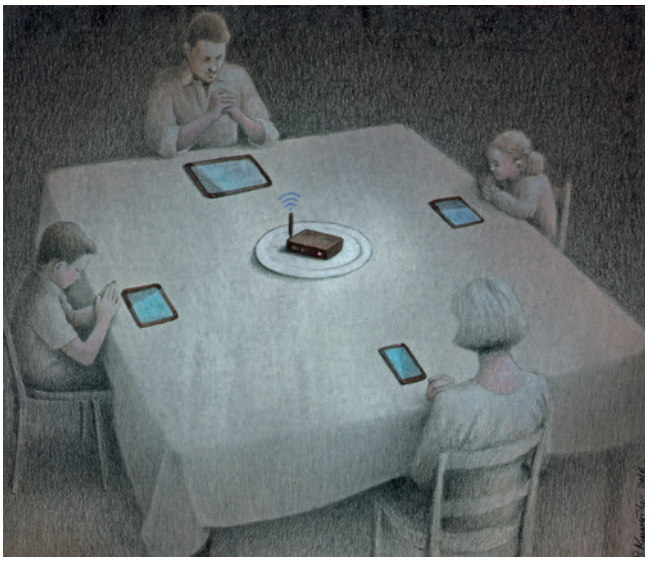
5. Os *exergames* requerem que o jogador use todo o corpo, simulando atividades físicas reais, como dançar, correr ou pular. Isso faz com que esses jogos sejam uma forma motivante de aumentar os níveis de atividade física, sobretudo para aqueles que podem não gostar de atividades físicas convencionais. Além disso, os *exergames* têm o potencial de atrair jovens que já estão familiarizados com as tecnologias digitais, tornando a prática de atividades físicas mais atraente.

6. É essencial que os usuários de jogos eletrônicos estabeleçam limites claros para o tempo de jogo, evitando o uso excessivo. Além disso, é importante diversificar os tipos de jogo e equilibrar o tempo de lazer entre jogo eletrônicos e outras atividades cotidianas, como estudos e envolvimento com outras manifestações da Cultura Corporal de Movimento.

Observe as imagens criadas pelo artista Pawel Kuczynski (1976-). Ele usa ironia e metáforas visuais para destacar como a tecnologia pode afetar nossas vidas e nosso corpo. Reflita sobre os sentimentos que cada imagem provoca em você. Relacione essas imagens com suas experiências pessoais e o que você observa no seu dia a dia.

Pawel Kuczynski/Acervo do artista

Ilustração de Pawel Kuczynski, artista polonês, 2016. Aquarela e lápis de cor sobre papel. 24 cm x 24 cm.



Pawel Kuczynski/Acervo do artista

Ilustração de Pawel Kuczynski, 2016. Aquarela e lápis de cor sobre papel. 24 cm x 30 cm.

8 **Que sentimentos cada ilustração provoca em você?**

8. Resposta pessoal. As ilustrações podem provocar sentimentos de desconforto, reflexão ou até mesmo preocupação. Por exemplo, incômodo sobre o quanto as tecnologias estão dominando nossas vidas e como elas podem nos desconectar das experiências reais e das interações humanas.

9 **Você consegue relacionar essas ilustrações com alguma experiência pessoal? Justifique.**

9. Os estudantes podem relacionar as ilustrações ao tempo excessivo que passam em frente a telas, à dificuldade de se desconectar dos dispositivos eletrônicos, ou até mesmo à percepção de que as interações sociais estão sendo substituídas por interações digitais.

10 **Agora, em grupo, você vai refletir sobre outras situações mediadas por tecnologias para encená-las.**

Olhar crítico sobre as tecnologias e o cotidiano

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

Como fazer

- Junte-se a mais três ou quatro colegas e reflitam sobre situações do cotidiano mediadas por tecnologias que poderiam ser representadas de maneira crítica, assim como as ilustradas nas imagens que você apreciou.
- Use a criatividade para pensar em como representar essas situações por meio de encenações. Você pode usar movimentos corporais, metáforas visuais e sonoras para expressar essas críticas sociais.
- Registre as encenações por meio de fotografias ou vídeos. Depois, compartilhe essas imagens com a turma e monte um mural na escola para exibir os resultados.
- Após concluir as encenações, reflita sobre como foi o processo de criar essas representações críticas.

a) O que você aprendeu sobre o impacto das tecnologias no cotidiano?

b) Como a encenação ajudou a expressar essas ideias de maneira criativa?

Não escreva no livro.

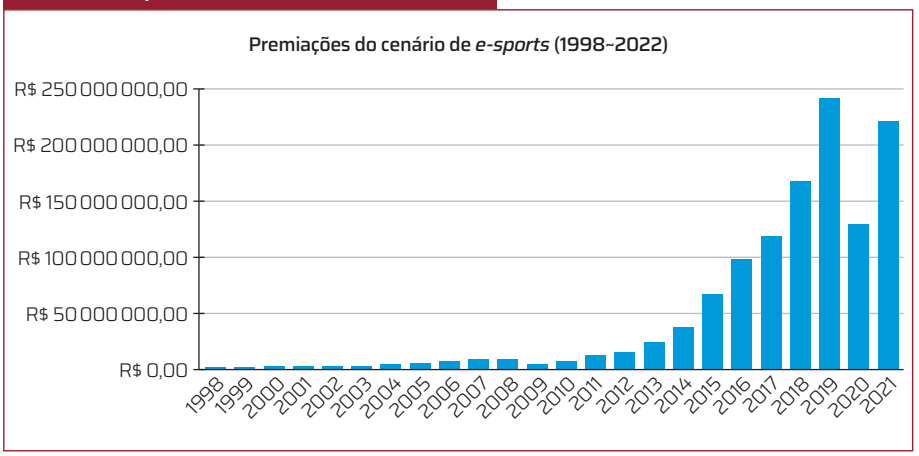
Dos jogos eletrônicos aos *e-sports*

O interesse pelos jogos eletrônicos cresceu tanto no século XX e nas primeiras décadas do século XXI que a prática desses jogos passou a ser vivenciada em grandes eventos, com estrutura, regras e organização típicas de eventos esportivos, o que levou ao surgimento do termo *e-sports*.

A primeira liga de *e-sports* com jogos *on-line* foi criada em 1997, na Coreia do Sul, com o advento de novos *games* transmitidos pela televisão. Com incentivo governamental, a prática cresceu nesse país.

Estima-se que o público dessas modalidades vai se expandir de forma abrangente para mais de 645 milhões de pessoas, sendo 45% do total adeptos da prática e outros espectadores ocasionais. Observe o gráfico a seguir e converse com os colegas e o professor sobre as questões.

EVOLUÇÃO DAS PREMIAÇÕES EM DINHEIRO EM COMPETIÇÕES DE *E-SPORTS*



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR

Gráfico produzido por Guilherme Sousa Vieira e Gabriel Almeida Savonitti com base em dados de: ESPORTSEARNINGS. History Navigation. Esports Earnings, 2020. Disponível em: https://www.esportsearnings.com/history/2022/games. Acesso em: 13 set. 2024.

11 **Como as premiações de competições de *e-sports* evoluíram nos últimos 20 anos?**

12 **Você acompanha ou já acompanhou eventos presenciais ou *on-line* de competições de *e-sports*? Em caso afirmativo, como foi a experiência? Em caso negativo, na sua opinião, como são esses eventos?**

13 **Na sua opinião, o que levou à transformação dos jogos eletrônicos em *e-sports*?**

Atualmente, o universo dos jogos eletrônicos e de *e-sports* movimenta bilhões em negócios e envolve diferentes setores sociais. Depois da televisão, os jogos eletrônicos são o principal conteúdo de lazer de jovens entre 11 e 16 anos. Algumas modalidades de *e-sports* representam esportes tradicionais, outras têm enredos próprios e já nasceram inseridos na cultura digital.

A evolução da cultura digital e sua interface com a cultura esportiva têm ampliado a profissionalização de atletas e outros profissionais que atuam no mercado de *e-sports*. Ao mesmo tempo, adeptos dos esportes convencionais ainda apresentam resistência quanto a considerar os *e-sports* como prática esportiva por não apresentarem atividades físicas vigorosas. Embora não envolvam movimentos amplos do corpo, os *e-sports* apresentam marcadores culturais do esporte moderno, como regras internacionais, jogadores profissionais que buscam alto rendimento, prêmios, ênfase no aspecto competitivo, patrocínios, fãs, federações e confederações, além de práticas sistematizadas de treinamento dos atletas e premiações em dinheiro.

VALE VISITAR

Que tal saber mais sobre os *e-sports* e conhecer seus diferentes tipos? Acesse a página E-Sporti e leia a reportagem disponível em: https://e-sporti.com.br/noticias/2020-11-voce-ja-conhece-todos-os-tipos-de-e-sports-confira-este-texto-e-descubra. Acesso em: 11 set. 2024.

11. As premiações de competições de *e-sports* vêm aumentando de maneira exponencial. Essa evolução reflete o crescimento do interesse e do investimento no setor, que se transformou em uma indústria bilionária.

12. Respostas pessoais. É importante que os estudantes compartilhem suas impressões sobre esses eventos e percebam que também são momentos para que as empresas de *e-sports* divulguem seus lançamentos e fomentem essa indústria.

13. Resposta pessoal. Incentive a discussão sobre os efeitos do consumo de *e-sports* na vida cotidiana dos estudantes levando-os a pensar criticamente sobre como equilibrar o tempo dedicado aos jogos eletrônicos e eventos de *e-sports* com outras atividades que promovam o bem-estar físico e mental.

Não escreva no livro.

3ª PARADA

Jogos cooperativos

Luciana Whitaker/Pulsar Imagens

Indígenas pataxó durante os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, na festa Aragwaksã, na aldeia Reserva da Jaqueira, Porto Seguro (BA), 2024. Muitos jogos indígenas são cooperativos.

Como você viu, as brincadeiras e jogos podem assumir diferentes significados dependendo do momento histórico e dos grupos sociais que as cultivam. A transformação dessas práticas corporais também se dá por meios externos à própria dinâmica social, quando personalidades e estudiosos do tema propõem reconhecer nas brincadeiras e nos jogos possibilidades de educação e desenvolvimento humano, como é o caso dos jogos cooperativos. Nesta parada, você vai conhecer como essa proposta se estrutura e seus usos na educação, na promoção da cultura de paz e no combate a discursos de ódio.

Para começar, forme uma dupla com um colega, leia o texto a seguir e responda no caderno às questões propostas.

Jogos Cooperativos: Se o importante é competir, o fundamental é cooperar

Os Jogos Cooperativos surgiram da preocupação com a excessiva valorização que a sociedade moderna atribui à competição. Temos competido em lugares, com pessoas, em momentos que não deveríamos, como se essa fosse a única opção.

Ao contrário de ser uma característica única e inerente à espécie humana, a competição e a cooperação são valores culturais, ou seja, são valores e atitudes construídas pela educação formal e informal.

De acordo com Terry Orlick (1989), pioneiro dos Jogos Cooperativos, nós não ensinamos nossas crianças a terem prazer em buscar o conhecimento, nós as ensinamos a se esforçarem para conseguir notas altas. Da mesma forma, não as ensinamos a gostar dos esportes, nós as ensinamos a vencer jogos.

A hipervalorização da competição se manifesta nos jogos através da ênfase no resultado numérico e na vitória. Os jogos tornaram-se rígidos e organizados, dando a ilusão que só existe uma maneira de jogar.

Os Jogos em sua maioria são verdadeiros campos de batalha capazes de eliminar a diversão e a pura alegria de jogar. Estruturados para a eliminação de pessoas e para produzir mais perdedores do que vencedores, muitos jogos tornaram-se um espaço para tensão, derrota, ilusão de ser melhor ou pior que alguém e para sentimentos como raiva, medo, frustração, fracasso, rejeição e animosidade.

[...]

Os ***Jogos Cooperativos*** são jogos com uma estrutura alternativa onde os participantes **jogam COM o outro, e não contra o outro.**

Joga-se para superar desafios e não para derrotar os outros; joga-se para se gostar do jogo e pelo prazer de jogar. São jogos onde o esforço cooperativo é necessário para se atingir um objetivo comum e não para fins mutuamente exclusivos.

Estes Jogos são estruturados para diminuir a pressão para competir, promover a interação e a participação de todos como solidários ao invés de adversários, e para deixar aflorar a espontaneidade e a alegria de jogar.

Os ***Jogos Cooperativos*** são jogos de compartilhar, unir pessoas, jogos que eliminam o medo do fracasso e que reforçam a confiança em si mesmo e nos outros. Neles **todos podem participar para ganhar juntos** e ninguém precisa perder.

[...]

Brotto, Fabio Otuzi. Jogos Cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 6 de janeiro de 2018. Disponível em: https://www.linkedin.com/pulse/jogos-cooperativos-se-o-importante-%C3%A9-competir-fabio-otuzi-brotto/. Acesso em: 29 jun. 2024.

Não escreva no livro.

1. A competição tem objetivos mutuamente exclusivos e as ações são favoráveis apenas para alguns, enquanto a cooperação é um processo em que os objetivos e os benefícios são comuns a todos.

1 **Quais são as principais diferenças entre competição e cooperação? Você considera que o seu contexto social favorece a cooperação ou a competição?**

2 **Releia as características e os sentimentos atribuídos aos jogos competitivos e converse com os colegas e o professor sobre sua experiência como jogador e expectador de competições.**

2. Resposta pessoal. Sugira aos estudantes que relembrem as experiências que tiveram na escola e fora dela; incentive-os a trocar suas impressões e a ter empatia com as percepções diferentes.

BAGAGEM

Conheça as categorias dos jogos cooperativos apresentados por Terry Orlick em seu livro *Vencendo a Competição* e descritas por Fabio Otuzi Brotto:

[...]

a) Jogos Cooperativos sem perdedores: [...] Todos jogam juntos para superar um desafio comum, mas principalmente jogam pelo prazer de continuar a jogar juntos.

[...]

b) Jogos de Resultado Coletivo: [...] A motivação principal está em realizar metas comuns, que necessitam do esforço coletivo para serem alcançadas.

[...]

c) Jogos de Inversão: [...] enfatizam a noção de interdependência, através da aproximação e troca de jogadores que começam em times diferentes.

[...]

d) Jogos Semicooperativos: a estrutura dos "Jogos Semicooperativos" favorece o aumento da cooperação entre os membros do time e oferece aos participantes a oportunidade de jogar em diferentes posições [...].

Adaptado de Brotto, Fabio Otuzi. Jogos Cooperativos: Se o importante é competir, o fundamental é cooperar. 6 de janeiro de 2018. Disponível em: https://www.linkedin.com/pulse/jogos-cooperativos-se-o-importante-%C3%A9-competir-fabio-otuzi-brotto/. Acesso em: 29 jun. 2024.

3 **Chegou a hora de vivenciar os jogos cooperativos. Siga as orientações do professor.**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Materiais

- Bola de iniciação (borracha)
- Bola de handebol, voleibol e giz

a) Queimada participativa

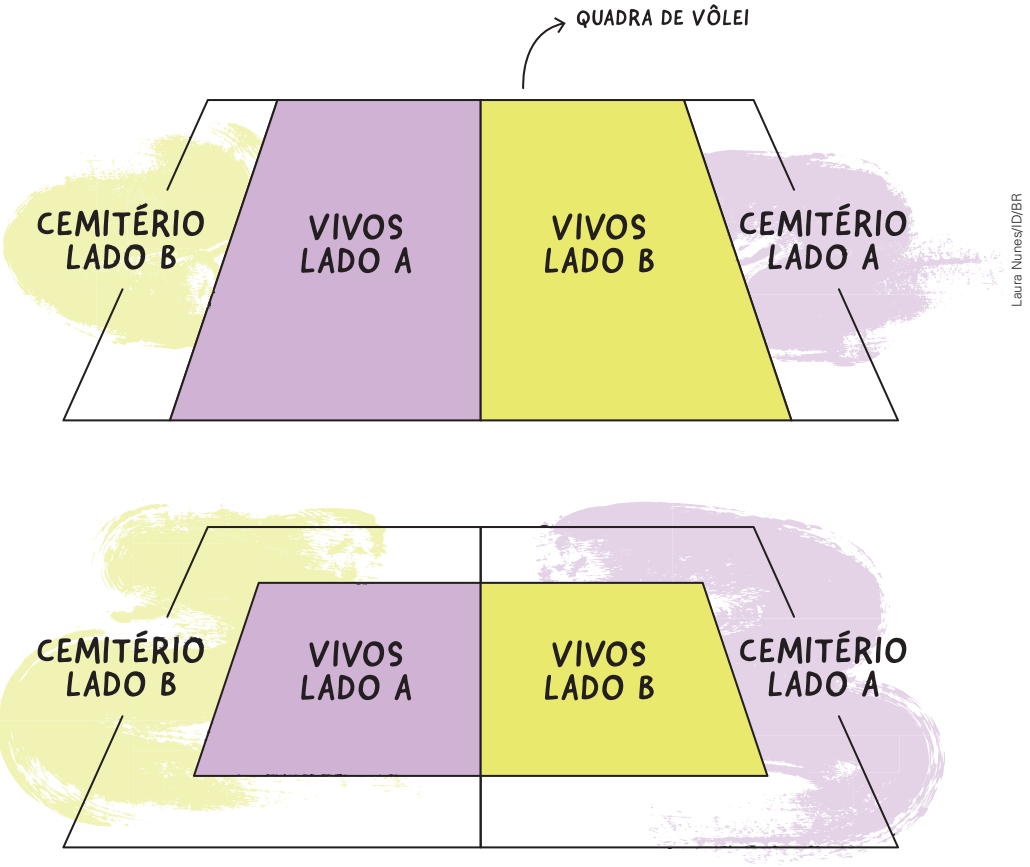
Esse será o exemplo de um jogo semicooperativo. Algumas regras foram modificadas para que todos participem.

- O professor vai dividir a turma em duas equipes usando um critério aleatório, como as cores de roupa e data ou mês de aniversário.
- Cada equipe escolhe o coveiro, que iniciará na área do cemitério e voltará quando o primeiro jogadora de sua equipe for queimado (atingido pela bola arremessada pelo time oponente).
- O time que queimar o maior número de adversários ganha o jogo. Pode-se combinar as áreas do corpo que são "frias", ou seja, não podem ser queimadas, como a cabeça.

#ficaadica

Durante as vivências, é importante a inclusão de todos e é fundamental respeitar as diferentes possibilidades de participação. Um momento essencial nos jogos cooperativos é a parada para a reflexão. Analise as possibilidades de modificar o jogo na perspectiva de melhorar a participação, o prazer e a aprendizagem de todos. O jogo pode ser transformado com a disposição para dialogar, decidir em consenso, experimentar as mudanças propostas e integrar no jogo as transformações desejadas.

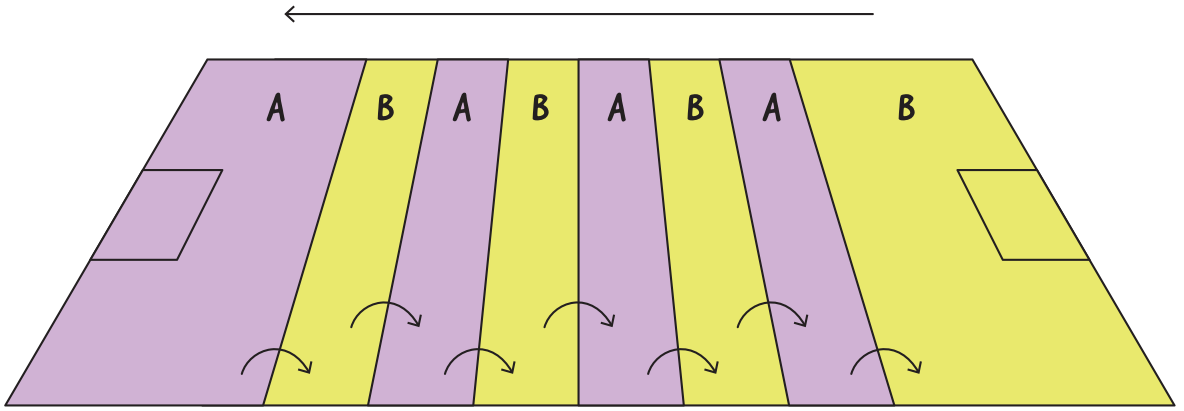
- Adaptações cooperativas: alternar as pessoas que podem queimar, ampliar o espaço do cemitério quando quatro jogadores forem queimados (segunda imagem), jogar com duas bolas quando metade dos jogadores forem queimados.



Laura Nunes/ID/BR

b) Handebol zoneado

- O professor dividirá a turma colocando quatro estudantes em cada uma das zonas da quadra.
- O objetivo do time A será marcar o gol do time B.
- Quando um dos times fizer um gol, todos os jogadores mudarão de zona e de time, isto é, todos os jogadores da zona A vão para a zona B à direita da figura, e todos do B vão para a zona A (como mostrado nas setas). Isso mesmo, quem era do time A será do B e vice-versa. Um detalhe importante: a defesa do gol B se deslocará para o gol A.
- A primeira modificação pode ser um pouco zoneada, mas depois você e a turma entenderão a dinâmica do jogo.
- Com a ajuda do professor e dos colegas, modifique as regras para que mais pessoas participem ativamente das jogadas.



Laura Nunes/ID/BR

Não escreva no livro.

c) Vôlei coletivo

- O professor dividirá a turma em três grupos: duas equipes que jogarão e uma que ficará na posição da rede.
- Os times A e B terão o mesmo objetivo: rebater a bola 20 vezes sem deixá-la cair. A regra do vôlei relativa à quantidade de toques por time (três em cada jogada) será mantida. Então, o time A pode fazer duas rebatidas na primeira jogada, que será somada a três rebatidas da equipe B, consecutivamente, até a quantidade do somatório alcançar 20 rebatidas.
- Quando as equipes A e B alcançarem o objetivo, troca-se a posição da equipe que estava na rede.
- Pode-se alterar o desafio do jogo aumentando ou diminuindo a quantidade de rebatidas.

Laura Nunes/ID/BR

d) Coelho sai da toca cooperativo

- O professor distribuirá um giz para que cada estudante desenhe um círculo/toca; o ideal é que sejam de diferentes tamanhos.
- O jogo inicia com cada um em sua toca. Ao sinal do professor (assobio, apito, gesto), todos deverão trocar de toca entrando em uma outra toca.
- Ninguém deve ser excluído.
- O objetivo do jogo é que todos fiquem dentro dos círculos até a última rodada.

Laura Nunes/ID/BR

4 **Reflita sobre a sua vivência em cada um dos jogos com base em algumas atitudes que podem facilitar ou dificultar o alcance dos objetivos cooperativos. Converse com os colegas e o professor sobre as questões a seguir.** **4.** Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

a) Você tinha clareza do objetivo ou se sentiu compelido a competir?

b) A postura dos jogadores foi de solidariedade e cooperação ou individualismo e competição?

c) Você sentiu confiança em participar do jogo com seu potencial e limitações? Houve respeito mútuo entre os jogadores?

d) Houve uma comunicação efetiva em que as pessoas expunham suas opiniões e foram ouvidas?

e) O grupo se organizou e planejou as estratégias com criatividade para atingir o objetivo?

f) Você percebeu a liderança de todos para as iniciativas, tomada de decisão e realização do que foi planejado?

Não escreva no livro.

Jogos cooperativos, cultura de paz e combate ao discurso de ódio

A cultura de paz é um conceito que envolve um conjunto de atitudes, valores e ideias voltadas para a promoção da não violência, do respeito mútuo, do diálogo e da igualdade de direitos. Ela busca a solução pacífica dos conflitos, a justiça social e o desenvolvimento de um estado de bem-estar para todos.

Esse termo ganhou notoriedade em 1997, quando a Organização das Nações Unidas (ONU) proclamou o ano 2000 como o "Ano Internacional da Cultura de Paz" e convidou um grupo de ganhadores do prêmio Nobel da Paz a escrever o *Manifesto 2000 para a promoção da cultura da paz e não violência*. Posteriormente, declarou o período de 2001 a 2010 como a "Década Internacional para uma Cultura de Paz e não violência para as crianças do mundo".

No Brasil, o relatório *Cultura de paz: da reflexão à ação*, publicado em 2010 pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), faz o balanço de uma década de ações para a promoção da cultura de paz e define algumas de suas dimensões:

- A paz individual refere-se ao estado de tranquilidade e equilíbrio que cada pessoa deve alcançar consigo mesma, livre de conflitos internos e frustrações.
- A paz social construída pelo respeito mútuo, pela solidariedade e pela compreensão das necessidades e dos direitos dos outros, promovendo uma convivência justa e colaborativa.
- A paz ambiental afirma a importância de uma relação equilibrada com o meio ambiente, entendendo que a sobrevivência da humanidade depende da preservação dos recursos naturais e do cuidado com o planeta.
- A paz militar, ou ausência de guerra, é essencial para garantir que as outras formas de paz possam florescer.

Com base nessas informações e no trecho do *Manifesto 2000 para a promoção da cultura da paz e não violência*, converse com os colegas e o professor sobre as questões a seguir.

[...]

Reconhecendo a minha cota de responsabilidade com o futuro da humanidade, especialmente com as crianças de hoje e as das gerações futuras, eu me comprometo – em minha vida diária, na minha família, no meu trabalho, na minha comunidade, no meu país e na minha região – a:

• Respeitar a vida e a dignidade de cada pessoa, sem discriminação ou preconceito;

• Praticar a não violência ativa, rejeitando a violência sob todas as suas formas: física, sexual, psicológica, econômica e social, em particular contra os grupos mais desprovidos e vulneráveis como as crianças e os adolescentes;

• Compartilhar o meu tempo e meus recursos materiais em um espírito de generosidade visando o fim da exclusão, da injustiça e da opressão política e econômica;

• Defender a liberdade de expressão e a diversidade cultural, dando sempre preferência ao diálogo e à escuta do que ao fanatismo, a difamação e a rejeição do outro;

• Promover um comportamento de consumo que seja responsável e práticas de desenvolvimento que respeitem todas as formas de vida e preservem o equilíbrio da natureza no planeta;

• Contribuir para o desenvolvimento da minha comunidade, com a ampla participação da mulher e o respeito pelos princípios democráticos, de modo a construir novas formas de solidariedade.

Unesco. *Manifesto 2000 para a promoção da cultura da paz e não violência*. Disponível em: https://www.dhnet.org.br/direitos/bibpaz/textos/m2000.htm. Acesso em: 11 set. 2024.

5 **Qual é a relação entre os compromissos do manifesto e a concepção de jogos cooperativos?**

6 **Como as habilidades desenvolvidas nos jogos cooperativos podem ser aplicadas no cotidiano para promover a cultura de paz em ambientes como a escola, a casa da família e a comunidade?**

7 **O que você leva da vivência dos jogos cooperativos para seu projeto de vida?**

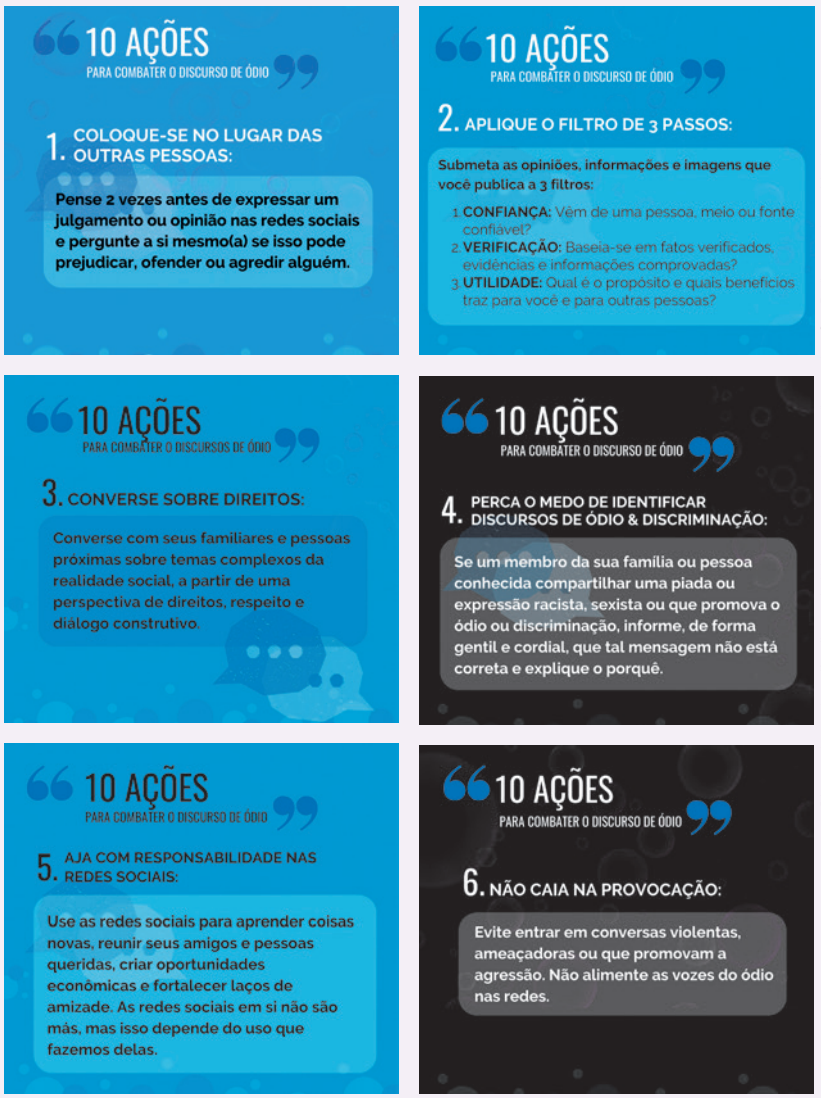
5. Ambos compartilham a valorização da não violência, do respeito mútuo e da solidariedade, promovem a ideia de que é possível alcançar objetivos comuns por meio da cooperação e do diálogo, em vez da competição e do confronto.

6. Empatia, comunicação eficaz, resolução de conflitos e trabalho em equipe são habilidades que podem ser aplicadas na escola para ajudar a resolver desentendimentos entre colegas de forma pacífica. Na família, podem fortalecer os laços de solidariedade e respeito. Na comunidade, podem incentivar o diálogo e a colaboração, criando um ambiente mais harmonioso e inclusivo.

7. Resposta pessoal. Incentive os estudantes a pensar sobre o assunto a longo prazo, identificando como esses valores podem moldar suas trajetórias pessoais e profissionais.

Não escreva no livro.

8 Para finalizarmos o aprendizado sobre jogos cooperativos e cultura de paz, reflita agora sobre um dos desafios contemporâneos bastante presentes na vida social: a propagação do discurso de ódio na internet e nas redes sociais. Observe os cartazes publicados no perfil de rede social da ONU Brasil sobre o tema.



Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/249816-como-combater-o-discurso-de-%C3%B3dio-nas-redes-sociais>. Acesso em: 26 set. 2024.

a) Você sabe o que é discurso de ódio? Explique.

b) Na sua opinião, como você pode combater o discurso de ódio?

8. a) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes mencionem que discurso de ódio é a manifestação violenta contra determinadas parcelas da sociedade, como mulheres, negros e pessoas da comunidade LGBTQIA+.

8. b) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes mencionem ações como conscientizar a população das consequências desse tipo de discurso e promover mais segurança contra discurso de ódio na internet.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Segundo André Gustavo Corrêa de Andrade, desembargador do Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro, o discurso de ódio é um fenômeno social complexo que testa os limites da liberdade de expressão em um Estado Democrático de Direito. Caracteriza-se pela manifestação ou expressão motivada por preconceito ou intolerância, na qual uma pessoa ou um grupo é discriminado com base em suas características identitárias, como raça, etnia, religião ou orientação sexual. Com a expansão da internet e das mídias sociais, esse fenômeno ganhou maior visibilidade, disseminando-se de forma mais rápida e amplificada.

No Brasil, o ordenamento legal procura enfrentar o discurso de ódio. A Constituição Federal de 1988 assegura a inviolabilidade dos direitos da personalidade, incluindo a honra, a imagem e a privacidade, e o Código Penal tipifica crimes relacionados à discriminação e ao preconceito. Essas disposições refletem a preocupação em equilibrar a liberdade de expressão com a necessidade de proteger indivíduos e grupos vulneráveis contra ofensas que possam gerar danos à sua dignidade e integridade.

Em 2023 o Ministério dos Direitos Humanos publicou o relatório de recomendações para o enfrentamento ao discurso

de ódio e ao extremismo no Brasil. O grupo de trabalho que produziu o relatório identificou os principais temas de discurso de ódio nas redes sociais:

a. misoginia e a violência contra as mulheres;
b. racismo contra pessoas negras e indígenas;
c. ódio e violência contra a população LGBTQIA+;
d. xenofobia e violência contra estrangeiros e nacionais das regiões Norte e Nordeste;
e. ódio e violência contra as pessoas e comunidades pobres;
f. intolerância, ódio e violência contra as comunidades e pessoas religiosas e não religiosas;
g. capacitismo e violência contra as pessoas com deficiência;
h. grupos geracionais mais vulneráveis ao contágio do extremismo: jovens e pessoas idosas;
i. atos extremistas contra as escolas, instituições de ensino e docentes e a violência decorrente do discurso de ódio;
j. o ódio e a violência extremista contra instituições e profissionais da imprensa e ciência;
k. violência política, neonazismo e atos extremistas contra a democracia.

9 **Com base nessas informações, você vai criar com os colegas um jogo cooperativo para combater o discurso de ódio.**
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Criação de jogo cooperativo

Como fazer

- Organize-se com a turma em grupos com quatro a cinco integrantes.
- Cada grupo será responsável por criar um jogo cooperativo que promova inclusão, respeito mútuo e combate ao discurso de ódio em um dos temas abordados no relatório do Ministério dos Direitos Humanos.
- Revisite as categorias de jogos cooperativos discutidas: jogos cooperativos sem perdedor, jogos de resultado coletivo, jogos de inversão e jogos semicooperativos.
- Debata com seu grupo como o jogo criado pode combater o discurso de ódio e promover valores como empatia, solidariedade e diálogo.
- Escolha um dos temas identificados no relatório do Ministério dos Direitos Humanos, como misoginia, racismo ou violência contra a população LGBTQIA+, para ser o foco do jogo.
- Defina um objetivo claro que todos os participantes devem alcançar juntos. Esse objetivo deve estar relacionado à promoção de uma cultura de paz e ao combate ao discurso de ódio.
- Estabeleça regras que incentivem a cooperação entre os participantes, evitando a exclusão e promovendo a participação ativa de todos.
- Crie elementos que permitam aos participantes praticar valores como respeito, escuta ativa e resolução pacífica de conflitos. Por exemplo, em um jogo de inversão de papéis, os jogadores poderiam se colocar no lugar de pessoas que sofrem preconceito para promover a empatia.
- Inclua momentos de pausa durante o jogo para que os participantes possam refletir sobre as ações realizadas e como elas contribuem para a superação do discurso de ódio.
- Teste o jogo criado com outros colegas da turma.
- Após a testagem, verifique o que funcionou bem, o que pode ser melhorado e como o jogo promoveu a cultura de paz e combateu o discurso de ódio.

4ª PARADA

Brincadeiras e jogos de matriz africana

No Brasil colonial, muitos povos africanos foram trazidos à força para o país e foram escravizados. Essas populações eram de múltiplas etnias, que falavam línguas e tinham culturas diferentes, mas, ao chegar ao Brasil, por serem vendidos e separados de suas famílias, muitos acabavam se integrando a culturas africanas de outras regiões por meio das relações que estabeleciam com outros negros escravizados. Esses grupos foram muito importantes para a formação cultural brasileira, mas suas práticas culturais foram também bastante perseguidas e até proibidas, como aconteceu com a capoeira.

Naquela época, os países africanos que conhecemos hoje ainda não eram divididos da forma como são, mas ocupavam territórios e desenvolviam manifestações culturais com características diversas. Sabe-se que os navios negreiros que traziam esses grupos para o Brasil percorriam rotas de Guiné, Mina, Angola e Moçambique. Observe os mapas.

Não escreva no livro.

Mapa 1 Continente africano na atualidade

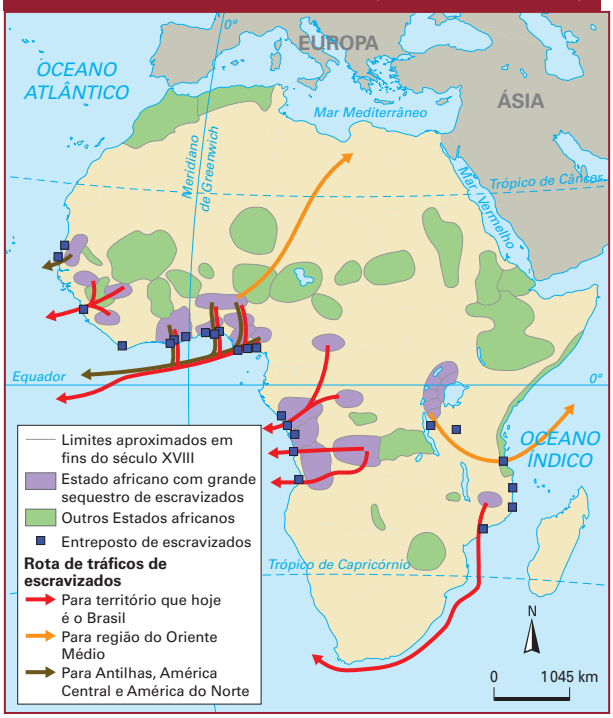
ÁFRICA: POLÍTICO (2023)

João Miguel A. Moreira /ID/BR

Fonte de pesquisa: *Atlas geográfico escolar*. 9. ed. Rio de Janeiro: IBGE, 2023. p. 51.

Mapa 2 Rotas de navios negreiros para o Brasil

ÁFRICA: TRÁFICO DE ESCRAVIZADOS (SÉCULOS XVI A XVIII)



João Miguel A. Moreira /ID/BR

Fonte de pesquisa: Vicentino, Cláudio. *Atlas histórico:* geral e Brasil. São Paulo: Scipione, 2011. p. 93.

1 **Em um grupo com quatro a cinco integrantes, debata as questões a seguir.**

a) O que você sabe sobre a Cultura Corporal de Movimento originária dos países do continente africano?

b) De que forma as culturas africanas originárias dos povos negros escravizados no Brasil influenciaram a cultura lúdica brasileira?

c) Você conhece a influência de brincadeiras e jogos originários de grupos culturais africanos na cultura lúdica brasileira? *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

2 **Para ampliar seus conhecimentos sobre brincadeiras e jogos originários de países africanos, como Moçambique, Angola, África do Sul, Nigéria, Zimbábue, Tanzânia e Uganda, faça uma pesquisa.**
Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

- Organize-se em um grupo com mais três ou quatro colegas.
- Escolha um país africano para ser o foco da pesquisa do grupo. Procure informações sobre o contexto histórico, cultural e social do país. Isso inclui: principais etnias e línguas faladas, tradições e costumes populares, aspectos históricos relevantes (colonização, independência, etc.), entre outros aspectos.
- Durante a pesquisa, lembre-se sempre de consultar fontes confiáveis.
- Identifique brincadeiras e jogos tradicionais: pesquise as brincadeiras e os jogos que são populares ou têm origem no país escolhido e descreva:

a) Quais são as regras do jogo?

b) Qual é a origem ou história desse jogo?

c) Como e onde ele é praticado (em quais ocasiões, por quais grupos sociais)?

- Ao encontrar informações relevantes, anote-as no caderno de forma organizada. Caso encontre informações divergentes sobre um jogo ou brincadeira, compare-as e tente verificar qual é a mais aceita como correta ou amplamente divulgada.
- Após pesquisar os dados, cada grupo deve criar um resumo das principais descobertas sobre jogos e brincadeiras do país escolhido.
- Organize as informações para compartilhar com os colegas, incluindo a demonstração prática do jogo.
- Após a vivência, converse com a turma e o professor sobre a experiência, avaliando a dinâmica do jogo e sua contextualização cultural e identificando semelhanças com brincadeiras e jogos que você já conhecia.

VALE VISITAR

Acesse o *e-book Diversão e conhecimento – um resgate de brincadeiras e jogos da comunidade quilombola do Cedro* para conhecer brincadeiras e jogos praticados nessa comunidade como forma de preservação de suas tradições ancestrais na cultura afro-brasileira. Disponível em: https://repositorio.ifgoiano.edu.br/bitstream/prefix/1277/1/E-book_Divers%c3%a3o%20e%20Conhecimento_Editora%20IF%20Goiano.pdf. Acesso em: 11 set. 2024.

cosmovisão: pode ser compreendida como a forma como um indivíduo ou grupo entende e interpreta o mundo e a realidade ao seu redor. Envolve crenças, valores, percepções e pressupostos que dirigem o olhar das pessoas a questões fundamentais, como a origem do mundo e da vida e o propósito da existência.

No Brasil, leis educacionais obrigam a inclusão da história e da cultura africana nos currículos das escolas, com objetivo de combater o preconceito racial e aumentar a representatividade da cultura afro-brasileira na sociedade. Diante disso, pesquisadores brasileiros têm tentado relacionar o estudo de brincadeiras e jogos de matriz cultural africana ao estudo da **cosmovisão** de povos africanos. Sobre esse assunto, leia os textos a seguir e, depois, converse com os colegas e o professor sobre as questões.

Texto 1

Diferença entre preconceito, racismo e discriminação

[...]

	Preconceito	Racismo	Discriminação
Significado	O preconceito é uma opinião feita de forma superficial em relação a determinada pessoa ou grupo, que não é baseada em uma experiência real ou na razão.	O racismo é a crença de que os membros de uma etnia possuem características, habilidades ou qualidades específicas desta etnia e, portanto, seriam uma "raça" superior às outras.	A discriminação refere-se ao tratamento injusto ou negativo de uma pessoa ou grupo, por ela pertencer a certo grupo (como etnia, idade ou gênero). É o preconceito ou racismo em forma de ação.

[...]

Bezerra, Juliana. Preconceito, racismo e discriminação. *Enciclopédia Significados*. Disponível em: https://www.diferenca.com/preconceito-racismo-e-discriminacao/. Acesso em: 11 set. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Jean Bosco Kakozi Kashindi é natural da República Democrática do Congo, onde se graduou em Filosofia. É professor do Centro de Estudos de Ásia e África (CEAA), da universidade El Colegio de México (Colmex), com pós-doutorado em Direito pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos). No seu currículo profissional, contam também experiências na área de filosofias latino-americanas, escravidão africanas, racismo e exclusão social.

Jean Bosco Kakozi/ Arquivo do cedente

Jean Bosco Kakozi Kashindi (1977–).

Texto 2

A humanidade em sua essência

Filosofia africana ubuntu é tema de palestra de professor congolês da Unila

Uma sociedade baseada no respeito e na solidariedade. Esses são os ideais do ubuntu, uma filosofia africana que trata sobre a essência do ser humano e a forma como se comporta na sociedade. Trata-se de uma maneira particular de ver, pensar, sentir o mundo e de se relacionar com demais seres. Na tentativa da tradução para o português, ubuntu seria "humanidade para com os outros".

Não há uma origem exata para a palavra ubuntu. Alguns estudiosos costumam afirmar que se trata de uma ética "antiga" que vem sendo usada e adaptada ao longo do tempo em diversas esferas da sociedade. O ubuntu teve forte influência sobre a luta contra o regime do *Apartheid*, implementado entre os anos de 1948 a 1994 na África do Sul. Após quase cinco décadas de segregação racial apoiada pela legislação, o processo de construção do novo Estado no pós-apartheid exigia igualdade universal, respeito pelos direitos humanos, valores e diferenças. Nesse sentido, a filosofia ubuntu vinha para fortalecer a importância da igualdade e da luta pela justiça, sendo amplamente defendida por lideranças políticas como Desmond Tutu, que recebeu o Prêmio Nobel da Paz em 1984, e, Nelson Mandela, o primeiro presidente negro da África do Sul contemporânea.

[...]

Não escreva no livro.

"Eu sou porque nós somos"

O fundamento do ubuntu é geralmente associado às línguas *bantu* – grupo etnolinguístico localizado principalmente na África Subsaariana. A palavra *bantu* é o plural de pessoa (*muntu*). Falar sobre humanidade significa agregar um valor, um princípio axiológico valorativo. O professor [Jean Bosco Kakozi Kashindi] explica que "uma pessoa vive a filosofia ubuntu quando ela é muntu, que significa dizer que não é só se tratar apenas de um indivíduo, mas ser uma pessoa com valor". Jean vai além ao afirmar que "quando uma pessoa não tem valores – como solidariedade e responsabilidade para com os outros –, não pode ser chamada de humana. Ela não é digna de fazer parte dos *bantu*."

Para os africanos, ubuntu é a capacidade humana de compreender, aceitar e tratar bem o outro, uma ideia semelhante à de amor ao próximo. Os valores que embasam a filosofia são generosidade, solidariedade, compaixão e o desejo sincero de felicidade e harmonia entre o conjunto de seres. Comumente utilizada para expressar a filosofia, a frase "eu sou porque somos" – de autoria de Desmond Tutu – faz alusão a uma lógica de pertencimento, ressaltando a mútua dependência entre o individual e o coletivo. De acordo com Jean, a frase faz uma crítica ao individualismo obsessivo e à lógica segregacionista e excludente – vigente no regime Apartheid. Um sistema baseado no ubuntu estaria, portanto, voltado aos interesses do coletivo: "Uma pessoa sozinha não pode existir. Só existe porque tem uma comunidade que antecede a ela. Ninguém pode ser, sem pertencer."

Liesenfeld, Tainara. A humanidade em sua essência. *Revista Arco*, dez. 2018. Disponível em: https://www.ufsm.br/midias/arco/a-humanidade-em-sua-essencia#:~:text=Para%20os%20africanos%2C%20ubuntu%20%C3%A9,entre%20o%20conjunto%20de%20seres. Acesso em: 11 set. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Princípio axiológico diz respeito a uma base moral ou filosófica que orienta ações, comportamentos e escolhas pautadas em valores éticos, morais, espirituais e estéticos. A palavra **axiológico** vem de axiologia, que é o estudo dos valores (principalmente éticos).

3 **Na sua opinião, conhecer melhor brincadeiras e jogos de matriz africana pode ajudar a combater o racismo, o preconceito e a discriminação raciais? Justifique.**

4 **O modo como a turma vivenciou brincadeiras e jogos de matriz africana foi coerente com a filosofia ubuntu? Você gostaria de melhorar o modo de experimentar essas brincadeiras com base nessa filosofia?**

John Dambik/Alamy/Fotoarena

Crianças da etnia Hamar, em Omo Valley, Etiópia, 2018.

3. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reconheçam que sim e justifiquem pelo trabalho com a representatividade das culturas africanas como passo importante para combater o racismo e o preconceito e a discriminação raciais.

4. Respostas pessoais. Espera-se que os estudantes mencionem que a vivência das brincadeiras e dos jogos de matriz africana pode ter sido coerente com a filosofia ubuntu, uma vez que as atividades promoveram a cooperação, o respeito mútuo e a solidariedade entre os participantes.

5 Como a filosofia africana ubuntu pode ser utilizada para combater o racismo?

6 Quais relações você pode estabelecer entre favorecer o acesso de crianças, adolescentes e jovens ao repertório de brincadeiras e jogos de matriz africana, a filosofia ubuntu e a promoção da cultura de paz?

7 O que você pode levar da vivência de brincadeiras e jogos de matriz africana e da filosofia ubuntu para seu projeto de vida?

8 Como a filosofia ubuntu se articula com os jogos cooperativos?

5. O ubuntu enfatiza a empatia, o respeito e a solidariedade, valores que se opõem à lógica do racismo, que desumaniza e marginaliza indivíduos e grupos. Ao internalizar os princípios do ubuntu, as pessoas podem ser motivadas a tratar os outros com dignidade e a lutar contra qualquer forma de discriminação racial, promovendo uma sociedade mais justa e igualitária.

6. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes relacionem a ampliação de conhecimentos sobre a Cultura Corporal de Movimento de matriz africana a um modo de promover a educação com base na cultura de paz como um passo importante no combate a preconceitos raciais.

7. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes reconheçam que podem levar para seus projetos de vida a importância de valorizar a coletividade, a empatia e a solidariedade para construir relações mais respeitosas e inclusivas com os outros, além de promover a justiça social e a igualdade de oportunidades para todos.

8. Incentive os estudantes a refletir sobre as similaridades entre o modo como vivenciaram as brincadeiras e os jogos africanos pesquisados e as características da filosofia ubuntu.

ENTRETENIMENTO A BORDO

- Consulte o *Catálogo de jogos e brincadeiras africanas e afro-brasileiras*, livro eletrônico organizado por Helen Santos Pinto, Luciana Soares da Silva e Míghian Danae Ferreira Nunes, para conhecer melhor essas práticas. Disponível em: https://biblioteca.fmcsv.org.br/biblioteca/guia-jogos-africanas/. Acesso em: 12 set. 2024.
- Veja o livro eletrônico *Diversão e conhecimento – um resgate de brincadeiras e jogos da comunidade quilombola do Cedro*, organizado por Tatianne S. Santos, Matias Noll e Leonardo C. de Andrade e ilustrado por Santiago Régis. Disponível em: https://repositorio.ifgoiano.edu.br/bitstream/prefix/1277/1/E-book_Divers%c3%a3o%20e%20Conhecimento_Editora%20IF%20Goiano.pdf. Acesso em: 12 set. 2024.

Editora IF Goiano/Arquivo da editora

- Explore também *o e-book Brincadeiras africanas para a educação cultural*, de Débora Alfaia da Cunha. Disponível em: https://www.laab.pro.br/projeto/publicacoes/LAAB_e-book%20brincadeiras%20africanas%20para%20a%20educacao%20cultural.pdf. Acesso em: 12 set. 2024.

Débora Alfaia da Cunha/Arquivo da autora

Não escreva no livro.

DESEMBARQUE

Ao longo deste capítulo, você explorou diferentes perspectivas sobre jogos e brincadeiras. Agora, é hora de aprofundar os conhecimentos sobre o assunto e compartilhar o que aprendeu. Para isso, você vai realizar uma pesquisa documental sobre o tema, que será apresentada para a turma e para a comunidade escolar. Com base nessa pesquisa, você vai identificar e analisar os múltiplos sentidos de jogos e brincadeiras e organizar uma apresentação para compartilhar suas descobertas e reflexões. Essa é uma oportunidade de mostrar a importância da cultura lúdica e de valorizar as diferentes formas de expressão e interação presentes nos jogos e nas brincadeiras.

PESQUISA DOCUMENTAL E APRESENTAÇÃO DE SEMINÁRIO

Agora é hora de colocar a mão na massa! Reúna-se em grupo e informe-se sobre o que você vai fazer. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

O quê	Pesquisa documental e apresentação oral com apoio de *banners* e/ou *slides*.
Situação	Você e os colegas vão produzir uma pesquisa documental e apresentá-la para a comunidade escolar. A pesquisa terá como objetivo identificar os múltiplos sentidos de jogos e brincadeiras estudadas no capítulo.
Tema	Jogos e brincadeiras.
Objetivos	1) Produzir uma pesquisa documental. 2) Apresentar os resultados da pesquisa por meio de apresentação oral com apoio de *banners* e/ou *slides*. 3) Proporcionar à comunidade um espaço para apresentação e discussão do valor da cultura lúdica.
Quem é você	Um pesquisador da Cultura Corporal de Movimento.
Para quem	Colegas da turma e comunidade em geral.
Tipo de produção	Em grupo.

DrRave/iStock/Getty Images

A pesquisa documental requer a análise de diversas fontes.

Análise documental como registro social

A pesquisa documental é um procedimento metodológico que se utiliza de documentos variados, como textos escritos, imagens, vídeos, objetos históricos, entre outros registros, para obter, analisar e interpretar informações sobre um determinado tema. A pesquisa documental explora documentos já existentes para a compreensão de processos históricos, culturais e sociais.

Leia o trecho do texto a seguir e responda às questões.

Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas

[...] pesquisa documental é um procedimento que se utiliza de métodos e técnicas para a apreensão, compreensão e análise de documentos dos mais variados tipos. [...] A pesquisa documental é um procedimento metodológico decisivo em ciências humanas e sociais porque a maior parte das fontes escritas – ou não – são quase sempre a base do trabalho de investigação. Apresenta-se como um método de escolha e de verificação de dados; ao apresentar esse panorama metodológico queremos provocar a reflexão de estudantes, professores e pesquisadores que utilizam documentos como método investigativo para o **desvelamento** de seus objetos de estudo e problematização das suas hipóteses.

desvelamento: revelação, esclarecimento.

SÁ-SILVA, Jackson Ronie; ALMEIDA, Cristóvão Domingos de; GUINDANI, Joel Felipe. Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas. *Revista Brasileira de História & Ciências Sociais*, n. 1, jul. 2009. Disponível em: https://periodicos.furg.br/rbhcs/article/view/10351. Acesso em: 11 set. 2024.

1 **A pesquisa documental é um processo de análise de dados que se utiliza de técnicas de apreensão, compreensão e análise de documentos. Como é possível ampliar conhecimentos sobre as brincadeiras e os jogos estudados no capítulo por meio de documentos?**

1. Espera-se que os estudantes constatem que os diversos registros feitos ao longo do tempo acerca de uma brincadeira, bem como o processo de reconhecimento como patrimônio, gera um material que pode revelar características e informações sobre a expressão cultural investigada.

2 **De acordo com o trecho, o que é a pesquisa por análise documental?**

2. A pesquisa documental é um método investigativo para o desvelamento dos objetos e da problematização das hipóteses.

3 **O que são "objetos de estudo" e qual é a relação que se estabelece entre eles e as hipóteses?**

3. Esclareça aos estudantes que tudo aquilo que se torna foco de uma investigação se transforma em objeto de estudo. Trabalhos científicos levantam hipóteses acerca de objetos, que podem ser confirmadas ou refutadas por meio da análise documental.

4 **Em grupo com quatro a cinco integrantes, você vai conduzir e apresentar uma pesquisa documental com o objetivo de ampliar a compreensão sobre os múltiplos significados das brincadeiras tradicionais brasileiras, dos jogos eletrônicos, dos jogos cooperativos e dos jogos e brincadeiras de matriz africana, formulando uma visão panorâmica sobre os significados deles sob diferentes perspectivas e culturas.**

- Cada grupo ficará responsável por uma categoria específica: brincadeiras tradicionais brasileiras, jogos eletrônicos, jogos cooperativos e jogos e brincadeiras de matriz africana.
- Dentro da categoria escolhida, cada grupo deve selecionar uma ou duas brincadeiras ou jogos para analisar. Por exemplo, o grupo que escolher brincadeiras tradicionais brasileiras pode optar por pesquisar esconde-esconde e pega-pega.
- Identifique e colete documentos relevantes que possam fornecer informações sobre origem, evolução e significado das brincadeiras ou jogos escolhidos. Isso pode incluir:
  a) registros históricos (textos antigos, fotografias, vídeos);
  b) documentos oficiais (relatórios de estudos, dossiês de patrimonialização);
  c) artigos acadêmicos;
  d) materiais audiovisuais;
  e) entrevistas ou depoimentos disponíveis em arquivos.
- Após a seleção dos documentos, é preciso começar a analisar a documentação. Para isso, devem ser seguidos alguns critérios básicos de análise.

A natureza do documento

Na análise documental, é importante compreender, primeiramente, qual é a natureza do documento que será usado como fonte de pesquisa. Para tanto, faça questionamentos como:

- Qual é a linguagem do documento: verbal, visual, verbo-visual ou material?
- Em que circunstâncias o documento foi produzido?
- Com qual finalidade o documento foi produzido?

Não escreva no livro.

Como você viu, muitos registros que podem servir como documentos para a pesquisa não foram produzidos com o objetivo de descrever uma prática. No entanto, ao relatar sua existência, noticiar um acontecimento ou reportar um crime, esses registros acabam revelando características importantes da brincadeira.

5 **Analise os documentos coletados considerando os seguintes aspectos:**

a) História e origem: quando e onde a brincadeira ou jogo surgiu? Quais são suas raízes culturais?

b) Evolução: como a prática mudou ao longo do tempo?

c) Significado cultural: que valores, normas e significados estão associados à brincadeira ou ao jogo? Como eles são vistos pela sociedade?

A autoria do documento e a análise do discurso

Todo documento é produzido por algum sujeito que, ao se comunicar, expressa sua posição diante da sociedade em que vive, mesmo sem ter consciência disso.

Ao analisar qualquer discurso à sua volta, você poderá perceber que as falas estão impregnadas das características das pessoas que as emitem e estão profundamente ligadas ao modo como a pessoa vê o mundo: seus gostos, suas preferências, seus interesses e desinteresses, seus conhecimentos e desconhecimentos, seus preconceitos, suas posições políticas e ideológicas. Ao analisar essas características, estamos fazendo uma análise do discurso.

Mesmo em uma fotografia, um ângulo sempre privilegia uma informação e ignora outras – você já percebeu como há pessoas que são completamente diferentes nas fotografias de redes sociais? O mesmo ocorre com as fotografias do passado; as pessoas só fotografavam o que elas achavam que era importante de ser retratado.

Drablenkov/iStock/Getty Images

Ao tirar uma foto, imprimimos nela nossa visão do que é importante e elaboramos um discurso passível de análise.

6 **Leia os princípios de análise do discurso e avalie os documentos que você pesquisou de acordo com eles.**

- Os documentos são fontes primárias ou secundárias? Eles já foram analisados por outras pessoas antes de você?
- Quais são os sentidos produzidos por esses documentos? Como eles se relacionam com o conjunto dos saberes acumulados sobre a prática que você está pesquisando?

- Os documentos revelam propósitos claros em relação à defesa de algum aspecto da prática em investigação? No caso de a prática ser reconhecida como patrimônio, os documentos oferecem argumentos ligados à necessidade de preservação e divulgação dessa prática?
- É possível identificar o sujeito enunciador do discurso? Os documentos foram escritos por uma pessoa ou comunica em nome de uma instituição?
- Qual é a relação do sujeito enunciador com a prática descrita? Que posição esse sujeito enunciador assume em relação a essa prática?
- Se outra pessoa ou instituição (com finalidade diversa) produzisse esse discurso, ele seria diferente? Em quais aspectos?

Relatório de pesquisa

7 **Debata as descobertas em grupo e produza uma apresentação que sintetize os principais achados. O relatório de pesquisa deve conter alguns elementos. São eles:**

- **Título:** escolha um título que abarque os objetivos principais da prática de pesquisa realizada.
- **Introdução:** insira uma reflexão inicial acerca do que é brincadeira, jogo e brinquedo cultural, bem como sua importância para a vida social e para o indivíduo na contemporaneidade. A introdução deve conter informações básicas acerca da manifestação artístico-cultural escolhida pelo grupo.
- **Material necessário:** descreva qual material foi utilizado para consultas e eventuais comprovações de hipóteses ao longo da pesquisa de análise documental.
- **Métodos utilizados:** descreva quais procedimentos foram utilizados durante a pesquisa social, para que fosse possível obter e analisar os dados desejados. Nessa etapa, é importante explicar os fundamentos da análise documental.
- **Análise dos dados:** discorra sobre as relações entre as descobertas em cada documento pesquisado e os dados obtidos, a fim de buscar solução para determinado problema. Nessa etapa, é importante explicar os fundamentos da análise do discurso.
- **Considerações finais:** apresente os resultados obtidos nas etapas de análise documental, comprovando ou não as hipóteses iniciais a respeito do assunto.
- **Referências bibliográficas:** insira as fontes das citações utilizadas no relatório. Elas devem apresentar as informações completas, como autor, título, edição, local, editora, data de publicação, endereço eletrônico; também devem estar formatadas segundo os padrões estabelecidos pela Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT). Exemplo:

Gil, Antonio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. p. 51.

Prostock-Studio/iStock/Getty Images

Em um trabalho em grupo, você pode dividir as tarefas para que todos participem.

Não escreva no livro.

Organizando a apresentação do relatório

8 **Após a elaboração do relatório, você e seu grupo vão organizar uma apresentação para que as pesquisas realizadas tenham circulação, em um primeiro momento, entre os colegas de turma. Siga as orientações para a organização da apresentação de um seminário científico na escola.**

Materiais necessários

- Um local para a realização das apresentações dos seminários: anfiteatro, sala de leitura, videoteca.
- Computador com equipamentos de projeção.
- Caixa de som e microfone (caso julguem necessários).
- Caso não haja equipamentos disponíveis, vocês poderão criar um pôster de apoio para a apresentação oral.

LeoPatrizi/iStock/Getty Images

Organizar as etapas do trabalho escolar e planejar a apresentação com os colegas desenvolve habilidades de autogerenciamento e colaboração.

Planejando as apresentações

- Cada grupo terá de 15 a 20 minutos para a apresentação das informações contidas no relatório de pesquisa. Ao final de cada apresentação, haverá um espaço para perguntas e discussões sobre o tema abordado.
- A turma deve combinar, com o professor, a data, o horário e o local mais adequados para a apresentação dos seminários.
- A linguagem deve ser adequada à situação: procurem ser claros e objetivos, a fim de que os espectadores compreendam como foi a prática de pesquisa documental.
- A apresentação digital, que servirá de apoio, deve conter os itens a seguir:
  - a) título;
  - b) nome dos autores;
  - c) introdução;
  - d) material necessário;
  - e) métodos utilizados;
  - f) análise dos dados;
  - g) considerações finais;
  - h) referências bibliográficas.
- O texto de cada tela deve conter palavras-chave com letras grandes e fontes sem ornamentos, para facilitar o processamento das informações por parte do público.
- Recursos gráficos são bem-vindos para deixar a apresentação atraente, como uso de imagens, tabelas e gráficos; entretanto, o *layout* deve ser limpo e leve. Vale atentar-se para a combinação de cores, assegurando um contraste significativo entre o fundo e a cor do texto, como utilizar fundo claro e texto escuro para não cansar a visão e/ou destacar os títulos das seções em cor diferente do texto, mas sem misturar os tons.

- O grupo deve revisar os textos inseridos em cada tela a fim de corrigir eventuais problemas conceituais, ortográficos, de concordância e regência, deixando o trabalho científico adequado a uma apresentação pública – se necessário, peçam ajuda ao professor de Língua Portuguesa.
- Distribuam as falas entre os componentes do grupo e ensaiem a fim de haver articulação entre vocês.

Apresentando o seminário

9 **Após a adequação dos conteúdos do relatório ao formato de seminário, chegou o dia das apresentações. Siga estas orientações para que tudo dê certo:**

- No dia da apresentação, a turma toda deve organizar o espaço de forma ordenada e agradável, de modo que todos tenham uma visão satisfatória dos apresentadores e dos recursos visuais de apoio.
- Após os ensaios e o preparo individual, os grupos devem apresentar a pesquisa que elaboraram. Por isso, não há necessidade de ler os textos das telas ou dos eventuais materiais de apoio, pois eles servem apenas para recordações de palavras-chave para o conteúdo que os grupos já devem dominar, tendo em vista que realizaram a pesquisa documental.
- Combine entre seu grupo quem cuidará do avanço das telas enquanto o colega fala sua parte.
- O professor terá o papel de mediador do tempo e dos questionamentos dos espectadores a cada apresentação.
- Você pode fotografar alguns momentos das apresentações para que o seminário científico escolar seja registrado.

10 **Como um pesquisador da cultura, é interessante proporcionar à comunidade um espaço para a apresentação e a discussão dos trabalhos científicos desenvolvidos na escola.**

- Coletivamente, pense em como a pesquisa documental sobre jogos e brincadeiras pode chegar à comunidade, seja disponibilizando os relatórios em plataformas da escola, seja repetindo a apresentação dos seminários para a comunidade, fazendo a informação científica circular em outros meios que não apenas o escolar.
- Caso haja a possibilidade de apresentação dos seminários para a comunidade, siga os mesmos passos, acrescentando a etapa de convite à comunidade com nova data, horário e local.
- Converse com os colegas e o professor sobre como foi compartilhar os conhecimentos científicos com a comunidade.

SDI Productions/iStock/Getty Images

Apresentar um trabalho é uma parte importante da vida acadêmica.

ENTRETENIMENTO A BORDO

- Convide os colegas e a comunidade para assistir ao documentário *Tarja branca*, de Cacau Ryoden (2014, 80 min).

O filme aborda a importância das brincadeiras para a formação da identidade pessoal de cada um e para as interações sociais da vida adulta.

BBC Filmes/ID/BR

Cartaz do filme *O menino que descobriu o vento*, de 2019.

- Assista também ao filme *O menino que descobriu o vento* (2019, 1h53min).

Essa obra é baseada na história real de William Kamkwamba, um jovem de 14 anos do Malawi, país da África. Kamkwamba construiu um moinho de vento para salvar sua comunidade da fome durante uma severa seca. Para isso, ele pesquisou e encontrou nos livros de Ciências a inspiração para criar um gerador de energia eólica capaz de bombear água e irrigar as plantações. A obra destaca a importância do conhecimento e da ciência para transformar vidas, ao mesmo tempo que celebra o valor do estudo, da perseverança e da cooperação comunitária.

Maria Farinha Filmes/ID/BR

Cartaz do documentário *Tarja branca*, de 2014.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Vamos avaliar a viagem que você fez pelo universo dos jogos e brincadeiras? Para isso, organize-se em uma roda de conversa e debata as questões a seguir.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Quais são as principais semelhanças e diferenças entre os jogos e as brincadeiras?
2. Há democratização dos espaços de lazer no município em que você mora? Quais são as barreiras e possíveis soluções para que todos tenham o acesso ao lazer em sua comunidade?
3. Após os estudos do capítulo, como você compreende a relevância social dos jogos e das brincadeiras na sociedade?
4. Quais são as características dos jogos cooperativos? Você considera que eles são uma alternativa à competição?
5. Quais são as relações entre Cultura Corporal de Movimento e jogos eletrônicos?
6. Por que podemos dizer que alguns jogos eletrônicos se transformaram em *e-sports*?
7. Que cuidados é preciso tomar no uso de jogos eletrônicos?
8. Qual é a relação entre jogos cooperativos e promoção da cultura de paz?
9. O que você compreendeu sobre a filosofia ubuntu, a valorização das brincadeiras e dos jogos de matriz africana e o combate ao racismo?
10. Descreva o que você aprendeu sobre pesquisa documental.

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas desta subseção são pessoais.
*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Quais são suas percepções ao resgatar os jogos e brincadeiras de sua infância?
2. Você gostou de realizar a entrevista sobre jogos e brincadeiras?
3. Que transformações relativas ao uso das tecnologias digitais você percebeu entre suas experiências lúdicas e as experiências de pessoas mais velhas da comunidade?
4. Como você observa a presença dos jogos eletrônicos em seu cotidiano de lazer? Você procura refletir sobre os cuidados com o excesso de tempo nessa atividade?
5. O que você achou de vivenciar os jogos cooperativos? Você percebeu dificuldades em cooperar em vez de competir?
6. Você pretende levar para seu projeto de vida a cultura de paz e os valores propagados pelos jogos cooperativos?
7. O que chamou a sua atenção no estudo das relações entre promover brincadeiras e jogos de matriz africana e o combate ao racismo?
8. De que forma a filosofia ubuntu se relaciona com seus valores sobre justiça social e combate a desigualdades?
9. O que você descobriu de mais interessante sobre a cultura lúdica de países africanos?
10. Você gostou de fazer uma pesquisa de análise documental? O que você aprendeu sobre a importância de valorizar as tradições e a história das brincadeiras e dos jogos?

NO RITMO DA CAPOEIRA E DO SAMBA DE RODA

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- refletir sobre os valores e identidades expressos nas práticas corporais da capoeira e do samba de roda, entendendo as implicações sociais e culturais dessas manifestações;
- compreender o papel histórico da capoeira e do samba de roda como formas de resistência cultural e social da população afro-brasileira;
- investigar os processos identitários envolvidos na prática da capoeira e do samba de roda, ressaltando as contribuições dessas práticas para a construção da identidade afro-brasileira;
- analisar a influência de artistas e ativistas da cultura afro-brasileira na legitimação e na valorização dessas manifestações culturais;
- debater as relações de poder e os preconceitos raciais e religiosos associados à capoeira e ao samba de roda, promovendo discussões pautadas em princípios de igualdade e na Declaração Universal dos Direitos Humanos;
- apreciar esteticamente as diversas manifestações artísticas e culturais da capoeira e do samba de roda, reconhecendo a luta e o protagonismo feminino na produção da Cultura Corporal de Movimento;
- experimentar práticas da capoeira e do samba de roda utilizando a linguagem corporal de maneira consciente;
- formular uma intervenção comunitária para promover a capoeira e o samba de roda como manifestações da Cultura Corporal de Movimento brasileira.

Prática de samba de roda no Memorial Quilombo dos Palmares, no alto da Serra da Barriga (AL). Foto de 2022.

CAPÍTULO

6

Cesar Diniz/Pulsar Imagens

EMBARQUE

1. Respostas pessoais. Ambas as obras de Carybé retratam a vivacidade e a energia da cultura popular brasileira, com cores vibrantes e personagens em movimento. É possível notar a presença de elementos da cultura afro-brasileira, como a capoeira e o samba de roda, e a valorização da expressão corporal. As cores quentes, como o vermelho, o amarelo e o laranja, estão presentes em ambas as obras, transmitindo alegria e dinamismo.
Elementos comuns:
• Cores quentes, transmitindo energia e movimento.

Nas expressões culturais afro-brasileiras, como a capoeira e o samba de roda, estão entrelaçados movimentos, ritmos e histórias de resistência e identidade, que desafiam preconceitos e celebram a diversidade. Embarque nessas práticas corporais para refletir e experimentar processos criativos engajados com uma sociedade justa e equitativa.

• Expressão corporal: personagens em movimento, demonstrando a importância da capoeira, da dança e da música na cultura brasileira.
• Composição dinâmica: elementos dispostos de forma a criar uma sensação de movimento e ritmo.

FOCO NA IMAGEM

Elementos específicos:
• *Vadiação:* cores mais neutras em meio a cores quentes e vibrantes; mistura de elementos da cultura brasileira, como instrumentos musicais (pandeiro e berimbau) e pessoas jogando capoeira. A cena mostra pessoas em movimento enquanto outras apreciam a apresentação.
• *Carnaval*: predomínio de cores quentes; muitos elementos juntos na obra, causando sensação de aglomeração típica do Carnaval. Há instrumentos de percussão e interação entre os músicos.

Observe a seguir duas obras do artista Hector Julio Páride Bernabó, conhecido como Carybé.

Herdeiros de Carybé/Copyrights Consultoria

Carybé. *Carnaval*, 1996. .
Dimensões não disponíveis.

Herdeiros de Carybé/Copyrights Consultoria

Carybé. *Vadiação*, 1965. Óleo sobre tela, 58,5 cm × 84 cm.

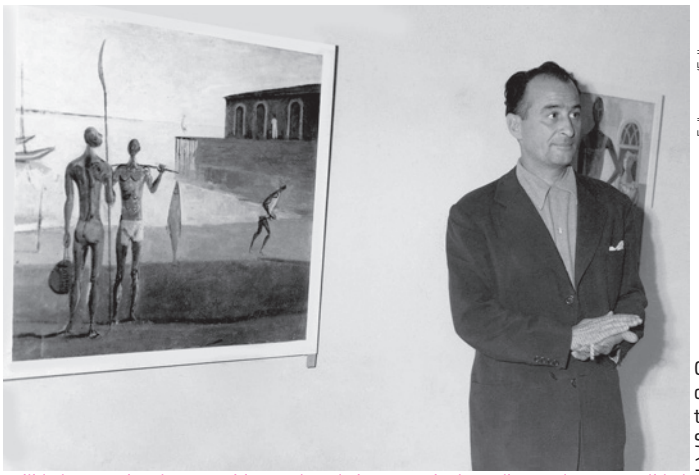
1 Reflita sobre as cores, os elementos culturais e a expressão corporal das personagens presentes nas duas obras de Carybé. Identifique e registre no caderno elementos visuais comuns entre as duas e específicos de cada uma.

2. Respostas pessoais. Carybé, em suas obras, busca retratar a riqueza e a beleza da cultura popular brasileira, expressando a alegria, a energia e a espontaneidade presentes na capoeira e no samba de roda.
Sentimentos e mensagens:

2 O que você acha que Carybé quis expressar sobre a capoeira e o samba de roda em cada uma dessas obras? Que sentimentos ou mensagens essas imagens transmitem para você? Responda no caderno.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Carybé, como ficou conhecido o artista Hector Julio Páride Bernabó, nasceu na Argentina, em 1911. Foi pintor, desenhista, ilustrador, mosaicista, ceramista, entalhador e muralista. Naturalizou-se brasileiro e viveu em Salvador por mais de 50 anos, onde faleceu em 1997. O artista tem uma produção vasta – mais de cinco mil trabalhos, dedicando boa parte dela à cultura afro-brasileira. Ele foi influenciado pela cultura local e se tornou um observador atento das rodas de capoeira.



Folhapress/Folhapress

Carybé e um dos seus trabalhos, em São Paulo (SP), 1952.

• *Roda de capoeira*: a obra transmite a força, a agilidade e a união dos capoeiristas, além da importância da tradição e da ancestralidade.
• *Samba*: a obra expressa a alegria, a festa e a confraternização presentes no samba de roda, celebrando a cultura e a identidade brasileira.

Não escreva no livro.

FOCO NO DIÁLOGO

Leia os textos a seguir e converse com os colegas sobre as questões.

Texto 1

Ao lado do candomblé e da capoeira, o samba de roda do Recôncavo representa memória e presença sociocultural e estética das matrizes africanas na Bahia, formando os alicerces de uma identidade negra e baiana, menos conhecidos na sua (est)ética mais profunda, e nas múltiplas dimensões que vão além do visível, do belo e da alegria do momento.

[...]

DÖRING, Katharina. *Uma Vida para o Samba de Roda – O aprendizado estético e significativo ao longo da vida no Recôncavo*. Disponível em: https://www.cult.ufba.br/wordpress/wp-content/uploads/Uma-vida-para-o-Samba-de-Roda-Katharina-Doring.pdf. Acesso em: 22 out. 2024.

Texto 2

Evasão

Pondo em prática uma agilidade incomum, Pedro Bala se livrou dos braços do investigador que o segurava e com um golpe de capoeira o derrubou. No entanto não fugiu. É claro que os demais guardas e investigadores se precipitaram em cima dele para impedir a sua fuga. Só então foi possível compreender o plano do chefe dos Capitães da Areia pois este gritou para os companheiros presos.

— Arriba, pessoal.

Um único guarda ficara a tomar conta dos outros, e um deles, muito ágil, o derrubou também com um golpe de capoeira. E desabaram para a ladeira da Montanha.

AMADO, Jorge. *Capitães da areia*. 106. ed. Rio de Janeiro: Record, 2001. p. 187-188.

3 **Você conhece as manifestações da cultura africana citadas pela pesquisadora Katharina Döring? Relate para os colegas e para o professor suas experiências com essas manifestações, procurando identificar elementos comuns entre elas.** 3. Resposta pessoal.

4 **Que imagem da capoeira é construída no texto de Jorge Amado? Como essa imagem se relaciona com a noção de identidade negra abordada no texto 1?**

5 **Registre no caderno o que você sabe sobre a capoeira e o samba de roda. Procure apontar o que conhece sobre a origem dessas práticas corporais, os grupos sociais que as praticam, locais de prática na sua cidade. Liste também de três a cinco tópicos que você gostaria de aprender sobre elas. Esse exercício é um importante momento de autoavaliação a ser retomado ao final do capítulo.** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

5. Essa resposta é pessoal e depende do conhecimento prévio de cada estudante. Incentive-os a registrar tudo o que sabem sobre a capoeira e o samba de roda. Alguns pontos que podem ser abordados:
- Origem: A capoeira surgiu no Brasil durante o período colonial, como uma forma de resistência dos escravos africanos. O samba de roda também tem raízes africanas e se desenvolveu no Recôncavo Baiano.
- Grupos sociais: Tanto a capoeira quanto o samba de roda são praticados por pessoas de diversas idades, classes sociais e origens étnicas.
- Locais de prática: A capoeira e o samba de roda podem ser praticados em academias, escolas, centros culturais, praças e outros espaços públicos.
- Tópicos para aprender: Os estudantes podem listar tópicos como história da capoeira e do samba, ritmos e instrumentos musicais, movimentos básicos, filosofia e aspectos culturais.

4. No texto de Jorge Amado, a capoeira é retratada como uma luta de resistência utilizada pelos meninos de rua, que são marginalizados e oprimidos pela sociedade. A capoeira se torna um instrumento de empoderamento e de afirmação da identidade negra, permitindo que os personagens se defendam e se libertem da opressão. Essa imagem se relaciona com a noção de identidade negra abordada no texto 1, que destaca a importância da capoeira como forma de preservação da cultura afro-brasileira e de reafirmação da identidade de um povo que historicamente foi marginalizado e discriminado. É importante que o estudante compreenda a contextualização histórica da obra *Capitães da areia* e o papel da capoeira como forma de resistência na época em que a história se passa.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

O baiano Jorge Amado (1912-2001) foi, durante muitos anos, o escritor brasileiro mais conhecido no exterior, traduzido para 49 idiomas e dialetos. Começou a escrever romances na década de 1930 e, até o fim da vida, publicava com regularidade. O escritor contou histórias das classes sociais marginalizadas nas cidades ou exploradas no campo, como as obras em que trata da produção de cacau no sul da Bahia, seu lugar de origem. Amado criou personagens inspirados em capoeiristas, sambistas e pais de santo, revelando sua admiração e respeito pelos símbolos da cultura afro-brasileira. A capoeira, em particular, é retratada pelo romancista como uma manifestação de resistência e identidade, refletindo as lutas e a resiliência do povo afro-brasileiro. Essa abordagem não só celebra a riqueza da cultura negra, mas também destaca sua importância na formação de uma consciência crítica e engajada por meio da literatura.

BAGAGEM

Escrito em 1937, o romance *Capitães da areia* narra o cotidiano de um grupo de meninos abandonados, que assaltam, roubam e se envolvem em situações violentas como consequência das condições em que vivem. Órfãos ou abandonados por suas famílias, vão se agrupando aos poucos e a eles se junta apenas uma menina, Dora. Em grupo, se sentem mais fortes e encontram a proteção que não podem ter de seus pais nem do Estado. O fato de serem obrigados a viver por conta própria os faz agir movidos pelo atendimento de suas necessidades mais imediatas: comida e abrigo.

VALE VISITAR

Para conhecer melhor o escritor e sua obra, acesse o *site* oficial da Fundação Casa de Jorge Amado. Lá você encontra mais informações sobre *Capitães da areia*.

Disponível em: http://www.jorgeamado.org.br. Acesso em: 8 jul. 2024.

NA ESTRADA

Agora que você já apreciou imagens e dialogou com os colegas sobre os temas do capítulo, vamos seguir viagem no universo da capoeira e do samba de roda, explorando suas raízes, evoluções e significados contemporâneos.

Nesta seção, as origens e práticas atuais dessas expressões culturais afro-brasileiras serão destacadas, mostrando a continuidade e a transformação dessas tradições. Além disso, as lutas e conquistas estarão presentes nas discussões apresentadas, especialmente as relacionadas ao combate ao preconceito racial e religioso e ao protagonismo das mulheres.

Ao longo desta jornada, você e os colegas vão acumular informações, vivências e habilidades que resultarão na organização de um evento multicultural na escola para celebrar a importância das práticas corporais afro-brasileiras e combater preconceitos relativos a elas e a seus praticantes.

1ª PARADA

Capoeira e samba de roda: patrimônios culturais imateriais da humanidade

A roda de capoeira e o samba de roda são conteúdos da Cultura Corporal de Movimento reconhecidos como Patrimônios Imateriais da Humanidade pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan). Você sabe o que isso significa?

Nesta parada, você e os colegas vão conhecer esse conceito e compreender o processo de registro e preservação dessas práticas culturais, além de debater a importância de valorizar e proteger os patrimônios culturais.

1 **Para entender melhor o assunto, leia os textos a seguir. Depois, registre suas reflexões no caderno.**

Texto 1

Convenção para a salvaguarda do Patrimônio Cultural Imaterial

[...]

Artigo 2: Definições

Para os fins da presente Convenção,

1. Entende-se por "patrimônio cultural imaterial" as práticas, representações, expressões, conhecimentos e técnicas – junto com os instrumentos, objetos, artefatos e lugares culturais que lhes são associados – que as comunidades, os grupos e, em alguns casos, os indivíduos reconhecem como parte integrante de seu patrimônio cultural. Este patrimônio cultural imaterial, que se transmite de geração em geração, é constantemente recriado pelas comunidades e grupos em função de seu ambiente, de sua interação com a natureza e de sua história, gerando um sentimento de identidade e continuidade e contribuindo assim para promover o respeito à diversidade cultural e à criatividade humana. [...]

ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco). *Convenção para a salvaguarda do patrimônio cultural imaterial.* Paris, 17 de outubro de 2003. Disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/ckfinder/arquivos/ConvencaoSalvaguarda.pdf. Acesso em: 9 jul. 2024.

Não escreva no livro.

Texto 2

Roda de capoeira, Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade

[...]

A Roda de Capoeira é uma manifestação cultural afro-brasileira – simultaneamente, uma luta e uma dança –, que pode ser interpretada como uma tradição, um esporte e até mesmo uma arte. [...] Também funciona como uma afirmação de respeito mútuo entre comunidades, grupos e indivíduos, além de promover a integração social e preservar a memória da resistência à opressão histórica.

[...]

ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco). *Roda de capoeira, Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade*. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br/152296-roda-de-capoeira-patrim%C3%B4nio-cultural-imaterial-da-humanidade-unesco. Acesso em: 9 jul. 2024.

Texto 3

O Samba de roda do Recôncavo Baiano, Bahia

Reconhecido em nível nacional, o samba de roda do Recôncavo Baiano tornou-se, também, Patrimônio Imaterial da Humanidade em 2005. Como muitas manifestações de caráter espontâneo, o samba de roda, já presente no país desde a segunda metade do século XIX, além da música e da dança, reúne outras formas de interação social, como a capoeira, a religião e comidas tradicionais de matriz africana. Por outro lado, pode-se ver a influência da cultura portuguesa tanto na música como na apresentação do samba de roda em festas associadas ao calendário cristão católico. Essa manifestação resistiu ao tempo apesar das perseguições impostas às manifestações de cultura negro-africana, sobretudo nas primeiras décadas do século XX. [...]

BOTTALLO, Marilúcia *et al*. *Patrimônio da Humanidade no Brasil*: suas riquezas culturais e naturais. 1. ed. Santos: Editora Brasileira de Arte e Cultura. UNESCO Brasil, 2014. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000233395. Acesso em: 9 jul. 2024.

a) O que é patrimônio imaterial? Qual é a importância de preservá-lo?

b) Qual é a importância do reconhecimento da capoeira e do samba de roda como patrimônios imateriais da humanidade?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A Convenção para a Salvaguarda do Patrimônio Cultural Imaterial da Unesco desempenhou um papel fundamental para a proteção e a valorização das práticas culturais imateriais ao redor do mundo. O documento estabeleceu um quadro jurídico global para a proteção do patrimônio imaterial, destacando a importância da diversidade cultural e da criatividade humana. Os países signatários, incluindo o Brasil, adotaram medidas para identificar, documentar e proteger esses elementos culturais. A implementação da convenção promoveu a atualização das legislações nacionais e a criação de programas específicos para a preservação do patrimônio imaterial, garantindo a participação das comunidades na proteção das próprias tradições.

Além da capoeira e do samba de roda, outras práticas corporais que envolvem música, ritmo, expressividade corporal e dança foram reconhecidas como patrimônio imaterial da humanidade.

2 Converse com os colegas e o professor:

a) Há alguma prática ou bem na sua comunidade que poderia ser reconhecida como patrimônio imaterial? Faça um mapeamento das manifestações culturais locais que tenham relevância para a comunidade. **2. a)** Resposta pessoal.

b) Apresente para os colegas argumentos que justificariam o registro da manifestação cultural eleita por vocês. **2. b)** Resposta pessoal.

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

1. a) Patrimônio imaterial é um conjunto de práticas sociais e culturais que se manifestam por meio de diferentes linguagens e envolvem saberes, ofícios e celebrações cuja preservação interessa à manutenção da diversidade cultural. A preservação dos patrimônios culturais permite fomentar a cultura, reconhecer identidades e a criatividade humanas, promovendo o fortalecimento das comunidades que praticam essas manifestações. Além disso, assegura que essas práticas culturais sejam transmitidas para as futuras gerações, mantendo vivas as tradições e os saberes ancestrais. Com base nessas questões, você pode incentivar os estudantes a identificar práticas culturais relevantes para suas comunidades.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco) é responsável por reconhecer o patrimônio em âmbito internacional. Nacionalmente, esse reconhecimento é feito pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan).

#ficaadica

Capriche nas anotações sobre as questões em seu caderno, pois elas serão retomadas para a elaboração de materiais e recursos para o evento multicultural que será a produção final do capítulo, conforme descrito na seção *Desembarque*.

1. b) A tradição da capoeira como manifestação cultural afro-brasileira passada por meio da oralidade pelos mestres e praticantes permite valorizar as identidades negras e a resistência à opressão histórica dessas tradições em virtude do preconceito racial. O samba de roda é uma prática da Cultura Corporal de Movimento presente na cultura brasileira, principalmente na Bahia, desde a segunda metade do século XIX. Tendo resistido a perseguições culturais, integra influências da cultura africana e portuguesa, refletindo a diversidade cultural do Brasil. Com base nessas questões, você também pode debater a presença do samba e de suas variantes na identidade cultural brasileira.

Não escreva no livro.

3. a) O processo de reconhecimento dos bens imateriais está ligado aos valores pelos quais as sociedades se reconhecem ou se identificam. Esse processo, no entanto, não é algo natural, mas um campo de disputa por espaço na memória coletiva e na formação identitária de um país. Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.

3 Observe as imagens a seguir e responda às questões no caderno.

Turkey Photo/Shutterstock.com/ID/BR

Dervixes durante a dança cerimonial conhecida como Sema. Inscrita em 2008 como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, a Cerimônia Mevlevi Sema é uma prática espiritual da ordem sufi Mevleviye, fundada em 1273 em Konya, Turquia. É conhecida pelas suas danças rodopiantes, nas quais os dançarinos giram sobre os pés esquerdos em pequenas voltas, usando o pé direito para movimentar o corpo.

Leo Caldas/Pulsar Imagens

Grupo de passistas de frevo, na Ponte Boa Vista, na cidade do Recife (PE), em 2023. Frevo, inscrito em 2012 como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade, é uma expressão artística brasileira que combina música e dança, apresentada principalmente durante o Carnaval do Recife (PE). A dança se originou da habilidade e da agilidade dos capoeiristas, que improvisam saltos ao som eletrizante das orquestras e bandas de metais como forma de burlar a repressão policial da época.

Metin Celep/Shutterstock.com/ID/BR

Casal dança tango nas ruas de Buenos Aires, na Argentina, em 2020. Reconhecido pela Unesco como Patrimônio Imaterial da Humanidade em 2009, o tango é uma dança conhecida no mundo todo e tradição na Argentina e no Uruguai, mais especificamente na Bacia do Rio Prata, onde foi criado e desenvolvido por trabalhadores imigrantes europeus e *criollos* (descendentes de escravos nativos da região), que fundiram elementos culturais da música, da dança e da poesia.

a) É possível estabelecer relações entre os bens reconhecidos como patrimônio cultural imaterial e o sentimento de identidade? Você acha que o patrimônio cultural de um país reflete a diversidade cultural desse território? Por quê?

b) Você já se engajou em alguma prática da Cultura Corporal de Movimento relacionada a bens considerados patrimônio? Compartilhe sua experiência com os colegas e o professor.

3. b) Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

4 **Releia as legendas das imagens e converse com os colegas e o professor sobre pontos comuns e pontos específicos que caracterizam as práticas da Cultura Corporal de Movimento inscritas como patrimônios imateriais. Leve em conta a origem histórica, os grupos culturais originários, a função e os significados culturais das práticas.**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

5 **Sob orientação do professor, você e os colegas vão aprofundar conhecimentos sobre as danças descritas até aqui. Em seguida, vão apresentar uns para os outros suas descobertas e, por fim, vivenciar uma proposta de dança criativa e expressão corporal inspirada na diversidade cultural das danças reconhecidas como patrimônio imaterial da humanidade.**

Vivenciando a diversidade cultural da dança

Como fazer *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Etapa 1 – Levantamento de informações

- Forme um grupo com mais três colegas. Escolha, entre as opções listadas a seguir, uma dança considerada patrimônio imaterial no Brasil ou no mundo. A turma pode se organizar da seguinte maneira:

  Grupo 1 – Tango
  Grupo 2 – Rumba congolesa
  Grupo 3 – Samba de roda
  Grupo 4 – Frevo
  Grupo 5 – Vimbuza
  Grupo 6 – Dança cerimonial Sema

- Faça um levantamento na internet com objetivo de aprofundar o estudo sobre a dança escolhida por seu grupo. Procure textos, áudios, vídeos e outros elementos relevantes para a sua pesquisa. Você pode buscar informações como:
  a) origem geográfica e histórica da dança;
  b) descrição de como a dança é praticada e do contexto em que é praticada, por exemplo;
  c) descrição do modo de dançar: passos, expressões faciais e corporais, etc;
  d) músicas utilizadas na prática da dança.
- Organize as informações coletadas em um registro escrito que possa ser compartilhado com o professor e com os colegas, incluindo os *links* dos materiais de referência para a pesquisa.

Etapa 2 – Apresentação para os colegas

Para compartilhar o levantamento realizado pelo seu grupo, você vai vivenciar a metodologia ativa: da rotação por estações. Essa metodologia envolve dividir a turma em pequenos grupos que alternam entre diferentes estações de aprendizagem, cada uma com atividades ou tarefas específicas. Cada estação deve abordar um aspecto do conteúdo de forma prática e interativa, proporcionando a vocês que aprendam de maneiras variadas e colaborativas.

- Organize com toda a turma uma estação para cada dança pesquisada.
- Antes de começar a rotação, cada grupo inicia a dinâmica na estação referente ao seu levantamento e apresenta brevemente suas descobertas.
- Em seguida, os grupos passam por todas as estações realizando a leitura do registro.

Etapa 3 – Roda de conversa sobre os aprendizados

- Por fim, faça uma roda com os colegas e o professor. Conversem sobre as descobertas e os aprendizados obtidos na atividade.

Etapa 4 – Experimentação livre de dança e expressão corporal

- Chegou a hora de praticar a expressividade corporal e vivenciar a musicalidade e o ritmo das danças pesquisadas. Combine com o professor um momento para que você possa exibir para os colegas as músicas e os vídeos da dança pesquisada pelo seu grupo.
- Após escuta e apreciação, convide os colegas a experimentar movimentos livres inspirados na dança em foco. Participe da proposta de experimentação dos demais grupos. Lembre-se de que é fundamental exercitar o autoconhecimento e o autocuidado nas práticas, bem como respeitar os colegas. Você também pode criar uma sequência de movimentos inspirados na dança e sugerir que os colegas experimentem. Procure não se preocupar com o jeito certo de dançar, o importante é poder se expressar de forma livre, buscando sentir o ritmo, a música e as possiblidades gestuais que os sons a e a dança inspiram.
- Ao final, converse com os colegas sobre como você se sentiu ao experimentar danças de diferentes culturas.

#ficaadica

Registre as experimentações, discussões e práticas por meio de fotografias, vídeos e textos, pois elas serão retomadas para a elaboração de materiais e recursos para o evento cultural que será a produção final do capítulo, conforme descrito na seção *Desembarque*.

2ª PARADA

Capoeira: origens e práticas contemporâneas

Os paranauês da capoeira

A capoeira é praticada em várias regiões do Brasil. Será que é possível determinar a origem exata dessa manifestação cultural? Leia o texto a seguir para saber mais sobre o assunto.

1 **Você já leu um artigo científico? Sabe quais são os objetivos e as características principais de textos desse tipo? Compartilhe seus conhecimentos com os colegas e o professor.** **1.** Respostas pessoais.

2 **Organize uma roda com os colegas para ler parte de um artigo publicado em uma revista científica. Nele, você poderá conhecer alguns dados sobre as origens da capoeira. Em seguida, debata com a turma as questões propostas.**

BAGAGEM

Um artigo científico tem várias funções. Dentre elas, destacam-se:

- **Revisar a bibliografia**: revisitar estudos já realizados sobre um assunto, a fim de analisar a contribuição para a construção do conhecimento científico;
- **Propor e defender uma hipótese**: após apresentar a problematização que motivou o estudo sobre o tema, com base nos dados recolhidos, o artigo apresenta a análise de um problema científico por determinado ponto de vista.

Além disso, o artigo científico tem características muito específicas:

- **Linguagem**: precisa ser escrito em registro formal, de modo que se garanta credibilidade à argumentação;
- **Título**: deve ser explicativo, antecipando expectativas acerca das hipóteses que o autor vai defender;
- **Resumo**: apresenta, de modo curto e objetivo, o objeto analisado no artigo, o problema que mobiliza e as teorias que o embasam;
- **Palavras-chave**: definem informações relevantes para que o artigo possa ser indexado em plataformas de buscas. É como uma etiqueta, que serve para facilitar a busca do artigo em plataformas científicas e em *sites* de pesquisa.

A luta da capoeira: reflexões acerca da sua origem

Camila Anselmé/ID/BR

RESUMO: Depois de mais de 300 anos de existência da luta brasileira, não nos foi possível encontrar na literatura pertinente a esta temática, elementos que deem sustentação acerca da origem da Capoeira, quer no nível das suas influências quer no nível do seu aparecimento em território nacional, ou mesmo da sua existência no continente africano. Assim entendendo, através de um levantamento da literatura que trata do assunto em pauta, buscamos com este trabalho, apresentar todas as posições correntes, as quais se apresentam distintas e diferentes entre si, quer quanto aos locais de aparecimento, quer quanto às suas influências dentro e fora do território nacional [...].

PALAVRAS-CHAVE: capoeira, origem, luta.

Origem da capoeira: perspectiva macro

No que se refere ao estudo das primeiras influências e condições que contribuíram para o aparecimento da capoeira no Brasil, inicialmente sob o aspecto de arte guerreira, por certo, somente o período colonial contenha elementos que clarifiquem esta questão e, por conseguinte, a origem da capoeira em território nacional. [...]

Não escreva no livro.

Quanto à influência africana na capoeira, consideramo-la ponto **assente**, visto identificarmos na sua passada e atual forma de expressividade, elementos culturais africanos, que poderíamos considerar exclusivos para o contexto da luta brasileira, em face da escassez de estudos que os confirmem. Os estudos promovem a aproximação de uma delimitação geográfica, [...] para a identificação das matrizes étnicas africanas e respectivos elementos culturais africanos (música, dança, cânticos, jogos, lutas, instrumentos musicais e outras emanações) que permitiram a invenção da capoeira no Brasil. [...]

Ao rever todas as posições que defendem a origem negra da luta, seja ela como matriz genuína do continente africano ou como invenção dos africanos no Brasil [...], deduzimos serem ainda tais estudos **incipientes** [...]. Entretanto, não podemos deixar de referenciar que o discurso geral entre os que estudam a expressão brasileira é o de que inexiste qualquer expressão semelhante à capoeira no continente africano [...].

assente: se diz de assunto sobre o qual não há mais discussão, consenso.

incipiente: insatisfatório, inicial, que está no começo.

pírrica: dança guerreira grega que se praticava com armas na mão.

Origem da capoeira: perspectiva micro

Partindo da premissa de que a capoeira foi uma invenção das várias matrizes culturais presentes em um momento histórico brasileiro, logo, [uma invenção] brasileira, [...] entendemos ser crucial abordarmos o aparecimento dessa manifestação no cenário nacional. [...]

A história conhecida da capoeira ao longo dos tempos sempre se referiu ao estado da Bahia e, mais especificamente, à cidade de Salvador e o Recôncavo Baiano, como berço e celeiro de praticantes da luta brasileira. [...] Encontramos para o estado do Rio de Janeiro, referências documentais que retratam efetivamente a presença da Capoeira nos períodos históricos brasileiros, encontrando no início do século XX quem a defendesse como sendo, expressão por excelência carioca. [...]

O comportamento dos capoeiras pernambucanos quando acompanhavam os batalhões [...], atingiu, ao longo dos tempos, proporções de que não há exemplo, levando com que o governo deste estado viesse a proibir os desfiles dos indivíduos à frente dos batalhões aquartelados no Recife [...]. Mais uma vez, podemos concluir pela existência desta expressão de luta em mais um dos estados brasileiros [...].

Revendo as novas fontes documentais de arquivos nacionais sobre os costumes dos indivíduos nas metrópoles e nos diversos períodos históricos brasileiros, curiosamente, constatamos igualmente a presença dessa luta nos costumes paulistanos. [...] Vale ressaltar que [...] encontramos ainda alusão à luta brasileira no [...] Maranhão. [...]

Ainda no nordeste brasileiro podemos encontrar algumas outras expressões que nos permitiriam aproximar das principais raízes influenciadoras da invenção da capoeira [...] como o Batuque na Bahia e a dança do Bate-Coxa, o Maculelê, prática **pírrica** de negros nos engenhos de açúcar da Bahia. [...]

Após todas essas reflexões acerca da gênese da capoeira, e tendo considerado a inexistência na África de expressão similar [...], acreditamos que todos os grupamentos humanos presentes no Brasil dos tempos idos possam ter contribuído para a invenção da luta.

ARAÚJO, Paulo Coêlho; JAQUEIRA, Ana Rosa Fachardo. A luta da capoeira: reflexões acerca da sua origem. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, ano III, n. 9, jul./set. 2006. p. 5-13.

a) Qual é a hipótese discutida no artigo?

2. a) A hipótese discutida no artigo é a de que não é possível determinar precisamente a origem da capoeira ou a existência do esporte no continente africano, discorrendo sobre sua possível origem brasileira.

b) O artigo aborda um problema científico ligado à história da capoeira. O que isso indica sobre essa manifestação cultural? Você acha que qualquer assunto pode ser discutido cientificamente?

2.b) Respostas pessoais. A capoeira pode justificar muitos debates acadêmicos, porque é um elemento ligado à experiência identitária afro-brasileira e relevante para a cultura nacional. Costumam ser objetos da análise científica discussões com pertinência social, histórica, comunitária ou ligadas a uma problemática específica. Nos trabalhos científicos, isso faz parte das justificativas da pesquisa.

c) O texto afirma não ter encontrado indícios de uma origem africana para a capoeira. Entretanto, reafirma uma "origem negra da luta". Que significado essa afirmação pode ter em relação à valorização da capoeira?

2. c) Mesmo tendo origem no Brasil, a capoeira surgiu na comunidade negra, ou seja, de pessoas escravizadas, cujos antepassados (ou eles próprios) foram trazidos da África. Isso ressalta a capoeira como um elemento ligado às questões culturais, identitárias e históricas dos afrodescendentes no Brasil.

d) Segundo os autores, há registros da presença da capoeira em diversos estados brasileiros. Levando em conta os seus conhecimentos da história do Brasil, explique por que a capoeira, desde sua origem, esteve presente em várias partes do país.

2. d) Porque a escravidão alcançou o país como um todo, sendo predominante nas regiões ligadas à exploração agrícola (Sudeste, Nordeste e Sul).

ENTRETENIMENTO A BORDO

Agora que você conheceu um pouco melhor as discussões em torno da origem da capoeira, convide os colegas a assistir ao vídeo Roda de Capoeira – *Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade*, produzido pelo Iphan, para divulgar a roda de capoeira, no endereço https://www.youtube.com/watch?v=_HeWO3vmCXY&t=167s (acesso em: 10 jun. 2024). O Iphan é uma autarquia vinculada ao Ministério do Turismo que responde pela preservação do Patrimônio Cultural Brasileiro.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A capoeira é considerada uma prática corporal de resistência de povos escravizados contra a opressão imposta por seus senhores. Nas senzalas e nos terreiros das fazendas, era praticada de maneira clandestina e, com a aproximação dos senhores de engenho ou de seus feitores, os escravizados cessavam os movimentos de luta e começavam a brincar e dançar. A capoeira também foi praticada em quilombos, comunidades criadas por escravizados fugitivos, que se reuniam escondidos para se proteger da perseguição e da violência. O mais conhecido foi o Quilombo dos Palmares, que surgiu no final do século XVI e funcionou até o final do século XVII. Um dos líderes do quilombo, Zumbi dos Palmares, é reconhecido como um herói da resistência negra no Brasil. Considerado um bravo guerreiro, defendeu o quilombo contra várias invasões portuguesas utilizando armas cortantes e golpes de capoeira.

Os registros históricos indicam que, após a abolição da escravatura, em 1888, a capoeira desenvolveu-se inicialmente nas cidades de Salvador (BA), Rio de Janeiro (RJ) e Recife (PE), que haviam recebido grande contingente de africanos sequestrados de seus locais de origem e que se deslocaram das fazendas para as cidades em busca de trabalho. A prática de capoeira foi criminalizada durante vários anos. Muitos capoeiristas foram presos por agentes policiais, que os enquadravam como "vadios" e "mendigos", conforme o Código Criminal do Império do Brasil, de 1830. Depois, a capoeira teve sua criminalização formalizada pelo Código Penal de 1890, junto a outras manifestações culturais afro-brasileiras, como o samba e o candomblé. A capoeira era retratada pela imprensa das cidades onde era praticada como uma atividade que ameaçava a ordem pública, por isso grande parte das primeiras pesquisas históricas sobre a capoeira utilizavam arquivos policiais ou de jornais da época. Para evitar serem reconhecidos e presos, os capoeiristas começaram a adotar apelidos, prática que se mantém até hoje. Com o tempo, as rodas de capoeira nas ruas de cidades baianas, fluminenses e pernambucanas se configuraram como práticas de lazer e trocas culturais entre os trabalhadores afrodescendentes de classes sociais desfavorecidas.

Considerando que você já conheceu um pouco mais sobre a origem da capoeira, vamos aprofundar conhecimentos sobre os elementos constitutivos dessa prática corporal.

3 **Leia o texto a seguir e responda no caderno ao que se pede.**

A capoeira é uma manifestação cultural que se caracteriza por sua multidimensionalidade – é ao mesmo tempo dança, luta e jogo. Dessa forma, mantém ligações com práticas de sociedades tradicionais, nas quais não havia a separação das habilidades nas suas celebrações, característica inerente à sociedade moderna. Ainda que alguns praticantes priorizem ora sua face cultural, seus aspectos musicais e rituais, ora sua face esportiva, a luta e a ginástica corporal, a dimensão múltipla não é deixada de lado. Em todas as práticas atuais de capoeira, permanecem coexistindo a orquestração musical, a dança, os golpes, o jogo, embora o enfoque dado se diferencie de acordo com a singularidade de cada vertente, mestre ou grupo.

BRASIL, Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional. Dossiê. Inventário para Registro e Salvaguarda da Capoeira como Patrimônio Cultural do Brasil. 2007. Disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/ckfinder/arquivos/Dossi%C3%AA_capoeira.pdf. Acesso em: 11 jul. 2024.

a) O texto afirma que a capoeira tem várias faces. Com base no texto que você leu na 1ª Parada, responda: Em sua origem, qual face da capoeira era mais acentuada? Por quê?

b) Você acha que a capoeira ainda é um movimento de resistência na contemporaneidade? Por quê?

3. a) A face da luta, uma vez que isso se liga ao histórico da resistência ao sistema opressor escravista, primeiramente, e, posteriormente, como resistência à marginalização das populações negras após a abolição.

3. b) Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Não escreva no livro.

4 **Retome as discussões que você vivenciou na 1ª Parada e acrescente argumentos sobre quais motivos levaram ao reconhecimento da capoeira como patrimônio cultural imaterial da humanidade.**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Marcel Gautherot /Acervo do Instituto Moreira Salles

Jogo de capoeira, em Salvador (BA), c. 1946. Fotografia de Marcel Gautherot.

Capoeira angola e regional

A capoeira é uma prática corporal na qual dois jogadores, no interior de uma roda formada por outros praticantes, realizam movimentos de ataque e defesa, sem o objetivo de atingir de fato o oponente. Ao som do ritmo de um conjunto musical e de canções entoadas pelo mestre e pelo coro que compõe a roda, os capoeiristas executam deslocamentos, acrobacias e golpes frontais, laterais e giratórios de mãos e pernas. Para iniciar a prática, dois capoeiristas agacham-se à frente do conjunto musical e escutam com atenção o canto, denominado **ladainha**, que abre a roda em homenagem à origem afrodescendente da prática.

As ladainhas geralmente contêm lições de vida e transmitem a filosofia da capoeira, servindo de inspiração para o jogo. Antes de iniciar o jogo, os praticantes cumprimentam-se com respeito. Em geral, entram na roda com um movimento chamado "aú", uma posição invertida que lembra a figura de uma estrela. O jogo de capoeira desenvolve-se por meio da ginga (ou gingado), que consiste em uma movimentação contínua do corpo de um lado para o outro, visando confundir o adversário e evitar que ele aplique um golpe com eficiência. Ao gingar, cada jogador procura o melhor posicionamento para a aplicação dos próprios golpes. Por meio desses movimentos, sempre ritmados pelo som do conjunto musical, o capoeirista envolve seu parceiro, procurando nunca confrontar diretamente seus ataques, mas esquivar-se deles e aplicar seus contra-ataques, se possível em movimentos sincronizados com os movimentos do companheiro.

Voltando ao contexto histórico de seu surgimento e desenvolvimento, sabe-se que, após a abolição da escravatura, além das questões já mencionadas, havia uma enorme discriminação com a capoeira por parte da elite branca brasileira e a perseguição pelo poder público.

Apesar de sua proibição, a capoeira continuou a ser praticada longe dos olhares policiais. Para não chamar a atenção, mestres como Sinhozinho, como era conhecido o paulista Agenor Moreira Sampaio (1891-1962), que coordenou uma escola de capoeira no Rio de Janeiro entre 1920 e 1960, retirou os instrumentos e o canto da roda e reforçou o treino dos movimentos de luta e do condicionamento físico dos praticantes. Em 1928, na cidade do Rio de Janeiro, Mestre Zuma, apelido de Annibal Burlamaqui (1898-1965), escreveu um manual sobre a prática da capoeira, intitulado *Gymnastica nacional (capoeiragem) methodizada e regrada*. Essa visão mais sistematizada e menos associada à "vadiagem" que era atribuída aos negros ampliou os espaços de prática da capoeira. Como uma vertente mais atlética, a capoeira teve influência de outras práticas de luta, como a greco-romana.

Nesse momento, a capoeira original começou a se modificar e deu origem a uma subdivisão entre o que ficou conhecido como capoeira de Angola, mais fiel às tradições originárias dos negros escravizados, e capoeira regional, criada por Mestre Bimba com base no manual de Mestre Zuma.

Embora a dinâmica da capoeira seja comum em suas diferentes manifestações, esses dois estilos se desenvolveram e permanecem até os dias de hoje.

Não escreva no livro.

5 Leia os textos sobre essas modalidades. Depois, converse com os colegas sobre as questões.

Texto 1

Capoeira Angola

[...] A capoeira Angola estabeleceu sua identidade como estilo de capoeira após a organização do Centro Esportivo Angola, sob a liderança de Vicente Ferreira Pastinha, em 1941. Sua prática pedagógica, assim como Bimba, estabelecia uma diferença crucial no que era treinado em um espaço regulado, a academia, e a rua, [...] Pastinha remete à terra natal dos escravizados para reivindicar a legitimidade de sua capoeira e situar sua disputa na cultura popular ao rivalizar com a capoeira Regional[15]. Afinal, ele praticava a capoeira "Angola, a legítima capoeira trazida pelos africanos, e não a mistura de capoeira com boxe, luta livre americana, judô, jiu-jitsu etc. que lhe tiram as características, não passando de uma modalidade mista de luta ou defesa pessoal" [...] O mestre acreditava que o aluno não podia de modo algum dedicar-se a treinamentos atléticos e marciais impróprios à prática da capoeira. Estes movimentos, toques e cantigas deveriam ser vivenciados a partir dos rituais próprios da capoeira Angola. Porém, Pastinha sabia da dificuldade de manter estes rituais na ancestralidade, por reconhecer tanto a nova dinâmica em que estava inserido quanto o apagamento promovido pelas práticas que reprimiram as manifestações nas ruas. A principal característica do jogo de Angola é que o contato direto é realizado pela chamada, um movimento em que um dos jogadores propõe uma espécie de dança para o outro, tocando-se as mãos ou a cabeça, para executar um movimento surpresa ao fim desta. Pastinha e os angoleiros apontam a chamada como um movimento que demonstra a malícia do capoeirista [...] Assim, sua escola procurava desenvolver cada aprendiz com um estilo próprio de dissimulação, beleza, elegância em seus movimentos, toques e cantos. A diferenciação dos adeptos dá-se também no nome: mais que capoeiristas, são angoleiros.

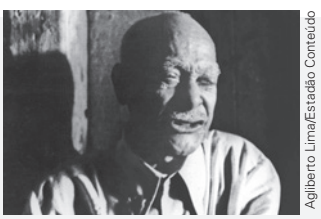
BATALHA, Ettore Schimid. É Angola ou Regional? Os Estilos de Capoeira como Estéticas da Diáspora Africana. *Em Tese*, v. 19, n. 02, p. 156-178, 2022. p. 172. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/83616/52608. Acesso em: 20 ago. 2024.

Mauro Akin Nassor/Fotoarena

Abertura do Encontro Internacional de Capoeira Angola, na cidade de Salvador (BA), em 2020.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Vicente Ferreira Pastinha (1899-1981), o Mestre Pastinha, nasceu e faleceu em Salvador (BA). Relatava ter aprendido capoeira aos 10 anos de idade com o africano Mestre Benedito. Foi um dos principais educadores de capoeira no Brasil, sendo responsável pela propagação da capoeira angola. Em 1941, fundou em Salvador a segunda escola legalizada de capoeira, o Centro Esportivo de Capoeira Angola (CECA). Em 1966, participou com outros artistas negros brasileiros do I Festival Mundial de Arte Negra, em Dakar, no Senegal.



Agliberto Lima/Estadão Conteúdo

Vicente Ferreira Pastinha, conhecido como Mestre Pastinha, em 1981.

Não escreva no livro.

Texto 2

Capoeira Regional

Capoeira Regional é uma manifestação da cultura baiana, que foi criada nos fins da década de 1920 por Manoel dos Reis Machado (Mestre Bimba). Ele utilizou os seus conhecimentos da capoeira primitiva e da luta denominada batuque. [...]

Todos os estudos sobre a Capoeira Regional apontam para uma insatisfação de Bimba com a prática da capoeira da época. Seu desagrado residia principalmente no modo como os capoeiristas estavam praticando a capoeira na rua, mostrando um lado folclórico, com intuito comercial, e fugindo da sua essência, distanciando-se da arte guerreira, eliminando os principais golpes e os movimentos tidos como decisórios e até mortais. [...] Bimba expressava uma preocupação marcante com a arte de capoeira baiana, ou seja, de manter viva a essência original da capoeira como uma luta de resistência. [...]

As características principais da Capoeira Regional são: exame de admissão, sequência de ensino de Mestre Bimba, sequência da cintura desprezada, batizado, roda, esquenta banho, formatura, jogo de Iúna, curso de especialização e toques de berimbau. [...]

A Roda da Capoeira Regional é uma das mais ricas ocasiões de aprendizado. O ritual era rígido durante as aulas, quando todos os alunos se sentavam em círculo fazendo uma grande roda, tendo como ponto de referência o mestre, o berimbau e a orquestra. O convite para o jogo ficava à mercê da indicação de Mestre Bimba, mas, no entanto, poderiam ocorrer encontros de duplas, de maneira combinada ou simplesmente livre. O aluno devia saber se portar respeitosamente ao pé do berimbau, essa é uma exigência sem-par, e esperar o momento adequado para entrar na roda, sendo autorizado pelo mestre através do sinal balizado na música, no posicionamento do berimbau ou simplesmente num comando de voz. Ficava a critério de cada capoeirista fazer a sua oração e a saudação ao companheiro de jogo, uma obrigação ao pé do berimbau e no final da contenda. A roda tem um caráter coletivo, devendo cada participante atuar batendo palmas e respondendo ao coro.

CAMPOS, Hélio. *Capoeira Regional*: a escola de Mestre Bimba. Salvador: EDUFBA, 2009, p. 53-62. Disponível em: https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/11005/1/Helio%20Campos%20Parte%201.pdf. Acesso em: 20 ago. 2024.

Luciana Whitaker/Pulsar Imagens

Roda de capoeira, na aldeia Mata Verde Bonita, em Maricá (RJ). Foto de 2024.

a) De acordo com o texto, como deveria ser a expressividade corporal na capoeira angola?

b) Quais são as semelhanças entre a capoeira angola e a capoeira regional?

c) Quem foi Mestre Bimba e quais suas principais insatisfações em relação à prática de capoeira em sua época? Como ele procurou resolver essas questões?

d) O que Mestre Pastinha criticava para diferenciar a capoeira angola da capoeira regional?

5.a) A expressividade corporal na capoeira angola deve ser marcada pela malícia, dissimulação, beleza e elegância nos movimentos. Esses movimentos devem ser vivenciados com base nos rituais próprios desse estilo, como a "chamada", que é um movimento que envolve a interação entre os capoeiristas, demonstrando a astúcia e a habilidade corporal, sem se afastar dos elementos tradicionais que remontam à ancestralidade africana.

5. b) Ambas as modalidades de capoeira, a angola e a regional, compartilham uma profunda ligação com a cultura e a tradição afro-brasileira, além de enfatizarem a importância do ritual da roda e do respeito ao mestre e à música (berimbau) como elementos centrais de suas práticas. Ambas também preservam o caráter de luta e resistência que é intrínseco à capoeira, mesmo que com abordagens distintas.

5. c) Mestre Bimba, cujo nome verdadeiro era Manoel dos Reis Machado, é reconhecido pela criação da capoeira regional. Suas principais insatisfações com a prática da capoeira de sua época estavam relacionadas ao que ele percebia como uma distorção da essência da capoeira, que, segundo ele, havia se tornado excessivamente folclórica e comercial, afastando-se de suas raízes de arte marcial e de resistência. Para resolver essas questões, Mestre Bimba desenvolveu uma nova abordagem para a capoeira, criando um sistema de ensino mais estruturado e formalizado, com exames de admissão, sequências de movimentos específicos e ênfase no aspecto combativo da capoeira. Ele também introduziu novos toques de berimbau na roda de capoeira.

5. d) Mestre Pastinha criticava o que via como uma perda das características originais da capoeira angola quando se misturava com outras modalidades de luta, como o boxe e o judô, características que ele considerava pertencentes à capoeira regional. Ele defendia que a capoeira angola deveria manter sua pureza e fidelidade às tradições africanas, sem incorporar elementos que a descaracterizassem como manifestação cultural distinta.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Manoel dos Reis Machado (1899-1974) é o nome civil de Mestre Bimba. Ele nasceu em Salvador (BA) e faleceu em Goiânia (GO). Minerador de carvão e praticante de capoeira, percebeu que a luta estava se transformando em acrobacias folclóricas para turistas nas ruas da cidade, perdendo seu significado de resistência e seu valor cultural. Por isso, criou a capoeira regional, sistematizou seu ensino e lutou para tirar a capoeira da criminalidade. É conhecido por ser um grande educador brasileiro. Ao criar a capoeira regional, Mestre Bimba desenvolveu um conjunto de sequências para ensinar os movimentos de forma sistemática. Seus alunos realizavam provas para exibir a memorização e a correta execução das sequências que combinavam os movimentos típicos da capoeira. Bimba também criou o primeiro sistema de graduação dos praticantes de capoeira, e é reconhecido por seu ativismo a favor da descriminalização dessa prática, no entanto, segundo historiadores, o processo se deu por meio da construção de uma identidade brasileira que valoriza a miscigenação e esconde o racismo estrutural. O mito da democracia racial se construiu pela suposta aceitação das práticas culturais de matriz africana, mas até hoje práticas culturais de origem afrodescendente sofrem preconceito.

Lucrécio Jr./Estadão Conteúdo

Manoel dos Reis Machado, conhecido como Mestre Bimba, em 1971.

BAGAGEM

A abolição da escravatura, em 1888, não deu direitos ou reparações às pessoas escravizadas, que não tinham acesso à educação e à segurança social. Por isso, as populações afrodescendentes ficaram marginalizadas, com poucas oportunidades. Como vimos, a capoeira era vista, então, como algo perigoso, prática de "vadiagem". Foi apenas durante o Estado Novo (1937-1946) que Getúlio Vargas (1882-1954), para abrandar as diversas revoltas populares que aconteciam à época de seu governo (em parte, em razão da crise econômica de 1929), decidiu, de forma deliberada, liberar a prática da capoeira. Entretanto, preocupado com o uso da capoeira como luta, Vargas incentivou apresentações públicas dos capoeiras, folclorizando essa manifestação popular e escondendo o preconceito racial que ainda permeia alguns olhares sobre a prática da capoeira.

A partir da década de 1970, iniciou-se o processo de esportivização da capoeira. Em 1972, a prática foi incluída pelo Conselho Nacional de Desportos na categoria de pugilismo, o que deu origem à organização de campeonatos regionais e nacionais. A prática de capoeira passou a ser influenciada pelas ciências do esporte, principalmente do treinamento físico e técnico dos praticantes. Ao assumir o caráter de esporte de combate, a capoeira passou a adotar um sistema de graduação dos alunos como nas artes marciais orientais por meio da utilização de cordas com as cores da bandeira brasileira. Cada grupo tem um sistema de cordas diferentes, mas em todos eles o título de mestre é indicado pela faixa branca.

6 **Agora que já discutimos os aspectos históricos e sociais da capoeira, está na hora de você e os colegas terem uma experiência corporal que introduz de forma lúdica o jogo de ataque e defesa presente na capoeira.** 06 *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Jogo de ataque e defesa

Como fazer

- Escolha um colega e forme uma dupla. Ao som do berimbau, um será o atacante e o outro, o defensor. Depois, vocês vão trocar de posição para que todos experimentem os dois lados do jogo.
- O objetivo do atacante é tocar levemente o ombro do defensor com as mãos. Já o objetivo do defensor é se esquivar para que o seu ombro não seja tocado.
- Veja algumas regras do jogo:
  a) Não toque no rosto do colega.
  b) Na posição de ataque, toque suavemente no ombro do colega, sem empregar força.
  c) Na posição de defesa, esquive-se. Esse é o único movimento que o defensor pode fazer. Não utilize as mãos.
- Converse com os colegas sobre a experiência.
  a) O que sentiram ao jogar? Esse momento é fundamental para que vocês avaliem o cuidado de si e do outro nas práticas corporais. **6. a)** Resposta pessoal.
  b) Você identificou semelhanças entre o jogo e a capoeira? **6. b)** Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

7 **Agora, você e os colegas vão explorar movimentos da capoeira. Você já ouviu falar em ginga?**

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

a) Pesquise em dicionários e em *sites* confiáveis e especializados na internet o termo **ginga**. Com base no que encontrar, converse com os colegas: Como você explicaria o significado desse termo? Que relação esse significado tem com o termo ginga na capoeira?

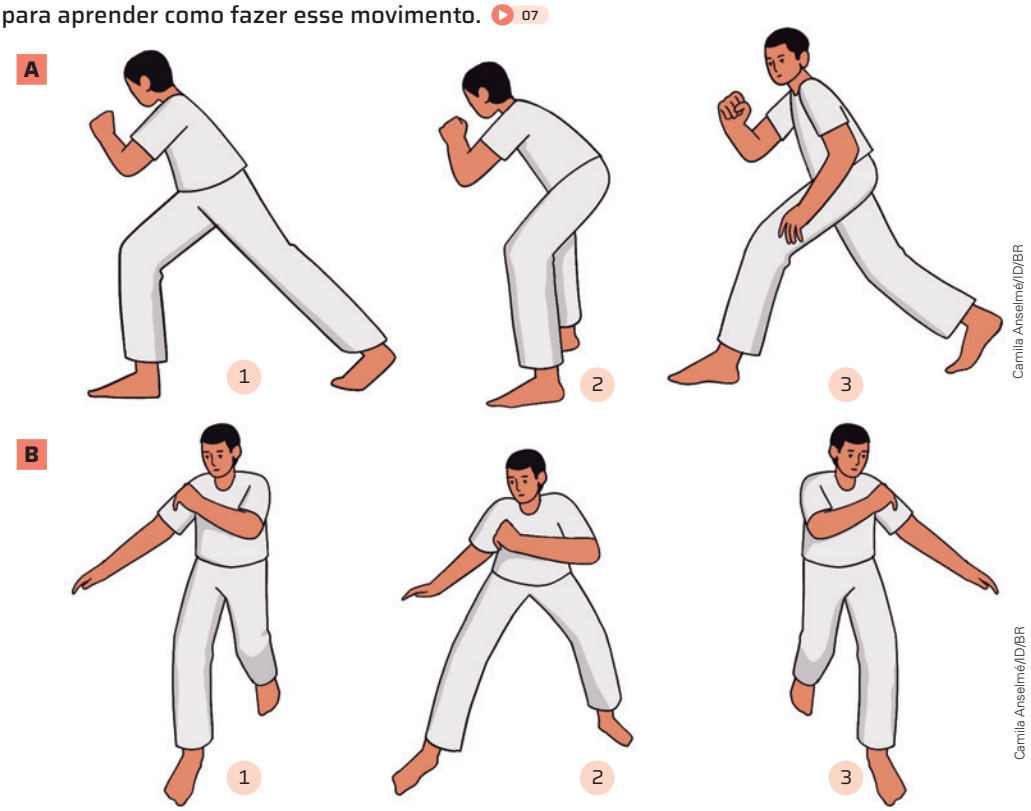
7. a) Respostas pessoais.

b Depois da pesquisa, você é capaz de definir a ginga da capoeira? E de executá-la?

7. b) Respostas pessoais.

8 **Observe a ilustração para compreender o movimento da ginga. Depois, siga as instruções para aprender como fazer esse movimento.** 07

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*



Camila Anselmé/ID/BR

Camila Anselmé/ID/BR

O esquema retrata a ginga por diferentes ângulos. Em A, a visão é lateral; em B, é frontal. Durante o movimento, os joelhos do jogador permanecem semiflexionados.

1. O jogador mantém a perna direita à frente e passa a perna esquerda para trás. O braço esquerdo fica à frente do rosto, com o cotovelo flexionado, e o braço direito fica aberto na lateral do corpo.
2. O jogador mantém a perna esquerda à frente, ficando com os pés paralelos.
3. O jogador mantém a perna esquerda à frente e passa a perna direita para trás. O braço direito esquerdo tensionado e o direito suspenso.

A sucessão desse movimento no ritmo da música da capoeira faz a ginga acontecer!

A ginga da capoeira

Como fazer

- Depois de observar as fases do movimento no esquema, posicione-se para experimentar a ginga: fique em pé, afaste as pernas um pouco além da largura do seu quadril, deixe os pés paralelos e os joelhos semiflexionados. O tronco deve ficar ligeiramente inclinado à frente.
- Com cuidado e calma, inicie o movimento com a perna de sua preferência. Procure reproduzir as posições conforme o esquema, mas ainda sem sair do lugar. Não se esqueça de nenhuma parte do corpo.
- Passe de uma posição para outra, vagarosamente, percebendo como os movimentos se encadeiam, sincronizando a mudança da posição dos braços e das pernas para cada lado. Ao fazer essa movimentação, observe como o peso do seu corpo está distribuído.

- Aos poucos, aumente a velocidade até perceber que está fazendo um só movimento.
- Em seguida, tente conectar o ritmo do seu movimento ao som da música.
- Em duplas, de frente para um colega, comece a gingar e siga o ritmo.

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

#ficaadica

Lembrem-se: o atacante deve tocar levemente o ombro do defensor, que, por sua vez, deve se esquivar sem contra-atacar o colega.

9 **Você já aprendeu a gingar, então é hora de fazer alguns exercícios para dominar a movimentação, aperfeiçoar o ritmo e inserir esse movimento no jogo da capoeira.** 06

a) Feche os olhos e procure gingar na cadência de cada ritmo do som do berimbau.

b) Com um colega, retome o jogo de oposição vivenciado no início desta parada, mas agora incorporando o movimento da ginga. Faça o mesmo jogo, sem parar de gingar!

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

10 **Na capoeira, há movimentos de ataque e defesa. A ginga é a posição principal, que serve de movimentação básica. Que tal experimentar outros modos de defesa e os primeiros ataques de uma sequência da capoeira regional? Para começar, observe o esquema a seguir.**

Figura 1

Ataque: meia-lua de frente com a perna direita.

Defesa: cocorinha para a esquerda.

Camila Anselmé/ID/BR

Figura 2

Ataque: meia-lua de frente com perna esquerda.

Defesa: cocorinha para a direita.

Camila Anselmé/ID/BR

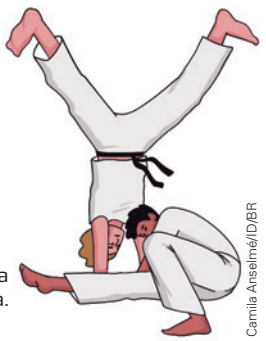
Figura 3

Ataque: armada com perna direita.

Defesa: negativa com perna esquerda.

Camila Anselmé/ID/BR

Figura 4



Ataque: saída em aú.

Defesa: negativa com perna direita.

Camila Anselmé/ID/BR

Movimentos básicos de ataque e defesa da capoeira regional.

a) Agora, siga as orientações para experimentar alguns desses movimentos. Para cada ataque, utilize uma defesa específica.

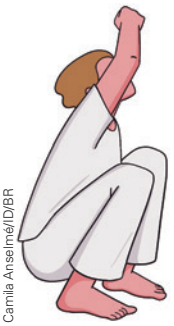
Cocorinha (para a direita e para a esquerda)

Como fazer

Figura A

Camila Anselmé/ID/BR

Figura B



Camila Anselmé/ID/BR

Não escreva no livro.

- Em pé, afaste as pernas um pouco além da largura do quadril.
- Flexione os joelhos e abaixe o quadril em direção ao chão, até ficar de cócoras, apoiando a mão direita no chão e levantando o braço esquerdo em proteção ao rosto (Figura A).
- Levante-se e faça o mesmo movimento para o outro lado (Figura B).

Negativa (perna direita e perna esquerda)

Figura C

Camila Anselmé/ID/BR

Figura D

Camila Anselmé/ID/BR

- Novamente, fique em pé e afaste as pernas um pouco além da largura do quadril.
- Flexione os joelhos e incline o corpo para o lado direito. Desça até o chão esticando a perna direita, apoiando o quadril e as duas mãos no chão. A cabeça deve ficar um pouco inclinada para a frente, curvando o tronco levemente (Figura C).
- Levante-se e faça o mesmo movimento para o outro lado (Figura D).

Meia-lua frontal (perna direita e perna esquerda)

Figura E

Camila Anselmé/ID/BR

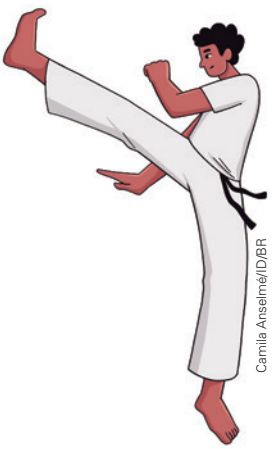
Figura F

Camila Anselmé/ID/BR

- Fique em pé e afaste as pernas um pouco além da largura do quadril. Deixe os joelhos semiflexionados e relaxados.
- Eleve a perna direita a 90 graus, girando da direita para a esquerda, desenhando um arco ou meia-lua no ar; a perna de apoio (nesse caso, a esquerda), deve se manter ligeiramente flexionada (Figura E).
- Faça o mesmo movimento para o outro lado (Figura F).

Armada (perna direita e perna esquerda)

Figura G



Camila Anselmé/ID/BR

Não escreva no livro.

- Fique em pé e afaste as pernas um pouco além da largura do quadril. Deixe os joelhos semiflexionados e relaxados.
- Gire o corpo sobre o próprio eixo para o lado de sua preferência e, na conclusão da volta, estenda a perna desse mesmo lado, desenhando um arco no ar (Figura G). Em geral, a perna eleva-se a 120 graus, mas se, não conseguir subir tanto, não há problema. Respeite os limites do seu corpo.

#ficaadica

Ao fazer os movimentos (principalmente os de ataque), tome cuidado para não atingir o colega. As duplas também devem ficar atentas ao restante dos colegas e manter uma distância segura para poder praticar.

b) Você aprendeu a fazer cada um dos movimentos isoladamente. Mas, na capoeira, os movimentos são perguntas e respostas, uma "conversa" entre os corpos. Para compreender melhor essa ideia, a turma deve se organizar em duplas.

Como fazer

- Em dupla, execute cada um dos movimentos oferecendo suas perguntas e sucessivas respostas. Quando o ataque for feito para o lado direito, é preciso responder com o lado esquerdo e vice-versa.
- Alternem as posições: um faz uma meia-lua e o outro uma cocorinha; o que se defendeu levanta e oferece uma meia-lua, enquanto o outro faz uma cocorinha, e assim por diante.

#ficaadica

Neste momento, tome cuidado para que o registro não atrapalhe a experiência com a roda de capoeira. Procure revezar nos papéis com os colegas para que todos possam vivenciar a experiência.

c) Agora, chegou o momento de formar uma roda e praticar a capoeira! Antes de começar, prepare-se para registrar esse momento: providencie equipamentos com os quais possa fotografar e filmar. Registre os colegas jogando na roda, faça *selfies* e filme o grupo. Esse material será usado na seção *Desembarque*. 07

Como fazer

- A turma deve fazer uma roda e bater palmas conforme a música.
- As duplas que treinaram os movimentos devem se suceder na roda. É importante que todos tenham oportunidade de estar no meio da roda.
- As duplas devem encadear os movimentos treinados no ritmo das palmas, sem pressa, lembrando-se de que a ginga não pode parar.
- Enquanto gingam, as duplas devem estudar meios de encontrar o momento oportuno para executar o movimento mais adequado.
- Após a execução da roda de capoeira, converse com os colegas:
  a) Como foi a experiência? Qual foi o grau de desafio enfrentado?
  b) Que movimentos foram mais complexos?
  c) Quais foram as dificuldades encontradas no encadeamento ritmado dos movimentos?
  d) Depois de sua vivência com a capoeira, você sentiu vontade de se engajar nessa prática? Por quê? Respostas pessoais.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Assim como em uma conversa, na capoeira, nenhuma pergunta pode ficar sem resposta, e ninguém pode ignorar a pessoa com quem está dialogando. Você deve jogar com seu parceiro e não contra ele.

O jogo da Capoeira estabelece a comunicação na forma de um diálogo entre dois corpos. Um jogador descobre a intenção do corpo do outro e reage a ela, buscando sempre surpreender o adversário, porém, embora esse diálogo corporal seja improvisado durante a roda, certas regras devem ser observadas [...]. Se não há obediência às regras que organizam os movimentos corporais do jogo, o diálogo entre os corpos tende a se tornar um monólogo.

VIDOR, Elisabeth; REIS, Letícia V. S. *Capoeira*: uma herança cultural afro-brasileira. São Paulo: Selo Negro, 2013. p. 80.

#ficaadica

Registre as experimentações, discussões e práticas por meio de fotografias, vídeos e textos, pois elas serão retomadas para a elaboração de materiais e recursos para o evento cultural que será a produção final do capítulo, conforme descrito na seção *Desembarque*.

Não escreva no livro.

3ª PARADA

Samba de roda: origens e práticas contemporâneas

O samba de roda é uma manifestação cultural que une música, dança, poesia e festividade, profundamente enraizada na tradição afro-brasileira da Bahia, principalmente no Recôncavo Baiano. Reconhecida como **território de identidade** desse estado, a região é composta de 20 municípios que compõem a região metropolitana de Salvador, circundando a Baía de Todos os Santos. O samba de roda conta com elementos das culturas africanas e portuguesa. Nesta parada, você vai aprofundar conhecimentos sobre as origens dessa prática cultural, seus significados, gestos e movimentos.

Território de identidade: espaço geográfico que vai além da delimitação física. Engloba também as relações sociais e o sentimento de pertencimento dos indivíduos que nele vivem, refletindo uma identidade cultural e histórica própria. O conceito foi criado no Brasil com base em movimentos sociais ligados à agricultura familiar e à reforma agrária, sendo adotado pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário em 2005.

1 **Observe a imagem a seguir, leia os textos e responda ao que se pede no caderno.**

Sergio Pedreira/Pulsar Imagens

Samba de Roda Raízes de Acupe. O grupo, formado por sambadores e sambadeiras, preserva e celebra a tradição do samba de roda, manifestação cultural afro-brasileira reconhecida como Patrimônio Imaterial da Humanidade pela Unesco. Santo Amaro (BA), 2017.

Texto 1

A magnitude do valor do samba de roda como bem cultural reside em seu conjunto. Ele é dança, é música, é poesia, é inclusive teatro, posto que apresenta cenários, indumentária e papéis a serem desempenhados. E é – não menos importante – participação: a alegria máxima do samba reside em fazer parte dele, em sambar. No sentido próprio, como se sabe, "sambar" quer dizer dançar o samba. Mas, com licença poética, a palavra pode ser usada para designar qualquer das inúmeras modalidades em que é possível dele participar, seja cantando, tocando, batendo palmas, respondendo o refrão ou o relativo. E assim desfrutando do samba de roda através de todos os sentidos, mas também através de ações físicas, as quais transformam, é claro, a maneira como o corpo o percebe. Esse caráter totalizador da experiência do samba em nada diminui as qualidades específicas de cada um de seus aspectos. Para significativas parcelas do povo do Recôncavo, o samba de roda se reveste indubitavelmente de um valor excepcional. Tal aspecto pode ser avaliado em seus depoimentos e, em primeiro lugar, em termos absolutos: "O samba de roda representa, pra minha vida, as minhas raízes. [...] É uma coisa mesmo do sangue, das raízes, e eu me sinto muito bem fazendo isso. Desde pequena eu acompanho os antigos no samba de roda, e cresci e hoje abracei o samba de roda, adoro, e para mim representa muito. [...] A gente não pode deixar isso, porque é nosso, e faço tudo, dou o meu sangue, para não acabar essa tradição" (Maria Rita Machado, da Barquinha de Bom Jesus dos Pobres).

Fonte: Instituto do Patrimônio Histórico e Natural (Iphan). Dossiê: Samba de Roda do Recôncavo Baiano. Brasília, DF: Iphan, 2006, p. 71. Disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/publicacao/PatImDos_SambaRodaReconcavoBaiano_m.pdf. Acesso em: 18 ago. 2024.

1. a) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes mencionem que as pessoas estão em um samba de roda e observem a diversidade delas, descrevendo suas características físicas, expressões faciais e indumentária, sem recorrer a estereótipos. Podem mencionar a presença de homens e mulheres, jovens e idosos, e a variedade de tons de pele e penteados.
Oriente os estudantes a descreverem a imagem de forma objetiva e respeitosa, evitando rótulos e generalizações. Incentive-os a perceber a individualidade de cada pessoa representada, valorizando a diversidade humana.

1. b) Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes identifiquem elementos da cultura afro-brasileira presentes na imagem, como o samba de roda, a música, a dança e a indumentária típica. Podem mencionar os instrumentos musicais, como o pandeiro e o atabaque, e as roupas coloridas e chamativas, que expressam a alegria e a vivacidade da cultura.
Contextualize a imagem, apresentando o samba de roda como uma importante manifestação cultural afro-brasileira. Explique a história, os ritmos, os instrumentos e a indumentária típica dessa tradição. Incentive os estudantes a pesquisar mais sobre o tema e a relacionar a imagem com outras manifestações culturais brasileiras.

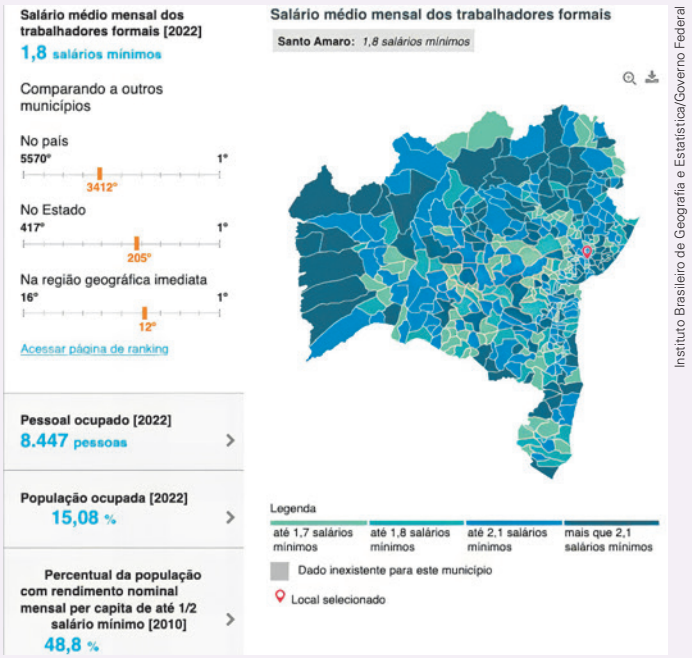
VALE VISITAR

Para ampliar conhecimentos sobre o samba de roda por meio de depoimentos e imagens da prática realizada no Recôncavo Baiano, assista ao documentário *Samba de Roda, Patrimônio Imaterial da Humanidade: 15 Anos de Salvaguarda e Conquistas*. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=068cfxUvP8s. Acesso em: 8 jun. 2024.

VALE VISITAR

Para saber mais, visite o *site* do Iphan. Disponível em: http://portal.iphan.gov.br/uploads/publicacao/PatImDos_SambaRodaReconcavoBaiano_m.pdf. Acesso em: 19 ago. 2024.

Texto 2



Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. IBGE. Disponível em: https://cidades.ibge.gov.br/brasil/ba/santo-amaro/panorama. Acesso em: 18 ago. 2024.

a) O que as pessoas representadas na imagem estão fazendo? O que você pode dizer sobre elas?

b) Como as indumentárias, os instrumentos e as ações que realizam nos ajudam a compreender a cultura representada na imagem?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Os participantes do samba de roda se dispõem em círculo ou em uma formação similar, dependendo do espaço disponível. A forma circular simboliza relações horizontais entre os participantes, que têm o direito de sambar no centro da roda. Os elementos musicais incluem o canto e instrumentos musicais, como o pandeiro, a viola, o prato e faca, a viola e os atabaques, que, juntos, criam a base sonora para a dança. Os tocadores, geralmente homens, fazem parte do círculo, enquanto os participantes acompanham a música com palmas ritmadas e entram na dança.

A estrofe principal dos cantos do samba de roda é chamada de chula, ecoada pelos cantadores e cantadoras que comandam a roda. A resposta pode ser cantada por todos os presentes ou pelo coro da roda. As estrofes são curtas, muitas vezes compostas de um único verso, e podem incluir improvisações verbais.

A dança do samba de roda acontece sempre dentro do círculo. A coreografia é variada, mas o gesto mais típico é o "miudinho", um sapateado discreto e ritmado, feito principalmente da cintura para baixo. Outro elemento coreográfico marcante é a "umbigada", gesto de origem banta no qual a pessoa que está dançando convida outra a substituí-la na roda.

O samba de roda pode ocorrer em diversos locais, como casas, ao ar livre, bares, praças ou terreiros de candomblé. Sua *performance* é inclusiva, incentivando a participação de todos os presentes, mesmo aqueles que estão ali pela primeira vez. Essa inclusão pode se dar por meio do canto, das palmas e até mesmo da dança.

Desde seus antigos relatos, o samba de roda carrega tradições culturais transmitidas por africanos escravizados na Bahia. Essas tradições se misturaram com elementos culturais portugueses, como os instrumentos musicais e as festas religiosas.

A canção "Pelo telefone" foi o primeiro samba de roda a ser gravado em disco no Brasil. Ela foi sucesso na interpretação de Donga, um dos maiores artistas do gênero. Ouça a canção e converse com os colegas. 08

Não escreva no livro.

2 **Agora, vamos focar a expressividade corporal do samba de roda, no qual há espaço para o improviso e para a expressão individual. Tradicionalmente, cada sambadeira tem a própria interpretação e estilo ao dançar, mesmo seguindo o passo básico do miudinho. Essa liberdade de movimento permite que cada participante mostre sua identidade e expressividade.**

Cesar Diniz/Pulsar Imagens

A saia rodada é uma indumentária tradicional do samba de roda. Ela enfatiza a estética dos giros e dos deslocamentos no centro da roda. Prática de samba de roda na semana da consciência negra no Memorial Quilombo dos Palmares na Serra da Barriga, em Alagoas, 2022.

Miudinho: passo característico do samba de roda que consiste em um leve e rápido pisoteado, com os pés paralelos e as solas firmemente plantadas no chão. Esse pisoteado serve como base para que as outras partes do corpo se movam simultaneamente. Embora seja um passo de amplitude pequena, o miudinho permite uma execução ágil devido a sua velocidade. Essa locomoção pode ser feita em qualquer direção (para a frente, para os lados ou para trás), de acordo com o desejo de quem dança. O movimento dos quadris é contínuo e gerado pelo ritmo dos pés, lembrando uma pequena gangorra.

Correr a roda: convenção coreográfica essencial no samba de roda. As sambadeiras não dançam em um único local, mas se deslocam ao longo do círculo, geralmente no sentido anti-horário. Aproximando-se de cada músico, elas dançam em resposta à música, mostrando suas habilidades. Esse movimento revela a interdependência entre música e dança e a parceria entre os músicos e a sambadeira.

Chula: nela, a dança e o canto nunca ocorrem ao mesmo tempo. Enquanto uma pessoa dança no meio da roda, outras cantam ou tocam os instrumentos. A alternância é um elemento fundamental, pois apenas uma pessoa samba de cada vez, designando quem a substituirá por meio da tradicional umbigada.

Samba corrido: caracteriza-se pela execução simultânea de dança, canto e toque de instrumentos. No samba corrido, uma ou várias pessoas podem sambar ao mesmo tempo no meio da roda.

Experimentando o samba de roda

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Como fazer 09

- Ouça a canção "Marinheiro só", um dos mais conhecidos sambas de roda, e preste atenção ao ritmo dela.
- Combine com os colegas e o professor momentos para fotografar a experimentação, pois esses registros poderão ser utilizados na produção final.
- Individualmente, explore primeiramente o passo **miudinho**. Use-o para se deslocar para a frente, para trás e para os lados.
- Outro movimento característico do samba de roda é **correr a roda**. Nessa experimentação, é importante trocar quem está correndo a roda para que todos possam experimentar essa posição.
- Explore também a **chula**, trocando a pessoa no centro da roda usando o movimento da umbigada.
- Finalize a experimentação com um **samba corrido**, no qual todos dançam.
- Ao final da experimentação, compartilhe com os colegas os sentimentos gerados pela atividade. Troquem impressões sobre os gestos e os movimentos praticados pelo grupo.

3 **Como toda manifestação cultural, o samba de roda passou por transformações desde suas origens ancestrais até as práticas contemporâneas. Leia o texto a seguir e responda às questões no caderno. Depois, compartilhe suas impressões com os colegas e o professor.**

VALE VISITAR

Para conhecer mais sobre a gestualidade do samba de roda, leia o livro da pesquisadora Daniela Maria Amoroso, da Universidade Federal da Bahia.

AMOROSO, Daniela Maria. *Levanta, mulher, e corre a roda*: dança, estética e diversidade no samba de roda de São Félix e Cachoeira. Salvador: Editora da Universidade Federal da Bahia, EDUFBA, 2017. Disponível em: https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/24144/4/levantaMulher.pdf. Acesso em: 12 jul. 2024.

Não escreva no livro.

Antes da ativação patrimonial, o samba de roda do Recôncavo era particular da vida cultural dessa localidade, praticado nos quintais das casas dos sambadores em ocasiões ligadas a eventos religiosos ou festivos da própria comunidade. Bastavam juntar alguns "tocadores", "cantadores" e "sambadeiras" para a ocorrência do samba, de forma livre. […]

Na atualidade, mesmo que a prática ainda ocorra de forma espontânea e informal, o samba de roda foi também deslocado para o palco e até mesmo para o trio elétrico e muitas vezes se realiza no formato de show musical, onde músicos e públicos atuam separadamente e onde por vezes não se observa a presença das sambadeiras, o que exclui um aspecto fundamental que é sua expressão multidimensional (DÖRING, 2013).

O samba de roda é hoje apreciado não apenas no Recôncavo, mas em diversos locais do mundo, sendo praticado muitas vezes como "espetáculo" cultural. Essa espetacularização formalizou grupos que ensaiam regularmente, e sua prática não é mais realizada no formato de livre participação, ficando restrita aos músicos do grupo. Isso altera o sistema de sua execução de aberto para fechado, pois hoje não é mais todo e qualquer espaço de samba que está aberto a todo e qualquer sambador.

[…] Até a década de 1980 não eram observados "grupos" ou "conjuntos" de samba de roda, e que os próprios estatutos dos grupos na ASSEBA indicam que a maioria dos conjuntos surgiu a partir de 2006, o que resultou no estabelecimento de grupos bem definidos: antigos e atuais. […] Depois da ativação patrimonial muitos grupos informais começaram a se institucionalizar, a assumir nome de grupo, definir lideranças e buscar uma organização interna e externa. […]

SIQUEIRA, Andressa Marques. *A conservação do Patrimônio Cultural Imaterial em sua relação com os usos dos bens naturais*: uma análise a partir das experiências de salvaguarda da Roda de Capoeira e do Samba de Roda. 2019. Tese (Doutorado em Ciência Ambiental) – Instituto de Energia e Ambiente, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/106/106132/tde-19112019-170752/en.php. Acesso em: 12 jul. 2024.

a) Quais eram as principais características do samba de roda do Recôncavo antes da ativação patrimonial?

b) Como o reconhecimento do samba de roda como patrimônio cultural imaterial afetou sua prática e sua organização?

c) Qual foi a principal mudança no formato de execução do samba de roda após sua espetacularização?

d) Que impacto teve a criação de grupos e associações, como a ASSEBA, no samba de roda do Recôncavo?

3. a) Antes da ativação patrimonial, o samba de roda do Recôncavo era uma manifestação cultural íntima e comunitária, praticada nos quintais das casas dos sambadores. Acontecia em ocasiões ligadas a eventos religiosos ou festivos da própria comunidade e era realizado de forma livre, bastando juntar alguns tocadores, cantadores e sambadeiras para que ocorresse o samba.

3. b) O reconhecimento como patrimônio cultural imaterial resultou na formalização e institucionalização do samba de roda. Grupos informais começaram a se institucionalizar, assumiram nomes, definiram lideranças e buscaram uma organização interna e externa. Esse processo levou à criação de grupos com estatutos próprios, e a prática do samba de roda se deslocou para palcos e trios elétricos, transformando-se em espetáculos culturais.

3. c) A principal mudança no formato de execução do samba de roda foi a transição de uma prática aberta e comunitária para um sistema mais fechado e formalizado. Hoje, a prática não é mais realizada no formato de livre participação, ficando restrita aos músicos do grupo, e a execução acontece muitas vezes em *shows*, nos quais os músicos e o público atuam separadamente. Isso alterou a dinâmica de interação, excluindo frequentemente a presença das sambadeiras, diminuindo a expressão multidimensional do samba de roda.

3. d) A criação de grupos e associações formalizou e organizou o samba de roda, promovendo uma estruturação interna e externa. A maioria dos conjuntos surgiram após 2006, o que resultou no estabelecimento de grupos bem definidos, divididos entre antigos e atuais. Esse processo também facilitou a transmissão dos conhecimentos e saberes relacionados ao samba de roda e sua valorização nos níveis local, nacional e internacional.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A Associação dos Sambadores e Sambadeiras do Estado da Bahia (ASSEBA) foi criada em 2005 por mestres e mestras de samba de roda para viabilizar a representação de seus saberes junto a iniciativas de órgãos públicos, como o Iphan, para a preservação dessa manifestação cultural.

Delfim Martins/Pulsar Imagens

A transformação do samba de roda em apresentações em casas de espetáculos e palcos de teatro propiciou uma nova forma de prática dessa manifestação cultural. Na imagem, o Grupo de Samba de Roda de Cidade de Lagarto (SE) se apresenta em Olímpia (SP), 2006.

Não escreva no livro.

Prática de pesquisa revisão bibliográfica (estado de arte)

Raízes da África no Brasil

Agora que você já reconheceu a capoeira e o samba de roda como patrimônios imateriais, vamos aprofundar conhecimentos com base em uma prática de pesquisa, a revisão de literatura (estado da arte), um tipo de pesquisa que envolve a análise e a síntese de investigações já publicadas sobre um determinado tema. O objetivo principal desse tipo de pesquisa é mapear o conhecimento existente sobre o tema, identificando os principais debates e descobertas, além de apontar lacunas que precisam ser preenchidas por novas pesquisas.

Essa prática de pesquisa é fundamental em qualquer trabalho acadêmico, pois proporciona construir o referencial teórico e metodológico e formular a nova pesquisa com base em estudos anteriores. É como explorar um terreno antes de começar a construir uma casa: precisamos entender o que já foi feito, onde estão os pontos fortes e onde podemos contribuir com algo novo.

No Ensino Médio, a prática da revisão de literatura contribui para que você desenvolva habilidades de pesquisa, análise crítica e escrita acadêmica. Mesmo em uma abordagem introdutória, essa prática ajuda a preparar você para desafios acadêmicos futuros, seja na universidade, seja em qualquer área que exija pensamento crítico e capacidade de análise.

4 **Em grupo de até cinco integrantes, você vai pesquisar mais os assuntos discutidos nesta parada.**

Prática de pesquisa *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

- Com seu grupo, escolha um tema relacionado ao capítulo para fazer a revisão. Cada grupo pode definir um foco específico, escolhendo uma questão orientadora para o levantamento bibliográfico. Por exemplo:
  a) Quais são os benefícios da participação das pessoas em grupos de práticas corporais de matriz africana, como a capoeira e o samba de roda?
  b) Qual é o papel das mulheres negras na preservação e reinvenção de práticas corporais de matriz afro-brasileira?
  c) Quais são os desafios da preservação das práticas corporais de matriz africana no Brasil?
- Defina, com orientação do professor, o volume de textos que serão revisados pelos grupos. Considerando que se trata de uma abordagem introdutória dessa prática de pesquisa, pode-se delimitar entre cinco e oito materiais bibliográficos por grupo.
- Escolha uma base de dados para realizar o levantamento de informações, como repositórios institucionais de universidades da sua região.
- Pense nas palavras-chave da busca conforme o tema escolhido pelo grupo.

#ficaadica

Os operadores booleanos são ferramentas que ajudam a refinar buscas, encontrando resultados mais precisos. Eles funcionam como comandos que combinam ou excluem palavras-chave na sua pesquisa. Veja alguns exemplos:
AND: use para combinar dois ou mais termos e garantir que ambos apareçam nos resultados. Exemplo: capoeira AND preservação cultural.
OR: use para incluir sinônimos ou termos relacionados e ampliar os resultados. Exemplo: capoeira OR samba de roda.
NOT: use para excluir termos que não são relevantes para sua pesquisa. Exemplo: capoeira NOT jogo.
Aspas (“ ”): use para buscar por uma frase exata. Exemplo: “mulheres negras na capoeira”.
Asterisco (*): use como caractere curinga para incluir variações de um termo. Exemplo: capoeir* (que incluirá capoeira, capoeirista, etc.).
Filtros de pesquisa: após realizar a busca, utilize os filtros de data e idioma para limitar os resultados a artigos mais recentes ou em português. Você pode, por exemplo, definir produções publicadas apenas no ano corrente.

- Observe os resultados da busca e, por meio da leitura do título e do resumo dos trabalhos, selecione os que atendem à questão investigativa do grupo.
- De posse dos materiais bibliográficos, organize as informações.
- Durante a leitura dos textos, identifique e destaque as principais ideias, conceitos e argumentos que se relacionam com a questão definida pelo grupo.
- Organize em um quadro como o do exemplo as informações.

Referência bibliográfica (autor, título, data, *link* de acesso)	Ideias centrais
//	////////////////////
//	////////////////////
//	////////////////////

- Preencha o quadro com as informações extraídas dos textos; isso ajudará a visualizar melhor os dados. Discuta com os colegas de grupo padrões, semelhanças e diferenças entre os materiais bibliográficos coletados.
- Compartilhe com os demais grupos as análises e, por fim, redija uma síntese das análises em um cartaz, que poderá compor a mostra cultural que será produzida na seção *Desembarque*. A ideia é que outras pessoas da comunidade se beneficiem desses levantamentos para reconhecer o valor e a importância da preservação e do respeito às práticas corporais de matriz africana como a capoeira e o samba de roda.
- Após a finalização das produções, retome os registros feitos na seção *Embarque* e compare o que você aprendeu até agora com o que sabia e gostaria de saber sobre a capoeira e o samba de roda. Avalie seu processo de aprendizagem e identifique pontos que poderiam ser aprofundados e aqueles nos quais você se sentiu contemplado. Compartilhe essas reflexões com o professor.

4ª PARADA

Combatendo preconceitos e estereótipos das práticas de capoeira e samba de roda

O samba de roda, a capoeira e o candomblé estão interligados como manifestações culturais afro-brasileiras que compartilham raízes africanas e são expressões de resistência cultural. Originalmente, essas manifestações eram praticadas em conjunto, principalmente nas celebrações religiosas e em eventos comunitários.

O candomblé, por ser uma religião de matriz africana, influenciou tanto o samba de roda quanto a capoeira em termos de ritmo, música e dança. Além disso, muitas das celebrações de candomblé incluem rodas de samba e capoeira como parte dos rituais festivos. Por causa da origem comum, praticantes de capoeira e do samba de roda relatam experiências de preconceito racial e religioso. Nesta parada, você vai refletir sobre essa associação e o combate a preconceitos raciais, religiosos e de gênero nas práticas da cultura corporal, sobretudo as de matriz africana.

Leia os textos a seguir, reflita sobre as questões e compartilhe suas impressões com o professor e os colegas.

Não escreva no livro.

Texto 1

No início de minha inserção no universo da capoeira, deparava-me com o preconceito em relação às manifestações afro-brasileiras. Ao passar nas ruas, ouvia piadas como "olha o macumbeiro", ou seja, associavam macumba à capoeira, e vice-versa. Aquela associação me incomodava, e esse incômodo era provocado por uma reprodução da ideia disseminada entre os capoeiristas de que "capoeira não é macumba". Macumba era um termo pejorativo usado para a diversidade de manifestações religiosas afro-brasileiras, que pode ser ressignificada e usada no plural para se referir às diferentes identidades que se ligam às religiões de matriz africana, afinal os rituais que estão nesse espectro têm origem em vários povos africanos em diáspora [...] Ao mesmo tempo que estranhava e me incomodava com a associação que os preconceituosos faziam entre capoeira e macumba, não estranhava as cantigas que são marcadas por letras que remetem às divindades afro-brasileiras, como o trecho ouvido nas rodas de capoeira "Ogum é meu padrinho, é guerreiro do céu e guarda da lua; e na terra o meu sangue é de aço e faca de ponta não fura". Toda a tentativa de embranquecimento não silenciou a voz das cantigas e o som dos tambores [...] Apesar da existência de uma estrutura de poder, que dificulta ouvir as vozes, elas ecoam e os tambores tocam. Atualmente, continuo minha trajetória na capoeira, treinando, estudando, pesquisando, dando aula em um projeto na escola, facilitando vivências e ministrando palestras em grupos de capoeira, projetos sociais, escolas e universidades. Ainda me deparo com situações racistas em relação à capoeira, a associação entre capoeira e macumba continua [...] ainda escuto relatos de alunos que convidam colegas e têm como resposta, entre outras, as seguintes: "Não me deixam treinar porque capoeira é macumba".

[...]

FERREIRA NETO, José Olímpio. Capoeira e terreiros: desmistificando relações entre culturas afro-brasileiras na escola. *Rev. Pemo*, Fortaleza, v. 5, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.47149/pemo.v5.e11413. Acesso em: 12 jul. 2024.

Texto 2

Brasil tem aumento de denúncias de intolerância religiosa; veja avanços e desafios no combate ao crime

O registro de denúncias sobre intolerância religiosa feitas ao Disque 100, um serviço do governo, cresceu – sobretudo após 2021, um ano depois do início da pandemia da Covid-19. Também aumentaram as violações – que são os diversos tipos de violência relatados.

Em 2018, foram registradas 615 denúncias de intolerância religiosa no Brasil. O número saltou para 1.418 em 2023, um aumento de 140,3%. Já o número de violações passou, no mesmo período, de 624 para 2.124, um salto de 240,3%.

Entre 2022 e 2023, o aumento das denúncias foi de 64,5% e, o de violações, de 80,7%.

Em 2023, os registros saltaram. Os estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Bahia são os que mais têm denúncias.

"Esses dados são alarmantes. Cada vez mais a população tem compreendido que cenários, situação em que há violência, agressão em razão da religiosidade da pessoa se trata, sim, de uma violação de direitos humanos", destaca o secretário nacional de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos, Bruno Renato Teixeira.

[...]

BRASIL tem aumento de denúncias de intolerância religiosa; veja avanços e desafios no combate ao crime. *G1*. Disponível em: https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2024/01/21/brasil-tem-aumento-de-denuncias-de-intolerancia-religiosa-veja-avancos-e-desafios-no-combate-ao-crime.ghtml. Acesso em: 12 jul. 2024.

Texto 3

CAPÍTULO I

Dos Direitos e Deveres Individuais e Coletivos

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes:

I – homens e mulheres são iguais em direitos e obrigações, nos termos desta Constituição;

II – ninguém será obrigado a fazer ou deixar de fazer alguma coisa senão em virtude de lei;

III – ninguém será submetido a tortura nem a tratamento desumano ou degradante;

IV – é livre a manifestação do pensamento, sendo vedado o anonimato;

V – é assegurado o direito de resposta, proporcional ao agravo, além da indenização por dano material, moral ou à imagem;

VI – é inviolável a liberdade de consciência e de crença, sendo assegurado o livre exercício dos cultos religiosos e garantida, na forma da lei, a proteção aos locais de culto e a suas liturgias;

VIII – ninguém será privado de direitos por motivo de crença religiosa ou de convicção filosófica ou política, salvo se as invocar para eximir-se de obrigação legal a todos imposta e recusar-se a cumprir prestação alternativa, fixada em lei.

[...]

BRASIL. Constituição (1988). *Constituição da República Federativa do Brasil.* Brasília, DF: Senado Federal, 2016. 496 p. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf. Acesso em: 12 jul. 2024.

Texto 4

LEI N. 7.716, DE 5 DE JANEIRO DE 1989.

Art. 1º Serão punidos, na forma desta Lei, os crimes resultantes de discriminação ou preconceito de raça, cor, etnia, religião ou procedência nacional. (Redação dada pela Lei nº 9.459, de 15/05/97)

Art. 2º A Injuriar alguém, ofendendo-lhe a dignidade ou o decoro, em razão de raça, cor, etnia ou procedência nacional. (Incluído pela Lei nº 14.532, de 2023)

Pena: reclusão, de 2 (dois) a 5 (cinco) anos, e multa. (Incluído pela Lei nº 14.532, de 2023)

Parágrafo único. A pena é aumentada de metade se o crime for cometido mediante concurso de 2 (duas) ou mais pessoas. (Incluído pela Lei nº 14.532, de 2023).

BRASIL. *Lei n. 7.716, de 5 de janeiro de 1989.* Dispõe sobre crimes resultantes de preconceito de raça ou de cor. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7716.htm. Acesso em: 12 jul. 2024.

1 Como a associação entre capoeira e "macumba" reflete os preconceitos raciais e religiosos presentes na sociedade brasileira?

2 Como a Constituição Federal de 1988 e a Lei n. 7.716/1989 protegem os praticantes de capoeira, samba de roda e outras manifestações culturais afro-brasileiras contra discriminação e preconceito?

3 Que ações você considera importantes para combater a intolerância religiosa crescente no Brasil?

4 Como as práticas culturais afro-brasileiras, como a capoeira e o samba de roda, podem contribuir para o combate ao preconceito racial e religioso?

1. A associação entre capoeira e "macumba" reflete um preconceito que historicamente deslegitima práticas culturais afro-brasileiras. O uso desse termo pejorativo demonstra falta de compreensão e de respeito pelas religiões de matriz africana e pelas manifestações culturais associadas a elas. É, também, um exemplo de racismo religioso, que não só discrimina a prática da capoeira, mas também a rica herança cultural que ela representa. Esse tipo de discriminação é combatido pela legislação brasileira, que garante a liberdade religiosa e pune atos de preconceito.

2. A Constituição Federal de 1988, em seu artigo 5ª, assegura a liberdade de consciência e de crença, garantindo o livre exercício dos cultos religiosos e a proteção aos locais de culto e suas liturgias. A Lei n. 7.716/1989 define como crimes os atos de discriminação ou preconceito de raça, cor, etnia, religião ou procedência nacional, estabelecendo penas para tais crimes.

3. Resposta pessoal. Espera-se que os estudantes citem maior conscientização da população para o respeito à pluralidade religiosa no Brasil.

4. As práticas culturais afro-brasileiras, como a capoeira e o samba de roda, são ricas em história e valores que promovem a resistência e a resiliência das comunidades negras. Integrá-las ao currículo escolar pode ajudar a combater estereótipos e preconceitos, proporcionando uma compreensão respeitosa das culturas afro-brasileiras. Além disso, essas práticas podem servir como ferramentas pedagógicas para discutir temas como identidade, resistência, ancestralidade e direitos humanos, além do combate à intolerância religiosa.

Não escreva no livro.

Outro preconceito presente na sociedade brasileira é o contra a mulher. Na capoeira, por exemplo, embora hoje capoeiristas mulheres possam se formar como mestras de ofício, a prática foi e ainda é dominada pelos homens.

Associada à virilidade e à força física, a capoeira foi incorporando a participação feminina gradativamente. Atualmente, diversos grupos têm se organizado para promover o empoderamento das mulheres na cultura da capoeira, como o coletivo de capoeiristas Mulheres da Garoa e o coletivo Mulher na Roda é Show, em São Paulo, e o Grupo Marias Felipas, em Salvador, que lançou, em julho de 2019, o documentário *Mulheres da Pá Virada*, que relata a história da luta de doze mulheres capoeiristas ao lidar com o universo masculino da capoeira.

A prática dos esportes e das lutas chegou a ser proibida às mulheres brasileiras em dois momentos históricos: em 1941, durante o governo de Getúlio Vargas, com a edição no artigo 54 do Decreto-Lei n. 3.199, e em 1965, durante a ditadura militar, quando o então presidente do Conselho Nacional de Desportos deliberou em portaria que não era permitido à mulher a prática de lutas de qualquer natureza, de todas as modalidades do futebol, do polo, do polo aquático, do *rugby*, do beisebol e do halterofilismo.

A lista de esportes e lutas proibidas para mulheres deixou de valer somente em 1971, mas foi apenas na Constituição de 1988 que o esporte foi reconhecido como direito social, devendo o Estado garantir e estimular a prática esportiva para todos.

No samba de roda, as mulheres exercem protagonismo e liderança essenciais para a preservação e a continuidade dessa manifestação cultural. Elas desempenham papéis centrais tanto na dança quanto na organização e transmissão das tradições às novas gerações. A prática representa para muitas das mulheres um espaço no qual elas podem expressar sua identidade cultural. As sambadeiras, em sua maioria mulheres negras de classes populares, enfrentam o preconceito, a discriminação e a dificuldade de acesso a recursos e oportunidades. Apesar do protagonismo na dança e na organização do samba de roda, as mulheres ainda lutam por igualdade de gênero no acesso a instrumentos musicais e reconhecimento como músicas.

Delfim Martins/Pulsar Imagens

Capoeiristas do grupo Projeto Cultural Capoeira Sempre Alerta, em Salvador (BA), 2023.

Leia os textos e reflita sobre a condição feminina de algumas personagens do samba de roda, com base nas questões a seguir.

> Este artigo tem o propósito de ressaltar o protagonismo das mulheres no samba de roda, destacando a história de vida de cinco delas: Dona Dalva, do município de Cachoeira; Dona Cadu, de Maragogipe; Dona Jelita, Dona Ana do Rosário de Dona Rita da Barquinha, de Saubara. O trabalho envolveu longas entrevistas, muitas conversas e uma vivência etnográfica com elas, nas quais falaram de suas vidas, de como aprenderam, veem e praticam o samba de roda. [...] Descendentes de africanos transladados para o Brasil, essas mulheres têm suas histórias marcadas pelas dificuldades de sobrevivência da grande maioria dos afrodescendentes em um país organizado por formas desiguais de distribuição de renda e acesso à saúde, moradia, educação [...] São pessoas que conhecem de perto o lugar da invisibilidade, onde a sociedade coloca as mulheres negras. Nunca reconheceram em si o mito da fragilidade feminina. Trabalhos pesados de ganho ou de mariscagem e agricultura marcam quase todas elas. Hoje, é o samba que faz com que essas mulheres experimentem importantes espaços sociais de protagonismo e poder.

QUEIROZ, Clecia Aquino; QUEIROZ, Vítor Aquino. Dentro do respeito e do amor, quem toma a frente sou eu: o protagonismo feminino no samba de roda do recôncavo baiano. *Revista TransVersos*, n. 20, p. 108-131, 2020. Disponível em: https://www.e-publicacoes.uerj.br/transversos/article/view/54853. Acesso em: 13 jul. 2024.

Apesar dos desafios, as sambadeiras têm lutado de várias maneiras para obter reconhecimento e valorizar sua cultura.

Não escreva no livro.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

João Alvarez/Arquivo do fotógrafo

Dalva Damiana de Freitas, conhecida como Dona Dalva, em 2016.

Dona Dalva Damiana de Freitas é uma das mais tradicionais sambadeiras brasileiras. Nasceu em 27 de setembro de 1927, na cidade de Cachoeira, na Bahia. Filha de uma operária de fábrica de charutos e de um sapateiro, foi criada pela avó lavadeira. Desde cedo, demonstrou uma ligação profunda com a cultura e as tradições de sua comunidade. Aos 14 anos, começou a trabalhar nas fábricas de charutos da região. Foi nesse ambiente que Dona Dalva começou a compor e a organizar seus primeiros grupos de samba de roda, culminando na fundação do Grupo de Samba de Roda Suerdieck, em 1961. O grupo, também conhecido como Samba de Dona Dalva, destacou-se pela *performance* das baianas e pela preservação das tradições culturais do Recôncavo Baiano. Dona Dalva é uma figura central no ativismo cultural de Cachoeira. Como proponente e representante da Associação Cultural do Samba de Roda Dalva Damiana de Freitas, ela esteve à frente do processo de registro do samba de roda junto ao Iphan. O impacto de Dona Dalva na cultura brasileira foi reconhecido oficialmente em 22 de novembro de 2012, quando a Universidade Federal do Recôncavo da Bahia concedeu a ela o título de Doutora Honoris Causa, celebrando sua trajetória e contribuição inestimável ao samba de roda e à cultura baiana.

Ouça uma música do samba de roda de Dona Dalva e converse com os colegas e o professor.

5 **Como as histórias de vida das mulheres mencionadas, como Dona Dalva, Dona Cadu, Dona Jelita, Dona Ana do Rosário e Dona Rita da Barquinha, refletem a realidade social e econômica das afrodescendentes no Brasil?** 10

6 **As sambadeiras, apesar de enfrentarem invisibilidade e trabalhos pesados, encontraram no samba de roda um espaço de protagonismo e poder. Como o reconhecimento das manifestações culturais como o samba de roda pode contribuir para a mudança da percepção sobre o papel das mulheres negras na sociedade brasileira?**

7 **Considerando a importância do protagonismo feminino na preservação do samba de roda, que tipos de política pública poderiam ser implementados para apoiar essas mulheres e valorizar suas contribuições para a cultura brasileira?**

5. As histórias de vida das sambadeiras refletem a realidade das afrodescendentes no Brasil, marcada por dificuldades econômicas, trabalhos pesados e invisibilidade social que advêm da herança histórica da escravização e do racismo estrutural.
6. O reconhecimento do samba de roda como manifestação cultural contribui para mudar a percepção do papel das mulheres negras ao destacar suas habilidades, liderança e importância na preservação da cultura.
7. Políticas públicas que poderiam ser implementadas incluem a criação de programas de apoio financeiro e educacional para as sambadeiras, o reconhecimento oficial de suas atividades culturais e a inclusão de suas histórias e práticas nos currículos escolares para garantir a preservação e a valorização da cultura do samba de roda.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A sociedade brasileira é composta de diferentes matrizes e grupos culturais, mas, historicamente, a cultura de origem europeia, branca e masculina foi utilizada como referencial para normatizar, homogeneizar e controlar os demais grupos. Essa estrutura social permeia as práticas corporais de mulheres, negros e indígenas. Para defender o convívio democrático de diferentes culturas e garantir o direito de todos ao usufruto das práticas corporais, pesquisadores da área de Educação Física têm recorrido ao conceito de multiculturalismo.

Olhar e valorizar a experiência cultural de todos e suas lutas contra o preconceito e a discriminação contribui para assumir e valorizar a diversidade cultural, conforme previsto na Constituição Federal de 1988 e em convenções internacionais, como a Declaração Universal sobre a Diversidade Cultural, da Unesco, de 2001.

A fim de superar a discriminação e os preconceitos culturais em diferentes atividades humanas e respeitar a diversidade, surge nas teorias críticas da sociedade o conceito de multiculturalismo. Esse conceito não tem uma definição uniforme, mas, dentre as discussões sobre o tema, podemos destacar os conceitos de **multiculturalismo folclórico** e **o multiculturalismo crítico**.

No multiculturalismo folclórico, as diferenças são tratadas como fenômenos exóticos. Essa concepção reduz o multiculturalismo a atividades eventuais. Lembrar das questões que afligem essas populações apenas em um dia do ano e reduzir sua cultura a práticas estereotipadas não faz avançar os direitos sociais desses grupos.

No multiculturalismo crítico, defende-se a construção de sociedades justas e democráticas que respeitem as diferenças. O multiculturalismo crítico não separa as diferenças culturais das desigualdades sociais historicamente construídas e questiona a naturalização das diferenças. Nessa perspectiva, assume-se a diversidade como inerente e necessária ao desenvolvimento humano, combate-se a discriminação e a desigualdade social e admitem-se as práticas culturais de grupos oprimidos como formas de resistência de suas identidades.

Não escreva no livro.

Agora, você vai colocar a mão na massa para combater os preconceitos discutidos até o momento.

Frases de efeito combinadas com imagens e uma diagramação cuidadosa dos elementos visuais e das cores funcionam como meios de chamar a atenção para temas sociais em campanhas publicitárias, folhetos, cartazes e camisetas. Essas composições visuais são utilizadas para conscientizar, inspirar e engajar as pessoas em causas sociais, como o combate aos preconceitos raciais, religiosos e de gênero. Observe, a seguir, exemplos de cartazes, folhetos e camisetas.

Universidade Federal de Campina Grande. Fac-símile: ID/BR

Campanha de divulgação de evento contra o racismo recreativo, realizado no Hospital Universitário Júlio Bandeira, em Campina Grande (PB), 2022.

Freepik/CC0

Jovem negra veste camiseta com a palavra "poder" escrita na língua inglesa.

8 **Depois de discutir a importância de combater os preconceitos de todos os tipos e conhecer essas referências visuais, você terá a oportunidade de criar as próprias frases de efeito e combiná-las com imagens para compor estampas de camisetas, folhetos ou cartazes.**

Combatendo o preconceito *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

- Escolha um tema trabalhado no capítulo, como combate ao racismo e à intolerância religiosa ou a valorização das mulheres na capoeira e no samba de roda.
- Pense em frases curtas e impactantes que transmitam uma mensagem clara e cativante para a causa escolhida.
- Crie imagens que complementem e reforcem a mensagem da sua frase de efeito. Pense em elementos visuais que representem a capoeira, o samba de roda, a diversidade cultural ou a luta contra o preconceito.
- Utilize técnicas de *design* para criar uma diagramação atrativa.

#ficaadica

Tipografia: escolha fontes que sejam legíveis e que combinem com o tom da sua mensagem. Use tamanhos diferentes para destacar palavras-chave.
Cor: use cores que chamem a atenção e que estejam em harmonia com a mensagem e a imagem escolhida.
Composição: distribua os elementos visuais de maneira equilibrada, ou seja, garanta que a imagem e a frase se complementem e não concorram entre si.
Espaçamento: deixe espaços adequados entre os elementos para que a composição fique clara e agradável aos olhos.

- Produza as peças conforme sua preferência e de acordo com os recursos disponíveis na escola e na comunidade.
- Faça esboços à mão ou no computador das suas ideias de diagramação. Teste diferentes combinações de frases e imagens até encontrar a mais impactante.
- Utilize um *software* de *design* para criar a versão final das suas peças. Ajuste as cores, a tipografia e a disposição dos elementos até ficar satisfeito com o resultado.
- Imprima as peças finalizadas, se possível na escola, e reserve-as para a utilização no evento para a comunidade. Caso a impressão não seja possível, você pode criar as peças manualmente, utilizando cartolinas, canetas coloridas, tintas, colagens e outros materiais. Use a criatividade!

DESEMBARQUE

Depois de discutir as relações da capoeira e do samba de roda com questões históricas, sociais e culturais, com a valorização da cultura afro-brasileira e o combate a preconceitos, além da produção de uma revisão de literatura, a turma vai organizar um evento a fim de destacar para a comunidade o valor dessas práticas.

EVENTO CULTURAL PARA A COMUNIDADE

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

Informe-se a respeito do que você e os colegas devem fazer.

Evento	Capoeira: movimento e arte.
Situação	Vocês vão organizar um evento cultural para a comunidade a fim de valorizar a capoeira e o samba de roda como manifestações culturais. O evento deve destacar as manifestações culturais de sua região e o combate a preconceitos raciais, religiosos e de gênero, além da importância da preservação e do respeito a essas manifestações.
Tema	Capoeira, samba de roda e outras manifestações culturais de origem afro-brasileira presentes na comunidade e o combate a preconceitos para valorização da matriz afro-brasileira.
Objetivos	• Divulgar os conhecimentos construídos durante esta viagem em relação à capoeira e ao samba de roda e demais manifestações culturais e saberes da sua comunidade com ênfase no papel identitário e de respeito ao multiculturalismo em uma perspectiva crítica. • Valorizar e fruir manifestações da Cultura Corporal de Movimento, integrando linguagens da dança, da capoeira, das artes visuais, da música e do ativismo social no *design* de cartazes, folhetos e camisetas.
Quem é você	Um produtor de eventos.
Para quem	Convidados da escola e da comunidade.
Tipo de produção	Coletiva.

FG Trade/iStock/Getty Images

Adolescente faz apresentação oral em sala de aula de São Paulo (SP), 2022. A apresentação do trabalho estimula a interação e a troca de conhecimentos entre os estudantes.

Não escreva no livro.

Planejando o evento

1 **Todo evento precisa de um bom planejamento. Assim, com a turma toda, leia as orientações e comecem a definir como será a produção.**

- Escolha um nome para o evento que faça referência à capoeira, ao samba de roda e às manifestações culturais de origem afro-brasileira características da região ou do entorno. Para isso, retome os relatos de experiência construídos no capítulo. Considere incluir o combate a preconceitos ou outros temas que foram objeto dos trabalhos de revisão de literatura realizados pela turma.
- Escolha os espaços da escola mais apropriados para o evento, considerando que precisam ser adequado para:

a) exposição de obras de artes visuais que retratam a capoeira e o samba de roda;

b) exposição dos cartazes, folhetos e camisetas produzidos pela turma;

c) apresentação dos grupos de capoeira, de samba de roda ou de outras manifestações de origem afro-brasileira mapeadas na comunidade;

d) projeção de vídeos ou filmes sobre a capoeira e o samba de roda.

- Estabeleça o tempo de duração média do evento.
- Procure grupos de capoeira, de samba de roda ou de outras manifestações culturais afro-brasileiras da região ou representantes de outras práticas culturais significativas para a comunidade e convidem-nos para fazer apresentações ou aulas abertas durante o evento. Para isso:

a) faça os convites pessoalmente, explicitando os objetivos do evento e por que a presença desses grupos será importante;

b) formalize o convite, envie a confirmação por escrito, incluindo as informações de data e horário do evento;

c) explique que a turma pretende fotografar e filmar o evento, pedindo a autorização dos convidados.

- Caso a turma esteja segura em relação aos exercícios praticados durante o capítulo, pode-se organizar a apresentação deles para a comunidade ou para a realização de oficinas com os participantes do evento.
- Eleja dois colegas para filmar e fotografar o evento. As fotografias podem ser postadas no *site* da escola ou em uma página criada especialmente para a divulgação do evento. Lembre-se de providenciar formulários de autorização de uso de imagem e peça aos convidados que os assinem na entrada do evento.
- Envolva a escola e a comunidade, convidando estudantes de outras turmas, professores, familiares e amigos.

Preparando o local do evento

2 **Com os colegas, organize-se em grupos diferentes e, juntos, arrumem os espaços, seguindo as orientações.**

Local para exposição

- Reserve um local para exposição dos registros, das obras de artes visuais, cartazes e das fotografias feitas ao longo do capítulo.
- Os materiais devem estar expostos de modo que os convidados possam apreciá-los. Para realçá-los, é preciso ter atenção à iluminação e aos espaços entre as obras. Uma sugestão é colocar lâmpadas voltadas para eles.

Local para apresentações

- Perto do local das apresentações, é importante que haja um espaço reservado aos convidados para que eles possam se preparar. Eles podem precisar trocar de roupa, fazer algum tipo de aquecimento, etc. Por isso, pergunte aos convidados do que eles precisam e peça a ajuda do professor para providenciar.
- Organize um espaço amplo para as apresentações, que comporte as exibições e que ofereça uma boa visão aos espectadores.

- Se houver aulas abertas, esse local também pode ser utilizado para esse fim.

Local para projeção de vídeos

- Procure um espaço com boa acústica e em que seja possível vedar a luz para simular uma sala de cinema.
- Providencie cadeiras ou bancos em que os convidados possam se sentar.

Abrindo o evento

3 **No dia do evento, é importante que haja uma pequena cerimônia de abertura. Com a turma toda, escolha dois colegas para serem os mestres de cerimônia. Considere garantir a representatividade de meninas e meninos. Em sua fala, eles devem:**

- explicar que a turma vivenciou a capoeira e o samba de roda como prática corporal e cultural e que o público terá a oportunidade de observar essas práticas (pela presença de grupos convidados ou pela demonstração da própria turma);
- apresentar o engajamento da turma na discussão do combate a preconceitos raciais, religiosos e de gênero;
- explicar brevemente os aspectos históricos e culturais relacionados à capoeira e ao samba de roda estudados ao longo do capítulo;
- convidar as pessoas a "entrar na roda", aproveitar o evento e valorizar todas as manifestações artísticas e culturais que serão apresentadas.
- Antes de os convidados chegarem, é preciso que esteja tudo organizado e pronto para o evento: os espaços, os mestres de cerimônia, os fotógrafos, o som, as exposições, áudios e vídeos e os materiais para oficinas, conforme o planejamento realizado.

Avaliando o evento

4 **Após o evento, reúna-se com a turma toda e converse sobre a experiência de vocês. As questões abaixo podem pautar a conversa.**

- Você gostou de participar da organização de um evento em perspectiva multicultural e com engajamento no combate a preconceitos?
- Você pretende continuar seu engajamento nesses temas?
- Você gostou da experiência de organizar um evento, exercendo seu protagonismo como produtor cultural?
- A turma se envolveu no planejamento de forma colaborativa?
- Os convidados "entraram na roda", participando das ações que vocês promoveram e organizaram, dos materiais expostos e das práticas realizadas?

ENTRETENIMENTO A BORDO

- Convide os amigos para assistir ao filme *Capoeira, um passo a dois*, de Jorge Itapuã, 2016 (Brasil, 72 min.), um registro feminino da viagem da capoeira pelo mundo.
- Na obra *Entre Amigos, Carybé, Verger & Jorge – Obás da Bahia* (Salvador: Fundação Pierre Verger, 2008), você pode conhecer um pouco mais de três artistas que escolheram a cultura baiana para viver e para estar em suas obras: Carybé, o antropólogo e fotógrafo francês Pierre Verger e Jorge Amado.

Daza Filmes/DVBR

Cartaz do filme *Capoeira, um passo a dois*, de Jorge Itapuã, lançado em 2016.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Vamos avaliar a viagem que você fez no universo da capoeira e do samba de roda como práticas corporais de matriz afro-brasileira. Retome seus registros e produções e responda às questões.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Quais são as origens históricas da capoeira e do samba de roda?
2. Explique como a capoeira e o samba de roda contribuem para a construção da identidade afro-brasileira.
3. Quais são as principais características da roda de capoeira?
4. Como a prática do samba de roda se diferencia da capoeira?
5. Qual é o papel das mulheres na capoeira e no samba de roda?
6. Descreva a importância do reconhecimento da capoeira e do samba de roda como patrimônios culturais imateriais da humanidade.
7. Quais são as influências culturais presentes na prática do samba de roda?
8. Explique a diferença entre capoeira angola e capoeira regional.
9. Como as músicas e os instrumentos influenciam a prática da capoeira?
10. Quais são as relações entre a capoeira e o samba de roda com a resistência cultural e a luta contra o preconceito?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas desta seção são pessoais.

*Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

1. Como você se sente ao compreender as origens da capoeira e do samba de roda?
2. O que mais te chamou a atenção sobre a contribuição dessas práticas para a identidade afro-brasileira?
3. Você consegue identificar os principais elementos da roda de capoeira? Quais são eles?
4. Quais diferenças e semelhanças você percebe entre a capoeira e o samba de roda?
5. Qual é a sua percepção sobre o papel das mulheres na capoeira e no samba de roda?
6. Como você vê a importância do reconhecimento da capoeira e do samba de roda como patrimônios imateriais?
7. Que influências culturais você observa no samba de roda?
8. Você consegue diferenciar a capoeira angola da capoeira regional? Qual delas chamou mais a sua atenção?
9. De que forma a música e os instrumentos afetam a sua percepção da capoeira?
10. Como você percebe a relação entre capoeira, samba de roda e o combate ao preconceito?

Não escreva no livro.

PRÁTICAS CORPORAIS: NAÇÕES E CULTURAS

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- apreciar e analisar as práticas corporais indígenas e a importância para o fortalecimento de sua identidade cultural;
- entender os esportes de combate, campo e taco, e os esportes de rede e parede;
- experimentar e fruir os gestos e os movimentos da luta *huka-huka*, do judô, do beisebol e do *badminton*;
- reconhecer a influência da mídia nas práticas corporais de diferentes comunidades e nações;
- analisar as diferenças sociais, históricas e econômicas nas práticas corporais abordadas;
- refletir sobre as desigualdades sociais, étnicas e raciais nas práticas corporais ao redor do mundo;
- desenvolver uma consciência crítica sobre o impacto das condições socioeconômicas na participação esportiva em diferentes culturas;
- examinar como as práticas corporais podem promover a inclusão e o respeito à diversidade racial, étnica e social;
- reconhecer o impacto da necropolítica nas práticas do componente curricular Educação Física nas escolas;
- produzir um *podcast* sobre as práticas corporais de diferentes povos e nações.

Esporte e cultura estão interligados. Não é à toa que existem práticas da Cultura Corporal de Movimento específicas de cada comunidade. Na foto, indígenas da etnia Mehinako, da aldeia Uyapiyuku, lutam *huka-kuka* durante o Kuarup, no Parque Indígena do Xingu, em Gaúcha do Norte (MT), 2022.

CAPÍTULO

7

Luciola Zvarick/Pulsar Imagens

EMBARQUE

1. As práticas corporais são expressões da identidade cultural e da história das nações. Por exemplo, o *huka-huka* faz parte dos rituais indígenas no Brasil, representando a resistência cultural e a ligação com a ancestralidade. O judô, originário do Japão, reflete filosofias de autocontrole e de disciplina que estão profundamente enraizadas na cultura japonesa. Já esportes como o softbol e o *badminton* foram globalizados a partir de seus contextos ocidentais e asiáticos, respectivamente, e trazem consigo marcas das economias dessas regiões e influências políticas dos países que os difundiram.

Você imagina a diversidade de práticas corporais existentes nas diferentes culturas pelo mundo? Neste capítulo, você vai conhecer como essas práticas se configuram como formas de linguagem e expressão cultural de nações, povos e etnias. Também vai conhecer algumas manifestações da Cultura Corporal de Movimento dos povos originários, de imigrantes japoneses no Brasil e de povos de países que foram influenciados por colonizadores.

FOCO NA IMAGEM

2. Ao observarmos o *huka-huka*, podemos aprender sobre o valor da conexão com a terra e a espiritualidade dos povos indígenas brasileiros. O judô ensina princípios filosóficos de autocontrole, disciplina e respeito ao próximo, que podem ser aplicados em diversas esferas da vida. O softbol reflete a importância do trabalho em equipe e da estratégia, enquanto o *badminton* destaca a agilidade e a precisão. Cada prática nos oferece subsídios para entender como diferentes culturas valorizam aspectos específicos da vida, como a coletividade, o respeito e o equilíbrio.

Analise os registros fotográficos a seguir e reflita sobre o sentido de cada prática no contexto em que é realizada.

Andre Dib/Pulsar Imagens

Indígenas da etnia Kalapalo, da aldeia Aiha, lutam *huka-kuka* durante os Jogos Indígenas do Xingu, em Querência (MT), 2022.

Steph Chambers/Getty Images

Man-Kei To disputa a medalha de bronze do *badminton* nos Jogos Paralímpicos de Paris, em 2024.

David Ramos/Getty Images

Beatriz Souza disputa semifinal do judô nos Jogos Olímpicos de Paris, em 2024.

Hudson Pontes/Agência O Globo

Equipe brasileira Arariboia de softbol durante treinamento em Niterói (RJ), 2009.

- Agora, converse com os colegas e o professor sobre as questões a seguir.

1 **Como as práticas corporais podem representar culturas e nações, inserindo-se em seus contextos políticos e culturais?** **3.** A disseminação das práticas corporais muitas vezes está ligada a dinâmicas de poder e a interesses econômicos. O judô, embora seja uma arte marcial com profundas raízes filosóficas, foi transformado em esporte olímpico, o que pode levar à perda de alguns de seus valores originais. Além disso, a luta *huka-huka*, mesmo sendo uma representação autêntica de culturas locais, pode ser marginalizada ou apropriada de forma superficial em contextos globais. O softbol,

2 **O que podemos aprender sobre essas culturas e nações por meio das suas práticas corporais?**

3 **Quais são as implicações políticas e econômicas que podemos inferir em relação às questões sociais presentes na globalização dessas práticas corporais?** por exemplo, reflete a influência cultural e econômica dos Estados Unidos, podendo ser visto como uma forma de "imperialismo cultural" em alguns contextos. A crítica pode residir na forma como a globalização pode deturpar ou explorar essas práticas em nome de interesses econômicos ou comerciais.

4 **Como a globalização impacta as tradições culturais das práticas corporais?**

FOCO NO DIÁLOGO

As práticas corporais populares ao redor do mundo são mais do que apenas formas de diversão ou competição; elas carregam significados culturais, sociais e históricos que refletem as identidades das nações e das comunidades que as praticam. Essas manifestações da Cultura Corporal de Movimento estão profundamente enraizadas nas tradições de cada povo e, ao observarmos diferentes esportes, podemos entender melhor os contextos políticos e culturais que os moldaram. **4.** A globalização facilita a disseminação das práticas corporais ao redor do mundo, mas nem sempre preserva os valores culturais que elas representam. O judô, como esporte olímpico, pode ser visto como uma prática universal, mas sua transformação pode afastá-lo de suas raízes filosóficas e espirituais japonesas. Por outro lado, esportes como o *badminton*, o softbol e até mesmo o beisebol, ao serem globalizados, podem reforçar desigualdades entre nações, já que países com mais recursos financeiros e tecnológicos dominam os palcos internacionais.

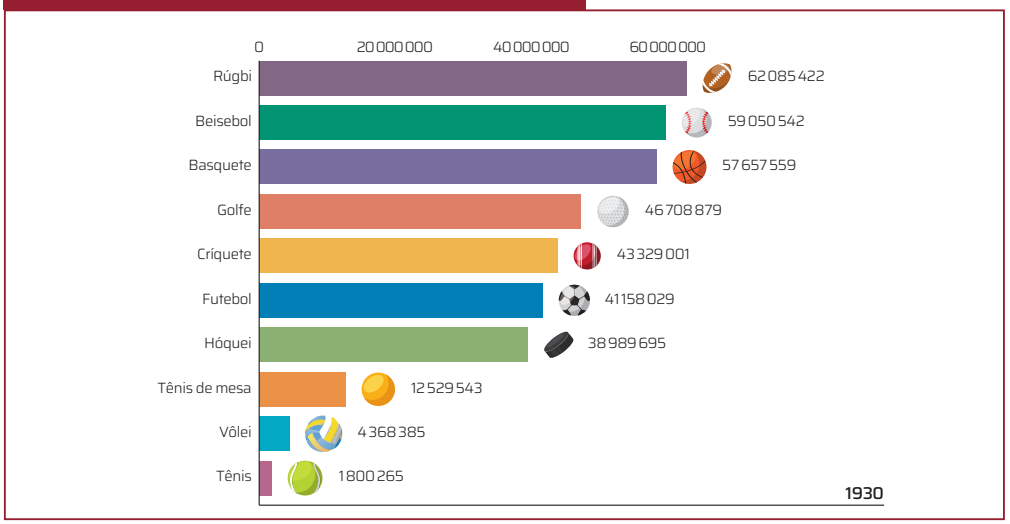
Não escreva no livro.

Entre os povos indígenas brasileiros, o *huka-huka* se destaca como uma prática ritualística que faz parte da celebração do Quarup, cerimônia de homenagem aos mortos. Essa luta tradicional é uma manifestação cultural que expressa a espiritualidade, o respeito à terra e os valores de bravura dos indígenas.

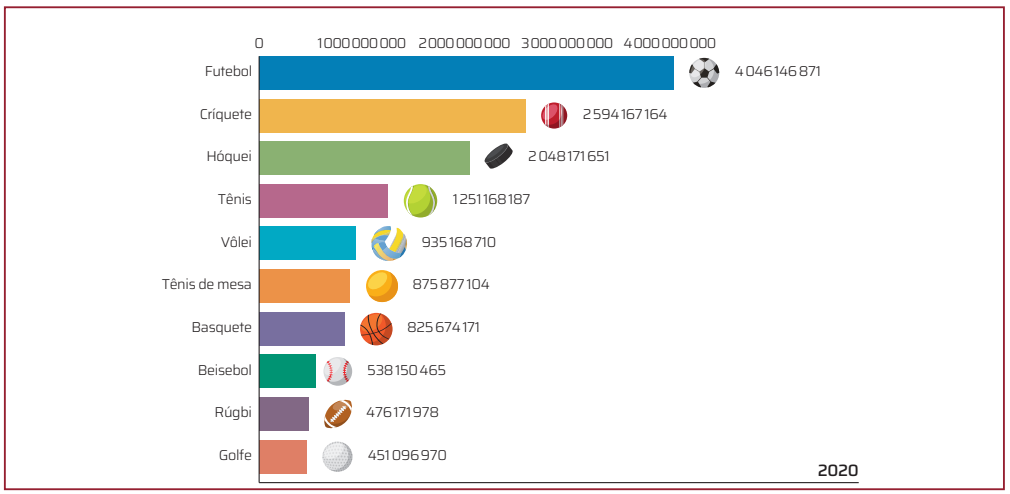
O judô, nas Olimpíadas, representa uma prática que transcende suas origens no Japão e se torna uma modalidade esportiva global. No Brasil, o judô foi trazido pelos imigrantes japoneses não apenas como um esporte de combate, mas carregando princípios filosóficos de disciplina, autocontrole e respeito. Em 2024, nos Jogos Olímpicos de Paris, os países asiáticos dominaram a lista de medalhistas no *badminton*, mas podemos observar dificuldades de prática e inclusão desse esporte pela necessidade de equipamentos não acessíveis à maioria da população, situação que se agrava em relação às pessoas com deficiência.

Veja a seguir os dados de um vídeo produzido pelo canal *Statistics and Data* que analisa os esportes mais populares do mundo em 1930 e 2020. O processo de globalização dos esportes fez com que, em 2020, o esporte mais popular do mundo fosse o futebol, seguido pelo críquete e pelo hóquei, diante dos dados de 1930, em que estima-se que o esporte mais praticado era o rúgbi, seguido do beisebol e do basquetebol.

ESPORTES MAIS POPULARES NO MUNDO – 1930 E 2020



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR



Fórmula Produções Editoriais/ID/BR

Fonte: Most Popular Sports in the World - (1930/2020). [*S.l.*: *s.n.*] 14 out. 2020. 1 vídeo (2 min). Publicado pelo canal *Statistics and Data*. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=84fb-zzDOiY. Acesso em: 30 set. 2024.

5 **Com base nos dados estimados de popularidade dos esportes, converse com os colegas e o professor sobre as questões a seguir.**

a) Que fatores podem explicar as mudanças de popularidade dos esportes mais praticados no mundo entre 1930 e 2020?

b) De que maneira a globalização influencia a popularidade e a prática de esportes tradicionais, como o beisebol, em diferentes culturas?

5. a) As mudanças de popularidade nos esportes mais praticados no mundo entre 1930 e 2020 podem ser explicadas por fatores como a globalização, o acesso à mídia e o aumento da cobertura esportiva internacional. Em 1930, o rúgbi e o beisebol eram mais populares devido à influência de países coloniais e da forte presença desses esportes em certas regiões. Já em 2020, o futebol era o esporte mais popular por causa da facilidade de sua prática, além da massiva presença em transmissões televisivas e patrocínios, tornando-o acessível a uma audiência global.

5. b) A globalização tem um papel duplo na disseminação de esportes tradicionais como o beisebol. Por um lado, facilita a exportação de esportes por meio de mídias internacionais e de intercâmbio cultural, permitindo que esportes de um país sejam conhecidos e praticados em outros. Por outro lado, pode também levar à homogeneização cultural, de modo que esportes com maior apoio midiático e comercial dominem o cenário esportivo, enquanto outros, menos promovidos, percam espaço ou permaneçam regionais. O beisebol, por exemplo, ganhou popularidade no Japão devido ao intercâmbio cultural e à influência estadunidense pós-Segunda Guerra Mundial, mas sua expansão global enfrenta limitações diante de outros esportes mais dominantes em certas regiões.

Não escreva no livro.

NA ESTRADA

Nesta seção, você vai conhecer os significados dos elementos da Cultura Corporal de Movimento de diferentes povos e nações. A trajetória, que terá início na exploração dos significados do *huka-huka* para algumas etnias indígenas do Brasil, passará pelo judô no Japão, pelo beisebol, esporte nacional nos Estados Unidos e no Japão, e pelo *badminton*, modalidade muito praticada em países asiáticos como Tailândia, Índia, Coreia do Sul, Indonésia, Cingapura e China.
Ao longo dessa jornada, você vai acumular informações, vivências e habilidades que resultarão na criação de um *podcast*.

1ª PARADA

Jogos Mundiais dos Povos Indígenas

A resistência das práticas corporais indígenas

Em 2024, assistimos a uma avalanche de notícias a respeito das mudanças climáticas em nosso planeta, especialmente de enchentes que destruíram cidades inteiras e de incêndios que devastaram nossos biomas, como a floresta e o cerrado. Diante dessa situação de negligência com o meio ambiente, os povos originários têm muito a nos ensinar sobre as relações estabelecidas com a natureza.

Apesar de as práticas corporais dos povos originários representarem a diversidade cultural das mais de duzentas etnias presentes no Brasil, elas apresentam uma cosmovisão em comum que nos faz refletir sobre a integração entre os seres humanos e a natureza.

Nesta parada, você vai conhecer os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, evento que promove o reconhecimento e o respeito à cultura dos povos originários.

Para ficar por dentro desse evento, leia o fragmento a seguir da publicação impressa sobre a primeira edição do evento, ocorrida no Brasil em 2015.

Os *I Jogos Mundiais dos Povos Indígenas* (JMPI) caracterizam-se por ser um evento que busca a valorização dos jogos tradicionais indígenas, ou grupos autóctones, como forma de salvaguardar seu patrimônio cultural. Os Jogos buscam promover a aproximação entre os diferentes povos, como forma de celebração de seus costumes, tradições e valores. Por fim, visam a sensibilizar os não indígenas sobre a diversidade das culturas indígenas e sobre a importância dessas culturas para a formação dos Estados nacionais. Os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas foram idealizados pelo Comitê Intertribal (ITC), associação indígena brasileira, com o apoio de 16 países que decidiram que esse evento seria realizado no Brasil. Assim, o evento é uma realização do ITC como idealizador, organizador e articulador do apoio de setores governamentais e privados, de maneira especial o apoio da ONU, por meio do próprio secretário-geral.

[...]

É preciso dizer que esse evento somente foi possível em função da importante trajetória dos Jogos dos Povos Indígenas (JPI), realizados desde 1996 em vários estados do Brasil, idealizados por Carlos Terena e organizados pelo ITC. Foi a realização dos eventos nacionais que forneceu as bases teóricas, técnicas e logísticas que um evento mundial, como os JMPI, demanda. A sua realização com o protagonismo indígena é um feito que, por si só, merece ser celebrado. A formação do Grupo Coordenador Mundial para os JMPI foi fundamental para que essa celebração fosse possível, na medida em que possibilitou que irmãos indígenas de todo o mundo se reunissem e decidissem conjuntamente as características do evento.

Igualmente, os objetivos estabelecidos desde os primeiros Jogos Nacionais de 1996 permanecem e se fortalecem a cada nova edição. Mais ainda, agora com os Jogos Mundiais, os objetivos consistem em *resgatar e valorizar os jogos esportivos indígenas, promovendo congraçamento e intercâmbio entre as nações participantes, fortalecimento da identidade cultural desses povos e confraternização digna e respeitosa dos índios com a sociedade não indígena*.

[...]

Não escreva no livro.

Os jogos tradicionais indígenas espelham a diversidade cultural que existe entre os povos originários e expressam um modo de vida que está intimamente associado ao seu meio ambiente – recursos vegetais, animais, hídricos e minerais – e com as diferentes etapas da vida – o percurso entre o nascimento e a morte, bem como todos os sentidos que são atribuídos a esses períodos da trajetória humana.

Essas práticas fazem parte de um conjunto de significações culturais composto pelos rituais, pelas tradições orais, pelos ritos de passagem e pelas atividades cotidianas para a garantia da sobrevivência. [...]

ROQUE, Lucas *et al. Jogos mundiais dos povos indígenas*: Brasil, 2015: o importante é celebrar! Brasília, DF: PNUD, 2017. p. 13-21. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000249170. Acesso em: 23 jun. 2024.

BAGAGEM

Grupos autóctones são comunidades de pessoas nativas de determinado território, conhecidos também como povos originários.

1. As questões objetivam instigar a busca por informações e o aprofundamento de algumas reflexões, além de desenvolver a competência argumentativa dos estudantes.

VALE VISITAR

Para ajudar na discussão, leia a *Declaração das Nações Unidas sobre os Direitos dos Povos Indígenas*, publicada em 2008, disponível em: https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Declaracao_das_Nacoes_Unidas_sobre_os_Direitos_dos_Povos_Indigenas.pdf. Acesso em: 23 jun. 2024.

1. c) Destaque a importância da cosmovisão dos povos indígenas para refletirmos sobre nossa relação de exploração da natureza, em detrimento da percepção dos povos indígenas de fazerem parte dela. A cosmovisão dos povos indígenas propõe formas de vida em harmonia com o mundo ao nosso redor, pois considera que tudo no universo está interconectado – seres humanos, animais, plantas, rios, montanhas, o Sol, a Lua – formando uma teia de relações que deve ser respeitada e preservada. Esse entendimento deve nos alertar para os desafios ambientais, sociais e espirituais na atualidade.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Nas culturas indígenas, há uma cosmovisão que enfatiza a interconexão entre todos os seres vivos e a natureza. Os povos originários veem a Terra como um ser vivo que nutre e sustenta todas as formas de vida e não como algo a ser explorado. Esse respeito profundo pela natureza reforça a importância de proteger o meio ambiente para as gerações futuras. Em tempos de mudanças climáticas e degradação ambiental, esse é um alerta fundamental para reverter práticas destrutivas e adotar modos de vida mais sustentáveis.

Nessa perspectiva, o equilíbrio entre todas as formas de vida é essencial para a harmonia do universo. Cada atividade, desde o plantio até os rituais, é realizada com uma consciência espiritual que reconhece o sagrado em cada momento e ação.

1. a) Espera-se que os estudantes sejam capazes de perceber que os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas são uma competição que preserva, compartilha e garante visibilidade para as práticas culturais de cada etnia envolvida no evento.

1 **Após a leitura, organize uma roda para debater as questões com os colegas e o professor.**

a) Qual é a importância dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas para a preservação da cultura desses povos?

b) De que maneira a realização desse evento, em escala mundial, dá visibilidade aos jogos tradicionais indígenas?

c) A partir do conhecimento das culturas indígenas, o que a cosmovisão deles pode nos ensinar?

1. b) Espera-se que os estudantes percebam que esses jogos valorizam e ajudam a divulgar as culturas de diferentes povos, dando uma visibilidade mundial a valores importantes para eles, mas que também se mostram universais, como: convivência, respeito, troca de experiências e cooperação.

2 **Observe as imagens a seguir e, depois, responda às questões no caderno.**

Andre Dib/Pulsar Imagens

Indígena kalapalo em competição de arco e flecha nos Jogos Indígenas do Xingu, na Aldeia Aiha, em Querência (MT), 2022.

Cesar Diniz/Pulsar Imagens

Indígenas da etnia xavante durante corrida de revezamento com tora de buriti, na Terra Indígena Parabubure, Campinápolis (MT), 2020.

Não escreva no livro.

2. d) Espera-se que os estudantes identifiquem que essas práticas estão diretamente relacionadas ao modo de ser dos povos indígenas. Por meio das modalidades retratadas nas imagens, é possível perceber esses aspectos. O tiro com arco e a canoagem espelham características de sobrevivência, como a caça e a pesca. A corrida com a tora, por sua vez, reflete o espírito guerreiro de superação, bem como características presentes em alguns rituais sagrados. Sugira aos estudantes que leiam novamente

Andre Dib/Pulsar Imagens

Indígenas ashaninka, da aldeia Apiwtxa, Terra Indígena Kampa do Rio Amônea, durante competição de cabo de ferro, em Marechal Thaumaturgo (AC), 2021.

Andre Dib/Pulsar Imagens

Indígenas kalapalo na prova de canoagem durante Jogos Indígenas do Xingu, em Querência (MT), 2022.

2. c) Respostas pessoais. A expectativa é que os estudantes compartilhem suas vivências e conhecimentos. Se houver estudantes indígenas na turma, incentive-os a falar sobre as práticas corporais de sua cultura.

a) Nas fotografias, quais são as práticas corporais retratadas? Quais chamam mais a sua atenção?

b) Você já praticou alguma dessas atividades? Já assistiu a algumas delas em competições?

c) Você já pesquisou sobre as práticas corporais indígenas e a realização dos jogos dos povos indígenas? Conhece modalidades que têm influências indígenas ou que também são praticadas por essas comunidades?

d) De que forma as práticas corporais retratadas nas imagens estão ligadas à cultura e ao cotidiano dos povos indígenas?

2. a) Práticas corporais com corda, toras e arco e flecha; competições aquáticas, realizadas com canoa. Em cada imagem, é possível observar a participação de pessoas de diferentes etnias indígenas. Espera-se que os estudantes sejam capazes de identificar que, além de todas as imagens apresentarem diferentes competições indígenas, trata-se de comunidades distintas, culturas diferentes.

3 **Para aprofundar sua aprendizagem, conheça um dos jogos indígenas e leia trechos de um artigo científico sobre ele.**

o boxe *Balcão de informações* para responder a essa questão. Os jogos tradicionais indígenas contemplam rituais, atividades e tradições desses povos, compondo as significações culturais em cada comunidade. O evento em estudo permite o compartilhamento e o estabelecimento de relações entre os diferentes povos indígenas e suas culturas.

- Analise as imagens a seguir e discuta com a turma as características identificadas nessa prática corporal.

Ricardo Teles/Pulsar Imagens

Posição inicial da luta *huka-huka*. Mato Grosso, 2021.

Rogério Reis/Pulsar Imagens

Lutador de *huka-huka* aplicando um golpe estilo *suplex* em seu adversário. Mato Grosso, 2012.

2. b) Respostas pessoais. Algumas atividades apresentadas são amplamente conhecidas, como arco e flecha, e cabo de força, muitas vezes fazendo parte da vida dos estudantes. É interessante que sejam capazes de perceber similaridades entre os jogos praticados nos Jogos

#ficaadica

Leia o livro *Ideias para adiar o fim do mundo* (Companhia das Letras, 2019) para aprofundar seu conhecimento sobre a cosmovisão indígena. O autor, Ailton Krenak (1953-), é um líder indígena, ambientalista e filósofo que, em 1987, protestou na Assembleia Constituinte em Brasília em defesa dos direitos indígenas.

O livro é uma adaptação de suas palestras realizadas em Portugal nos anos de 2017 e 2019. Ele critica a concepção de humanidade separada da natureza, o que origina o atual desastre socioambiental.

Jornal da Constituinte/Câmara dos Deputados

Ailton Krenak em discurso no plenário da Câmara dos Deputados. Foto de 1987.

Mundiais dos Povos Indígenas e em outras competições, como os Jogos Olímpicos. Outra similaridade é que algumas modalidades são praticadas em equipes, o que promove as capacidades de organização, gestão, compreensão e compartilhamento entre os participantes.

Não escreva no livro.

3. Respostas pessoais. Destaque o contexto, o simbolismo e os movimentos presentes nessa manifestação cultural e indague a turma a respeito dos possíveis significados da luta para os povos indígenas. Verifique se, além das regras e formas de combate, alguém associa essa luta a um festival da cultura indígena, o Quarup, a partir dos adornos culturais, e se a associa ao sistema de crenças que envolve essa prática.

- Agora, leia trechos do artigo científico e responda às questões no caderno.

[...]

Toda essa faixa de terra engloba diversas etnias, tais como: Bakairi, Aweti, Kalapalo, Kamaiurá, Kuikuro, Matipu, Mehinako, Nafukuá, Naruvôtu, Waurá e Yawalapiti. A Huka-huka faz parte do cotidiano destes povos, tendo na sua prática rituais que envolvem o corpo e a alma de seus praticantes, englobando filosofia e religião. O auge da manifestação do Huka-huka em tais localidades ocorre no Quarup, que é uma cerimônia de homenagem aos mortos ilustres, feita pelos povos indígenas da região do Xingu [...].

Não obstante o nome Huka-huka faz alusão ao som dos lutadores imitando os esturros da onça [...]. Para se tornar um lutador de Huka-huka o jovem, de ambos os sexos, precisa passar por um processo de reclusão. Inicialmente, o indivíduo é orientado e recordado pelo pai sobre a importância da reclusão para sua vida e como ele deve se comportar quando chegar tal momento. Acredita-se que o momento da reclusão ajuda a construir a personalidade do jovem, e o torna um bom lutador [...].

[...]

[...] Os treinos são diários e direcionam-se para o aprimoramento da técnica, o desenvolvimento da força física, bem como a aprendizagem da mitologia e história da Huka-huka [...].

Para além do desenvolvimento da técnica, o praticante de Huka-huka é submetido a diversas regras sociais a fim de entender como se portar na vida em sociedade. Não é permitido que o jovem consuma alimentos de fora da aldeia, e a dieta envolve a ingestão de ervas e chás [...]. De acordo com a erva ingerida, o guerreiro irá representar-se como "dono" desta nas lutas, reconhecido pela pintura corporal, por exemplo, se vier de um cipó, representará a sucuri, se for de uma pedra, irá representar a onça [...].

Outro ritual de fortalecimento do corpo é a "arranhadura", no qual os indígenas acreditam ser capaz de dar força, hipertrofia muscular, resistência e disposição física ao iniciado. Nesta prática, o lutador é arranhado por um instrumento feito de "cabaça" com dentes de "peixe-cachorra" [...]. Esse utensílio é passado profundamente nos músculos dos braços, antebraços, costas, coxas, pernas e peito, provocando um intenso sangramento, e logo após, é aplicado um extrato de Timbó (cicatrizante, coagulante e anti-inflamatório) [...].

Quando o praticante atinge aproximadamente seis anos de reclusão e está prestes a completar 18 anos, ele é submetido a um processo de seleção em sua aldeia para verificar se ele está pronto para participar como lutador no Festival anual do Quarup, que ocorre uma vez por ano, entre julho e setembro, na estação das secas, em cada aldeia da região [...].

Nessa festa religiosa, que dura dois dias, um mosaico de etnias locais é reunido, sendo que uma aldeia convida membros de outra tribo para participar do evento. As homenagens são direcionadas aos mortos da etnia anfitriã e, além disso, ocorre a cerimônia de passagem dos jovens para a fase adulta [...].

A noite cai e os homens pintados realizam a dança do fogo, entoando cânticos até o Pajé realizar a evocação de Tupã, solicitando a ressurreição dos mortos. Com isso a dança termina e só ficam as mulheres com o pajé até o amanhecer realizando cânticos, lamentações e rezas. [...]

Quando chega a manhã, os participantes tomam um banho coletivo, o qual simboliza o fim do luto. A partir daí, acredita-se que a vida renasce, e os lutadores carregando varas verdes que simbolizam os nascimentos ocorridos na aldeia, agradecendo aos espíritos por essa prosperidade [...]. Em sequência, inicia-se a cerimônia de luta Huka-huka, que busca testar a força, saúde e a virilidade dos jovens. [...]

Ricardo Teles/Pulsar Imagens

Preparação para a Cerimônia do Quarup no Parque Indígena do Xingu. Mato Grosso, 2021.

A organização dos embates ocorre da seguinte forma: os caciques, juntamente com os seus lutadores, formam um círculo no centro da aldeia, onde ocorrerão as lutas. O cacique anfitrião e seus lutadores ficam ao centro e se posicionam separados para receberem seus oponentes ajoelhados. Os rivais chegam com seus caciques, os quais apresentam seus lutadores, e esses se perfilam esperando serem chamados para o duelo pelos guerreiros anfitriões [...].

Após os combates, os Kuarups são levados ao rio, como uma procissão, a fim de que quando os entregar às águas, os mortos transcendam para outro mundo, e com isso finaliza-se a festividade [...].

VALENTE, Francisco Luís Auricélio *et al*. Estudo sobre Huka-huka: uma luta de matriz indígena brasileira. *Caderno de Educação Física e Esporte*, Marechal Cândido Rondon, v. 20, 2022. Disponível em: https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/28608/20620. Acesso em: 10 set. 2024.

3. a) *Huka-huka* é uma luta que possui um ritual praticado por diversas etnias do Xingu. Ela faz parte do cotidiano desses povos e possibilita uma profunda conexão com os rituais que envolvem o corpo e a alma dos praticantes, englobando aspectos filosóficos e religiosos como a cosmovisão estudada nesta parada. Incentive os estudantes a refletir sobre a relação entre a prática corporal e a visão de mundo dos povos indígenas.

Não escreva no livro.

3. b) Respostas pessoais. A luta *huka-huka* no Quarup simboliza a transição para a vida adulta ao servir como um rito de passagem em que os jovens demonstram sua força, resistência e preparação espiritual. O embate durante o Quarup marca o final do luto e a renovação da vida, com os lutadores carregando varas verdes que simbolizam os nascimentos ocorridos na aldeia. Esse ritual não apenas testa as habilidades físicas dos jovens, mas também celebra a continuidade da vida e a conexão dos vivos com os espíritos dos mortos, reforçando os laços comunitários e a perpetuação das tradições.

a) Qual é o significado do *huka-huka* para os povos do Xingu? Como você relaciona o que aprendeu sobre a cosmovisão dos povos indígenas do Xingu e como ela influencia a prática do *huka-huka*?

b) Você considera que a comunidade em que você vive possui rituais de passagem para a vida adulta? De que forma a luta *huka-huka* no Quarup simboliza a transição para a vida adulta e a renovação da vida nas comunidades do Xingu?

c) Qual é o papel da reclusão e dos rituais no preparo dos praticantes de *huka-huka* e como isso se diferencia do treinamento em outras lutas, artes marciais ou esportes de combate?

d) Como a prática do *huka-huka* pode ser vista como uma forma de preservação da identidade cultural das etnias do Xingu, em comparação com outras lutas e esportes de combate no mundo?

e) Quais são as implicações dos rituais de fortalecimento físico e espiritual, como as arranhaduras e a ingestão de ervas para a compreensão do corpo na cultura indígena, em contraste com a visão ocidental de treinamento esportivo?

3. d) A prática do *huka-huka* é uma expressão viva da identidade cultural das etnias do Xingu, preservando conhecimentos, rituais e valores ancestrais. Enquanto muitas lutas e esportes de combate ao redor do mundo têm se globalizado e se desassociado de suas origens culturais, o *huka-huka* permanece profundamente enraizado nas tradições e na espiritualidade indígena. Com essa atividade, os povos do Xingu mantêm vivas suas histórias, mitologias e práticas comunitárias, demonstrando como uma luta pode ser ao mesmo tempo uma forma de resistência cultural e um meio de afirmação identitária. Por meio de sua prática, os jovens aprendem a importância do respeito aos mais velhos, da cooperação comunitária e da conexão com o mundo espiritual, valores que são centrais na vida indígena. Isso difere de muitas outras lutas ou esportes de combate, que geralmente se concentram em aspectos competitivos e individuais. No *huka-huka*, o foco está tanto no desenvolvimento do indivíduo quanto na sua integração e na assunção de responsabilidades dentro da comunidade, promovendo um aprendizado que vai além do combate físico.

Assim como a origem dos Jogos Olímpicos no santuário de Olímpia, na Grécia, em honra a Zeus, foi modificada, de modo que, atualmente, o Comitê Olímpico Internacional (COI) proíbe manifestações religiosas, a prática do *huka-huka* pode ser ressignificada na escola.

4 **Agora, vamos organizar uma vivência dessa luta. Para isso, leia as instruções a seguir.**

Vivência de *huka-huka* *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Material necessário

- Tatames

Como fazer

3. e) Os rituais de fortalecimento físico e espiritual no *huka-huka*, como as arranhaduras e a ingestão de ervas, refletem uma compreensão holística do corpo na cultura indígena, em que ele não é visto apenas como uma máquina a ser treinada, mas como um ente integrado ao espírito e à natureza. Na cultura ocidental, o treinamento esportivo tende a focar na eficiência física e no desempenho atlético, muitas vezes desconsiderando a dimensão espiritual ou a conexão com a natureza. Em contraste, na cultura indígena, o corpo é tratado como um veículo de energia vital, que deve ser purificado, fortalecido e harmonizado com as forças naturais e espirituais para atingir o seu pleno potencial.

Preparação do material para a prática

- Use uma roupa adequada e aqueça o corpo seguindo as orientações do professor.
- Organizem-se em três equipes, façam uma pesquisa sobre as etnias e escolham uma delas para representar.
- Combine com a turma e o professor as regras que devem ser respeitadas.

A experimentação do *huka-huka*

- a) Coloque os tatames em um pátio amplo ou uma quadra de esportes.
- b) Faça uma grande roda com todos os estudantes ao redor dos tatames.
- c) Cada equipe escolherá um estudante diferente a cada rodada para representar a etnia.
- O número de rodadas e o tempo de cada uma podem ser adaptados em função do tempo disponível para que todos possam participar da vivência.
- Durante as disputas, redobre a atenção para não machucar os colegas ou se machucar.
- Atenção ao autocontrole e ao respeito ao colega. Ao primeiro sinal indicando desconforto por parte de qualquer participante, o professor interromperá imediatamente a atividade.

Experimentação da luta

- Posição inicial: os lutadores dão as mãos direitas e a mão esquerda segura o pescoço do oponente.
- Objetivo: vence quem levantar o oponente, segurar um dos joelhos dele ou se o outro jogador desistir da luta.
- Duração máxima de cada luta: 30 segundos.
- Em cada rodada, duas equipes iniciam os combates e um juiz designado na terceira equipe faz a arbitragem, que analisará se um dos objetivos foi alcançado, de forma similar a um juiz de lutas esportivizadas. O papel do juiz será o de cronometrar o tempo das lutas, verificar quando um dos objetivos for alcançado e assegurar o cumprimento geral das regras estabelecidas.
- Cada rodada terá três lutas e a equipe vencedora permanece para a próxima.

3. c) A reclusão e os rituais no *huka-huka* desempenham um papel fundamental no preparo dos lutadores, indo além do treinamento físico para incluir aspectos espirituais e sociais. Durante a reclusão, os jovens são submetidos a uma série de práticas que visam fortalecer não apenas o corpo, mas também a mente e a alma, preparando-os para a vida em sociedade e para o combate. Diferentemente de muitas artes marciais e esportes de combate ocidentais, em que o foco é predominantemente no aprimoramento técnico e físico, o *huka-huka* envolve uma dimensão espiritual profunda, para que o praticante esteja em harmonia com os elementos naturais e as tradições de sua comunidade.

5 **Depois de ter participado do *huka-huka*, organize-se com os colegas e o professor em uma roda de conversa e debatam as questões a seguir.**

a) Como você se sentiu ao participar da vivência do *huka-huka*? Quais emoções e sensações surgiram durante a prática? **5. a)** Respostas pessoais.

Não escreva no livro.

5. b) Incentive a turma a identificar características comuns a outras lutas de agarre, como derrubar o oponente e o uso do desequilíbrio do adversário.

b) Em que aspectos a vivência do *huka-huka* se assemelha a outras práticas corporais que você já experimentou ou difere delas, como esportes ou outras lutas?

c) A interação entre os participantes foi tranquila ou houve conflitos? Se houve conflitos, como foram solucionados? **5. c)** Respostas pessoais.

#ficaadica

Ao avaliar a experimentação, você e os colegas podem rever atitudes e compreensões sobre a prática corporal tematizada.

2ª PARADA

Judô no Brasil

Nesta parada, você vai aprofundar seus conhecimentos sobre o judô, uma arte marcial trazida ao Brasil por imigrantes japoneses. Além disso, terá a oportunidade de refletir sobre processos histórico-culturais, valores e contradições que permeiam essa prática corporal desde sua origem até os dias de hoje. Vai exercitar seu pensamento crítico e discutir como a Cultura Corporal de Movimento pode representar um vetor de promoção da cultura de paz, da justiça social e dos direitos humanos. Você também vai fruir e experimentar gestos e movimentos do judô, refletindo sobre ética e respeito em situações de oposição, além de analisar o papel de organizações internacionais na promoção da cultura de paz e dos direitos humanos.

Converse com seus colegas e o professor sobre as questões que seguem. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

1 **O que você sabe sobre o judô? De onde essa prática corporal vem, como chegou ao Brasil e qual é a sua importância para a cultura originária e para o nosso país?**

1. Respostas pessoais.

2 **Você já praticou ou conhece pessoas e espaços em sua comunidade nos quais o judô ou outras artes marciais são praticadas? Em sua opinião, que motivos levam as pessoas a se envolver com essa prática corporal?**

2. Respostas pessoais.

3 **Você sabia que o judô não é apenas uma arte marcial, mas também um dos primeiros esportes de combate a ser incluído nos Jogos Olímpicos? Como você acha que ele passou a ser considerado um esporte e que impactos isso tem em sua prática?**

3. Respostas pessoais.

4 **Em sua opinião, assim como as técnicas de combate, os elementos gestuais dos praticantes de judô devem ser ensinados para garantir o respeito e a não violência?** **4.** Por apresentar técnicas de combate com contato corporal, é fundamental que os praticantes adotem atitudes de respeito e cuidado com a integridade física dos colegas.

VALE VISITAR

Para saber mais sobre o judô na atualidade, consulte o canal de vídeos da Confederação Brasileira de Judô. Nesse canal, é possível acessar entrevistas, demonstrações, vídeos de competições de todas as categorias e *videocasts*. Disponível em: www.youtube.com/@BRASILJUDO. Acesso em: 23 set. 2024.

Agora leia os textos a seguir e, depois, converse com os colegas e o professor sobre as questões.

Texto 1

Com a chegada do Kasato Maru ao porto de Santos, em 1908, iniciou-se oficialmente o processo de imigração japonesa para o Brasil. As artes marciais, parte integrante da cultura japonesa, foram trazidas junto com esses primeiros imigrantes. O Brasil tornou-se o país com maior número de imigrantes japoneses, sendo São Paulo a maior comunidade de japoneses fora do Japão.

No início da década de 1930, foi fundada em São Paulo a Federação Brasileira de Judô e Kendô, a *Hakkoku Jûkendô Renmei*, também conhecida simplesmente como Jukendô, cujo objetivo era unir, coordenar e promover o judô e o kendô no Brasil.

Os fundadores e participantes desta organização foram, posteriormente, pioneiros em várias iniciativas durante o desenvolvimento do judô no Brasil como: a fundação da Federação Paulista de Judô e a fundação da Associação de Faixas Pretas da Kodokan no Brasil. No entanto, em 29 de janeiro de 1942, o DEOPS (Departamento de Estado de Ordem Política e Social) forçou o encerramento das atividades da entidade devido à entrada do Brasil na Segunda Guerra Mundial ao lado dos Aliados, momento em que foram proibidas as reuniões de cidadãos de países inimigos do Brasil.

6. A chegada dos imigrantes japoneses se relaciona com a abolição da escravatura no Brasil e à necessidade de mão de obra para as lavouras. No Japão, no início do século XX, houve um rápido crescimento populacional que levou a uma crise agrária, com muitas famílias rurais japonesas enfrentando dificuldades para se sustentar. A pobreza rural incentivou a busca por melhores condições de vida em outros países. O governo japonês, buscando aliviar a pressão sobre os recursos internos, incentivou

Antes de ser dissolvida, a organização cresceu exponencialmente desde sua criação e, em 1940, já havia mais de 120 atletas competindo entre os assentamentos da colônia japonesa. [...]

Adaptado de MAÇANEIRO, Gustavo Goulart Braga. *Desenvolvimento organizacional do judô brasileiro*. 2024. Dissertação (Mestrado em Estudos Socioculturais e Comportamentais da Educação Física e Esporte) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2024. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39136/tde-14052024-174041/en.php. Acesso em: 14 set. 2024.

Texto 2

5. O cultivo de práticas corporais da cultura originária dos imigrantes pode ser considerado uma conexão com a identidade e o pertencimento à nação japonesa, criando espaços de socialização e educação não formal para as novas gerações nascidas no Brasil. Aos poucos outros grupos étnicos que viviam no Brasil começaram a ser integrados à prática da modalidade.

a emigração como uma forma de resolver os problemas econômicos internos e, ao mesmo tempo, expandir a influência japonesa no exterior. Diversos acordos de emigração foram feitos com países como os Estados Unidos e Brasil. No entanto, a Lei de Imigração dos EUA de 1924 restringiu a entrada de imigrantes japoneses nesse país, levando o Japão a procurar novos destinos para seus cidadãos. O Brasil, com sua necessidade de mão de obra para

[...]

Nascido no Japão, o professor Sukeji Shibayama aprendeu judô em sua terra natal. Aos 24 anos, imigrou para o Brasil e, trabalhando numa lavoura, notou que a terra parecia rejeitar a violência aplicada com o cabo da enxada. Mas notou que acontecia o inverso quando se esquecia de si e formava apenas um corpo com o instrumento, acompanhando o movimento da enxada. Ao fazer isso, percebeu que o esforço necessário era mínimo. A enxada parecia obedecer-lhe sem que precisasse aplicar muita força. Então, pôde compreender o sentido do *kuzushi* (desequilíbrio), essência das técnicas do judô que utiliza o movimento de deslocamento do adversário unido ao movimento do próprio judoca, resultando num dispêndio de força bem menor.

as plantações de café, tornou-se uma alternativa atraente. A crescente demanda brasileira por trabalhadores agrícolas coincidiu com os interesses japoneses em expandir sua influência global e estabelecer colônias de japoneses no exterior. Com isso, o Japão e o Brasil

A partir disso, Shibayama compreendeu o verdadeiro significado do respeito e da não violência. Assim, decidiu fundar uma escola e recomeçar os treinos de judô [...].

estabeleceram acordos que facilitaram o fluxo de imigrantes. Entre 1908 e 1941, mais de 190 mil japoneses imigraram para o Brasil, consolidando a presença japonesa no país.

LEMOS, Isabela. Associação de Judô Kenshin, o dojô pioneiro da 7ª Delegacia Regional Sudeste. Federação Paulista De Judô, Osasco, 14 jun. 2020. Disponível em: https://fpj.com.br/associacao-de-judo-kenshin-o-dojo-pioneiro-da-7a-delegacia-regional-sudeste/. Acesso em: 23 set. 2024.

5 **De que forma a presença de comunidades japonesas no Brasil, como descrita nos textos, pode ter influenciado o surgimento e o desenvolvimento do judô no país?**

6 **Quais fenômenos históricos e políticos permearam a chegada do judô ao Brasil?**

7 **Como a chegada dos imigrantes japoneses, especialmente aqueles que trabalharam nas lavouras, pode ter contribuído para o desenvolvimento do judô no Brasil? Em sua opinião, o que pode ter motivado os imigrantes a organizar práticas da modalidade?** **7.** A experiência difícil de trabalho nas lavouras incentivou os imigrantes a manter práticas culturais como o judô, como forma de preservar suas tradições, promovendo a coesão social entre os imigrantes e o ensino de valores da cultura japonesa. Essa questão é importante para que os estudantes percebam como o judô não era apenas um esporte, mas uma forma de resistência cultural e preservação das tradições em um contexto adverso.

8 **Em sua opinião, qual é a relação entre o conceito de *kuzushi* (desequilíbrio) e os valores de respeito e não violência no judô?** **8.** O conceito de *kuzushi*, que envolve usar o movimento do oponente para desequilibrá-lo sem o uso excessivo de força, representa o respeito do praticante do judô em relação a seu oponente, pois há uso de técnica em vez da força bruta.

9 **Em sua opinião, que mudanças podem ser observadas em relação à diversidade dos praticantes de judô? O que essas mudanças revelam sobre a evolução da prática do judô no Brasil e sua relação com diferentes grupos sociais e étnicos?** **9.** Espera-se que os estudantes identifiquem que, inicialmente, o judô era praticado por uma maioria de origem japonesa, refletindo a exclusividade da prática para a comunidade nipônica na época. Com o passar do tempo, houve uma maior diversidade étnica, com a inclusão de pessoas de diferentes origens, além da presença de mulheres e crianças praticantes de judô. Essa mudança reflete a popularização do judô no Brasil e sua abertura para diferentes grupos sociais e étnicos.

O judô é uma arte marcial, criada em 1882 por Jigoro Kano (1860-1938), um professor de Educação Física. Seus movimentos básicos são fundamentados no jiu-jitsu, luta milenar do Japão, diferenciando-se na ênfase do uso de técnicas não violentas, daí o nome que, em japonês, significa "caminho suave". Dessa maneira, por seus valores e procedimentos, tornou-se, desde o final do século XIX, uma atividade escolar e pública no Japão, país no qual é considerado esporte nacional.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Jigoro Kano foi um educador e fundador do judô, uma das primeiras artes marciais japonesas a ganhar reconhecimento internacional. Nascido em Mikage, Japão, ele começou a estudar jiu-jítsu na adolescência, mas percebeu a necessidade de criar uma prática mais acessível e educativa. Em 1882, fundou o Kodokan, o primeiro *dojo* de judô. Kano também foi um pioneiro no esporte internacional, sendo o primeiro asiático a integrar o Comitê Olímpico Internacional. Suas inovações, como o sistema de faixas para classificar os praticantes, ajudaram a moldar o judô moderno.

Coleção Particular/CC0. Fotografia: ID/BR

O educador Jigoro Kano.

Não escreva no livro.

VALE VISITAR

Para saber mais sobre a história de Jigoro Kano, ouça:

- RÁDIO NACIONAL. Há 161 anos nascia Jigoro Kano, o pai do judô. Brasília, 28 out. 2021. Disponível em: https://agenciabrasil.ebc.com.br/radioagencia-nacional/esportes/audio/2021-10/ha-161-anos-nascia-jigoro-kano-o-pai-do-judo. Acesso em: 14 set. 2024.

Aos poucos, a prática das lutas e artes marciais de origem oriental foi estendida a outros grupos de brasileiros, como as mulheres negras, cuja pioneira é Soraia André (1964-).

Soraia André iniciou sua trajetória no judô em 1976, ainda na ditadura militar, quando as artes marciais eram proibidas para mulheres no Brasil. Ela começou a treinar com uma equipe de judocas japonesas, buscando adaptar-se à cultura delas.

Atletas contemporâneas, como Rafaela Silva (1992-), medalha de ouro em 2016 no Rio de Janeiro, e Beatriz Souza (1998-), medalhista de ouro em Paris em 2024, em entrevistas sobre suas trajetórias, também relatam experiências de racismo e discriminação de gênero.

Everton Monteiro/Acervo do fotógrafo

Soraia André em foto de 2024.

Celso Pupo/Shutterstock.com/ID/BR

Sumiya Dorjsuren, atleta da Mongólia, e Rafaela Silva, do Brasil, disputando a medalha de ouro do judô para mulheres nos Jogos Olímpicos de 2016, no Rio de Janeiro.

Rafaela Silva nasceu e cresceu na Cidade de Deus, uma comunidade do Rio de Janeiro. Começou a fazer aulas de judô no Instituto Reação, fundado pelo ex-judoca Flávio Canto. Em 2008, ela ganhou uma etapa da Copa do Mundo de Judô e se tornou campeã mundial júnior. Em 2011, conquistou a medalha de prata nos Jogos Pan-Americanos de Guadalajara e foi vice-campeã mundial adulta em Paris, aos 19 anos. Nos Jogos Olímpicos de Londres, em 2012, foi desclassificada por ter aplicado um golpe considerado ilegal. Em 2013, entrou para a história ao se tornar a primeira judoca brasileira campeã mundial. Em 2016, nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, conquistou a medalha de ouro na categoria até 57 kg.

Beatriz Souza nasceu na cidade de Itariri, em São Paulo, mas foi criada em Peruíbe, no mesmo estado. Beatriz foi influenciada pelo pai, ex-judoca. Seu envolvimento com o judô começou ainda na infância, quando, aos sete anos, conquistou sua primeira medalha pela Associação Budokan de Peruíbe. Aos 15 anos, mudou-se para São Paulo, onde iniciou seu treinamento na Sociedade Esportiva Palmeiras e depois no Esporte Clube Pinheiros, consolidando-se como uma das principais promessas do judô brasileiro. Em 2017, venceu o Campeonato Pan-Americano Sênior no Panamá. Nos anos seguintes, acumulou conquistas importantes. Em 2022, garantiu a medalha de prata no Campeonato Mundial de Judô e, em 2023, levou o bronze no mesmo torneio. Também em 2023, conquistou o bronze nos Jogos Pan-Americanos. Em 2024, ganhou a medalha de ouro nos Jogos Olímpicos de Paris, além da medalha de bronze na disputa por equipes.

David Ramos/Getty Images

A judoca Beatriz Souza, medalhista de ouro nos Jogos Olímpicos de 2024, em Paris.

Essas atletas enfrentaram racismo tanto dentro quanto fora dos tatames, sendo submetidas a comentários depreciativos sobre sua aparência física, além de ataques na internet e dificuldade em conseguir patrocínio.

VALE VISITAR

- Leia um artigo que traz uma entrevista com a ex-atleta de judô Soraia André:
  FARIAS, Cláudia Maria de. Soraia André: a luta dentro e fora dos tatames para a (re)construção de si. *Canoa do Tempo, Manaus*, v. 14, 2022. Disponível em: https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/Canoa_do_Tempo/article/view/10776/8231. Acesso em: 23 set. 2024.
- Neste *podcast*, você pode escutar Soraia André falando de sua trajetória e dos desafios que enfrentou na carreira:
  JUDOCAST Brasil: racismo no judô. [Locução de:] Galileu Paolo e Luiz Pavani. [*S. l.*]: Spotify, nov. 2021. *Podcast*. Disponível em: https://open.spotify.com/episode/5eFmQBJPA3JOdrdbgR9kxv?si=0LpfTnldQwOlUdSOAdJM1w. Acesso em: 23 set. 2024.

Organize um momento para a escuta do *podcast*, chamando a atenção para seu formato, pois esse gênero será enfocado na produção final do capítulo, descrita na seção *Desembarque*.

10 **Agora que você já aprofundou seus conhecimentos sobre o judô e sua relação com a imigração japonesa para o Brasil, vamos praticar uma técnica de queda, considerada o primeiro fundamento do judô a ser ensinado, tanto por questões de segurança dos praticantes como por princípios filosóficos.**

Praticando *ukemi* *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Como fazer

- Organize tatames, colchões ou colchonetes para criar um espaço seguro para a experimentação.
- Experimente os movimentos de acordo com seus limites e sempre garantindo a segurança.
- Você vai praticar um passo a passo, desde a posição sentada até a posição em pé, para experimentar a forma segura de realizar a queda para trás com um rolamento.
- Em todos os movimentos para trás, as costas e as mãos ajudam a amortecer a queda, para evitar um contato mais forte com o solo.

***Ushiro-ukemi* – Queda para trás**

- Comece na posição deitada, com o rosto para cima (decúbito dorsal) e as pernas unidas.
- Eleve o tronco com as mãos cruzadas à frente do peito, realizando um balanço do corpo à frente. No retorno, garanta que os braços amorteçam a queda batendo ambas as mãos no chão e mantendo a cabeça sem tocar o solo. Uma dica é aproximar o queixo do peito.
- Após perceber como amortecer esse balanço à frente, inicie da posição sentada, pernas estendidas à frente, braços idem e tronco ereto.

Hannah Nader/ID/BR

Ushiro-ukemi a partir do agachamento.

- Deixe o corpo cair para trás, elevando as pernas unidas, amortecendo a queda com os braços ao lado do corpo e a cabeça elevada, do mesmo modo da experimentação anterior.
- Aos poucos, e de acordo com suas capacidades, aumente a distância da queda para trás, partindo da posição agachada e depois da posição em pé. Lembre-se de que o objetivo é fazer um rolamento do corpo e não uma queda abrupta para trás.
- Ao atingir o último passo do *ushiro-ukemi* na posição em pé, faça-o de forma bem lenta, agachando, sentando e deitando, sempre garantindo a proteção da cabeça.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

As artes marciais orientais, especialmente as japonesas, são conhecidas por promoverem disciplina e educação. Suas origens estão ligadas aos combates em guerras, nas quais povos e civilizações se organizavam para obter sucesso militar. O treinamento dos guerreiros era uma combinação de técnicas de combate e princípios filosóficos que ajudavam a manter a lealdade e a subordinação dos indivíduos dentro de uma hierarquia. No Japão medieval, os samurais, conhecidos como "aqueles que servem", desempenhavam um papel central, seguindo códigos de conduta baseados em filosofias como o budismo, confucionismo e taoísmo. Esses códigos não apenas educavam os samurais, mas também ajudavam a manter o controle social e a subordinação das classes populares. Com o declínio do sistema feudal e o surgimento do período Meiji, o Japão passou por uma transformação econômica e social, o que fez com que os samurais perdessem sua função original. Nesse contexto, o governo japonês adotou a filosofia do "Bushido" (caminho do guerreiro) para fortalecer uma identidade nacional e projetar uma imagem positiva para as nações ocidentais. Durante o período Meiji, esses valores foram amplamente divulgados internacionalmente, com o objetivo de mostrar ao mundo uma nação organizada e moralmente elevada, capaz de se destacar no cenário global.

Adaptado de MEDEIROS, Leandro. *Lutas com agarre e desenvolvimento de competências socioemocionais em adolescentes*: ações didáticas para aulas de educação física escolar. 2024. Dissertação (Mestrado profissional em Educação Física), Universidade Estadual Paulista – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro Disponível em: https://repositorio.unesp.br/items/0ff41771-40c1-4dea-bb78-d8778eb5b5ec. Acesso em: 23 set. 2024.

Não escreva no livro.

Os valores do judô

Observe o diagrama a seguir.

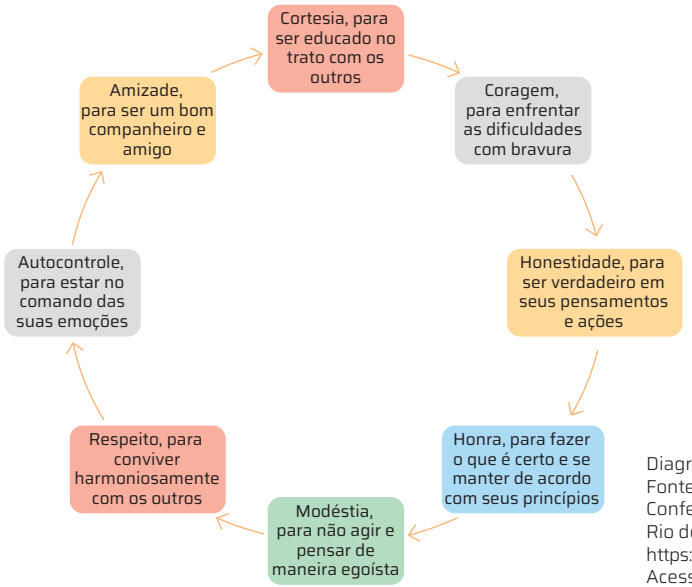


Diagrama com os valores do judô.
Fonte: HISTÓRIA DO JUDÔ. Confederação Brasileira de Judô (CBJ), Rio de Janeiro, [20--]. Disponível em: https://cbj.com.br/pt/cbj/institucional. Acesso em: 11 set. 2024.

Agora, leia o texto a seguir.

Constituição Federal

Art. 3º Constituem objetivos fundamentais da República Federativa do Brasil:

I - construir uma sociedade livre, justa e solidária;

II - garantir o desenvolvimento nacional;

III - erradicar a pobreza e a marginalização e reduzir as desigualdades sociais e regionais;

IV - promover o bem de todos, sem preconceitos de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação.

[...]

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes:

I - homens e mulheres são iguais em direitos e obrigações, nos termos desta Constituição;

II - ninguém será obrigado a fazer ou deixar de fazer alguma coisa senão em virtude de lei;

III - ninguém será submetido a tortura nem a tratamento desumano ou degradante;

[...]

BRASIL. [Constituição (1988)]. *Constituição da República Federativa do Brasil*. Brasília, DF: Presidência da República, [2023]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 14 set. 2024.

Com base no diagrama e no texto, responda às questões a seguir no caderno.

11 **A Constituição Federal estabelece uma série de objetivos e direitos. Considerando esses valores do judô, como eles podem ajudar na construção de uma sociedade solidária e justa?**

11. Os valores do judô, como cortesia, respeito e amizade, incentivam a convivência harmoniosa e a empatia entre as pessoas. Ao praticar esses valores, pode-se promover um ambiente mais solidário e respeitoso, alinhado com o objetivo constitucional de construir uma sociedade livre de discriminações e preconceitos.

12 **Como os objetivos e princípios constitucionais e os valores do judô podem ser ferramentas de combate ao racismo contra atletas negras que você conheceu nesta parada?**

12. Os valores do judô e os princípios e objetivos constitucionais podem ser utilizados para reforçar o racismo como um comportamento a ser combatido no esporte.

13 **Quais valores do judô podem estar relacionados com os direitos garantidos no artigo 5º da Constituição, que afirma a igualdade entre homens e mulheres e proíbe tratamentos desumanos? Explique como esses valores podem ser aplicados no dia a dia.**

13. Os princípios respeito, cortesia e honra estão diretamente ligados à igualdade e à dignidade humana asseguradas pela Constituição. Esses valores promovem o tratamento justo e equitativo entre homens e mulheres e o respeito mútuo, evitando qualquer forma de tratamento degradante ou discriminatório.

14 **O judô enfatiza a importância de valores como coragem, honestidade e autocontrole. Como esses valores podem ser usados para enfrentar os desafios sociais descritos nos objetivos fundamentais da Constituição, como a erradicação da pobreza e a redução das desigualdades?**

14. Esses valores motivam ações responsáveis e comprometidas com a justiça social e o bem coletivo.

Não escreva no livro.

15. Esses valores promovem o respeito às diferenças e a solidariedade, essenciais para uma convivência pacífica e para garantir que todos tenham seus direitos respeitados.

15 **Ao comparar os valores do judô com os princípios constitucionais, como a cortesia, o respeito e a amizade podem promover um ambiente de convivência harmoniosa e o cumprimento dos direitos previstos na Constituição?**

16 **Agora, vamos experimentar duas técnicas muito utilizadas na prática do judô.**

Técnicas do judô *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

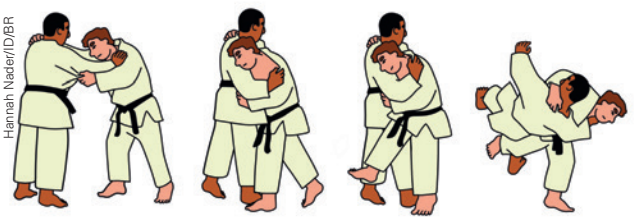
- Combine com o professor e os colegas de se vestirem com camisetas ou casacos com mangas compridas no dia escolhido para praticar as técnicas de judô.
- Primeiro você vai experimentar a técnica de agarre na vestimenta, chamado de *kumi-kata*. Trata-se de segurar seu parceiro firmemente pela manga da vestimenta para praticar o judô.
- Em duplas, posicionem-se frente a frente e unam os braços de modo que possam tentar fazer com que o oponente encoste os cotovelos na cintura, ao mesmo tempo em que se evita que o colega force seus cotovelos na sua cintura. O ataque e a defesa devem ser simultâneos, com ambos buscando alcançar o objetivo da disputa.
- Garanta que a disputa seja respeitosa.
- Em seguida, posicionem-se frente a frente, mas em plano baixo, próximos ao solo, sempre sobre colchonetes, tatame ou EVAs. Experimente utilizar o *kumi-kata* para colocar as costas do oponente no chão. Não há preocupação com a técnica, mas com a exploração de estratégias para a solução do desafio de medir forças e gerar movimentos de desequilíbrio.

maRRitch/Shutterstock.com/ID/BR

Kumi-kata, técnica de agarre.

***O-soto-gari* – grande varrida por fora**

- Agora você vai aplicar o *kumi-kata* em movimento do judô.
- Frente a frente com um colega, utilize o movimento de desequilíbrio no oponente, "varrendo" sua perna por fora. A ideia é apenas simular e não aplicar o golpe no colega. Sintam o efeito da "varrida" e retomem os movimentos de queda explorados anteriormente.
- Utiliza-se o *kumi-kata* como parte do processo de desequilíbrio, que é feito com uma perna à frente, colocada por trás do oponente, na altura da sua coxa. Usa-se o próprio peso na direção do colega, no sentido do seu desequilíbrio.



Hannah Nader/ID/BR

O-soto-gari.

Outras questões envolvendo o judô

Embora em sua origem o judô seja fundamentado em valores de respeito e não violência, ao longo de sua evolução como esporte de combate, observam-se questões a serem enfrentadas, como a violência e o abuso infantil nos treinamentos.

A violação de direitos fundamentais das crianças e dos adolescentes levou a Human Rights Watch a produzir um relatório com base em entrevistas com crianças e adolescentes para denunciar a violência na iniciação e no treinamento do judô. A Human Rights Watch é uma organização internacional, não governamental e sem fins lucrativos, dedicada à defesa dos direitos humanos. Fundada em 1978, realiza investigações detalhadas sobre violações desses direitos e publica relatórios imparciais para sensibilizar o público e influenciar políticas públicas. Sua equipe inclui advogados, jornalistas e especialistas de várias origens.

Leia o texto e discuta as questões com o professor e os colegas.

Texto 1

Crianças forçadas a perder peso, levadas até seus limites nos treinamentos ou que sofrem castigos corporais: escândalos sucessivos sobre violência contra jovens atletas mancham a imagem do judô japonês, provocando uma crise no esporte no país. A situação tomou um rumo tão preocupante que a Federação Japonesa de Judô cancelou neste ano seu prestigioso torneio nacional para crianças de 10 a 12 anos, explicando que, como a mente e o corpo das crianças ainda estão se desenvolvendo, a competição seria pesada demais para elas.

O problema não é novo, já que existe uma associação japonesa de vítimas do judô que contabiliza 121 mortes atribuídas à prática do esporte nas escolas entre 1983 e 2016, mas sua amplitude atual o colocou em evidência.

Não escreva no livro.

[...] O número de judocas licenciados no Japão caiu quase pela metade desde 2004, para cerca de 120 mil, segundo a federação. E essa queda afeta principalmente as crianças.

[...] Diferentes técnicas perigosas para suas idades também são ensinadas e os treinamentos intensos aumentam os riscos de lesões e causam Síndrome de Burnout nos alunos. Além disso, alguns pais e treinadores recorrem a castigos corporais. [...]

MCKIRDY, Andrew. Judô japonês vive crise existencial após maus tratos a jovens e crianças. *Terra*. São Paulo, 23 jun. 2022. Disponível em: https://www.terra.com.br/esportes/lutas/judo-japones-vive-crise-existencial-apos-maus-tratos-a-jovens-e-criancas,df941596aed95b41b6e016742fddb99716jxu8lp.html?utm_source=clipboard. Acesso em: 24 set. 2024.

17 Após a leitura do texto, responda no caderno às questões a seguir.

a) Que contradições existem entre práticas abusivas nos treinamentos de jovens atletas e os valores originários do judô?

b) O texto menciona que o número de judocas licenciados no Japão havia caído quase pela metade desde 2004, especialmente entre as crianças. Quais fatores apresentados no texto podem explicar essa queda?

17. b) A queda no número de praticantes pode ser explicada pelas práticas abusivas e pelos métodos de treinamento inadequados. Essas práticas causam danos físicos e psicológicos, afastando as crianças do esporte.

17. a) É contraditório porque o judô, em sua essência, promove o respeito mútuo e a disciplina, valorizando o equilíbrio físico e mental. Práticas abusivas violam esses princípios, transformando uma atividade formativa em algo prejudicial.

As artes marciais e as produções culturais

As artes marciais originárias do Japão também foram disseminadas no mundo por meio de produções culturais como filmes, desenhos animados e documentários, além de jogos eletrônicos e quadrinhos.

18 Que tal fazer uma pesquisa sobre o assunto? *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Lutas e artes marciais nas produções culturais

Como fazer

- Nesta atividade, você vai explorar como as lutas e artes marciais de origem oriental aparecem em desenhos animados, filmes, séries, quadrinhos e outras produções culturais que circulam no Brasil, para refletir sobre os valores e as características dos personagens, além de experimentar de forma criativa gestos e movimentos de lutas. A atividade vai acontecer em duas etapas.

Etapa 1

- Formem grupos com quatro ou cinco integrantes. Esses grupos serão mantidos durante toda a atividade.
- Façam uma lista de três ou quatro produções culturais como filmes, séries, desenhos animados, quadrinhos, etc. que apresentam protagonistas que praticam lutas e artes marciais. Observe essas produções e organize as informações em uma tabela como a seguinte:

PRODUÇÃO CULTURAL	PERSONAGEM PROTAGONISTA	VALORES E HABILIDADES DA PERSONAGEM PROTAGONISTA	MOVIMENTOS DE LUTA QUE REALIZA
////////////////////////////	////////////////////////////////	//	//////////////////////////////////

- Após registrar as informações, conversem em grupo sobre pontos comuns entre os personagens das diferentes produções. Avalie quantos são homens ou mulheres e qual é a origem e nacionalidade de cada um deles. Conversem também sobre os valores que são propagados nessas produções e se vocês concordam com eles.

Etapa 2

- Explorem cenas dessas produções e, em grupo, escolham uma para apresentar uma encenação para a turma. Observem os gestos e os movimentos das personagens e a presença de objetos como espadas, escudos, roupas específicas e demais acessórios.
- Caso a cena inclua objetos como espadas, escudos, vestimentas ou capas, vocês podem usar jornais antigos, fita adesiva e outros materiais disponíveis para criar esses acessórios.
- Pratiquem a cena, com adaptações para garantir que todos os integrantes do grupo possam participar.
- Organizem o momento de realizar a apresentação do seu grupo e de assistir às demais encenações da turma.
- Após a apresentação do grupo, compartilhem com a turma os motivos pelos quais vocês a escolheram, que valores vocês identificaram nela, que questões das personagens e da situação representada gostariam de debater.
- Durante as apresentações dos outros grupos, anote no caderno o nome da produção, os gestos observados (como chutes, esquivas, giros) e os valores e habilidades das personagens protagonistas.

Prática de pesquisa – estudos de recepção

Com base nos vídeos selecionados, você vai experimentar uma prática de pesquisa: os estudos de recepção.

É comum haver, no senso comum, a associação entre assistir a filmes, desenhos, jogos e séries que retratam lutas e artes marciais e o incentivo a comportamentos violentos entre os jovens. No entanto, tais comentários não consideram que a forma como cada indivíduo recebe e interpreta esses conteúdos varia dependendo de contexto sociocultural, histórico e pessoal. Os Estudos de Recepção são uma área de pesquisa que investiga como diferentes públicos recebem e interpretam mensagens midiáticas e culturais. Ao contrário de abordagens que priorizam a produção ou o conteúdo da mensagem, essa linha de estudo coloca o receptor no centro da análise para compreender como as mensagens são decodificadas por ele. Em vez de ver os jovens como receptores passivos, esses estudos destacam o papel ativo do público na ressignificação dos conteúdos, ajudando a entender se e como esses produtos culturais realmente influenciam ou não comportamentos violentos. Com essa prática de pesquisa, você pode refletir e se posicionar com base em evidências.

19 **Agora, você vai explorar conhecimentos sobre pesquisa de recepção.**

Pesquisa de recepção *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

- Em grupos, a turma vai analisar como diferentes grupos socioculturais interpretam produtos midiáticos que retratam lutas e artes marciais de origem oriental, como judô, caratê, *kung fu* e aikidô, e discutir suas ressignificações no contexto das culturas de origem e no entretenimento.
- Dividam-se em grupos de modo que cada um escolha um produto cultural para ser analisado.
- Selecionem um exemplo de produto midiático que envolva artes marciais de origem oriental. Pode ser filme, série, quadrinhos ou jogo eletrônico. Escolham produtos amplamente conhecidos.
- Selecionem dois grupos socioculturais distintos para participar da pesquisa. Eles podem incluir estudantes, praticantes de artes marciais, entusiastas de esportes ou pessoas que têm pouco contato com essas práticas. A ideia é comparar como diferentes grupos reagem a um mesmo produto e o interpretam. Garantam que as pessoas que participarem da pesquisa conheçam e tenham assistido ao produto cultural escolhido.
- Elaborem um questionário para coletar os dados, conforme exemplo a seguir.

Idade: ////////////////////////// Gênero: ////////////////////////// Grupo sociocultural: //////////////////////

1. Você pratica alguma arte marcial? Se sim, qual? //
2. Com que frequência você consome filmes, séries ou jogos com lutas e artes marciais?
   (///) Diariamente (///) Semanalmente (///) Mensalmente (///) Raramente (///) Nunca
3. Qual é o seu nível de escolaridade? (///) Fundamental (///) Médio (///) Superior
4. Como você se sente ao assistir a filmes, séries, desenhos ou jogar videogames que apresentam lutas e artes marciais? (///) Inspirado (///) Entretido (///) Indiferente (///) Incomodado
   Explique brevemente por quê: //
5. Você já tentou reproduzir algum movimento de luta ou técnica que viu nesses produtos? (///) Sim (///) Não
   Se sim, como e onde: //
6. Em sua opinião, esses conteúdos influenciam seu comportamento ou o de seus amigos?
   (///) Sim, positivamente (///) Sim, negativamente (///) Não percebi influência
   Explique: //
7. Em sua opinião, assistir a conteúdos com lutas e artes marciais pode incentivar a violência?
   (///) Sim (///) Não (///) Depende
   Justifique sua resposta: //

- Comparem as respostas entre os grupos socioculturais, identificando semelhanças e diferenças nas interpretações. Analise como as variáveis socioculturais (idade, escolaridade, experiência com artes marciais) influenciam a recepção das mensagens.
- Conversem com a turma sobre os resultados observados.
- Finalizem a atividade com uma roda de conversa sobre como a indústria cultural pode influenciar a percepção das artes marciais orientais e como os estudos de recepção ajudam a entender as tensões entre o entretenimento e o respeito pelas tradições culturais.
- Você poderá organizar os dados da pesquisa para compor uma das produções em *podcast* a serem desenvolvidas na seção *Desembarque*.

Não escreva no livro.

3ª PARADA

1. d) A globalização tem um papel duplo na disseminação de esportes tradicionais como o beisebol. Por um lado, facilita a exportação de esportes por meio de mídias internacionais e intercâmbio cultural, permitindo que esportes de um país sejam conhecidos e praticados em outros. Por outro lado, pode também levar à homogeneização cultural, de modo que esportes com maior apoio midiático e comercial dominam, enquanto outros, menos promovidos, perdem espaço ou permanecem regionais. O beisebol, por exemplo, ganhou popularidade no Japão devido ao intercâmbio cultural e à influência estadunidense pós-Segunda Guerra Mundial, mas sua expansão global enfrenta limitações diante de outros esportes mais dominantes em certas regiões.

Beisebol: esporte nacional nos EUA

Você já ouviu falar em esportes de campo e taco? O beisebol, o softbol e o críquete são exemplos de modalidades que se inserem nesse tipo de esporte. Nesta parada, vamos conhecer o beisebol, modalidade esportiva que move multidões em diferentes extremos do planeta.

1. O beisebol representa culturas, identidades e expressões políticas. Sua história é marcada por sua adaptação e apropriação em diferentes contextos ao redor do mundo. O beisebol rapidamente se popularizou nos Estados Unidos, onde se tornou uma das práticas corporais mais emblemáticas, ganhando o status de "passatempo nacional".

1 **Os esportes de campo e taco se caracterizam por rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola, e, assim, somar pontos. Leia o texto sobre os elementos da manifestação cultural do beisebol nos Estados Unidos e converse com sua turma e professor sobre as questões propostas.**

O Beisebol é um esporte característico em algumas colônias inglesas, sendo considerado um dos esportes mais praticados nos Estados Unidos da América e o mais apreciado no Japão. O primeiro registro de uma partida foi na cidade de Beachhville, Ontário em 1838. Não se tem certeza das origens, mas ao que tudo indica, o esporte seria uma variação de outras modalidades britânicas que foram trazidas pelos imigrantes para a América do Norte, como o *cricket* e, principalmente, o *rounders*.

1. a) Esses esportes são um exemplo claro de como práticas culturais britânicas foram exportadas e adaptadas nas colônias. O beisebol, que surgiu como uma variação de jogos como o críquete, demonstra como as práticas culturais podem ser transformadas em novos contextos. No caso do críquete, ele ainda é popular em ex-colônias britânicas, como Índia e Austrália, enquanto o beisebol se popularizou principalmente nos Estados Unidos, Caribe e Japão, cada um adaptando o esporte às próprias tradições culturais.

[...]

Um dos critérios para que um esporte seja considerado olímpico é ter uma popularidade mundial específica. Segundo o COI, o esporte deve ser praticado pelos homens em pelo menos 75 países em quatro continentes, e pelas mulheres em pelo menos 40 países e três continentes. Essa diferença entre os homens e as mulheres se deve ao fato de a maioria dos atletas serem do sexo masculino. Porém, é importante ressaltar que mesmo que um esporte seja considerado olímpico, ele não estará necessariamente incluído no programa dos Jogos Olímpicos, já que existe uma limitação associada à organização adequada do evento.

1. b) O beisebol, como mencionado no texto, é um exemplo claro de esportivização das ex-colônias inglesas. Ele foi influenciado por esportes britânicos, como o críquete e o *rounders*, e adaptado pelas culturas locais, especialmente na América do Norte, se tornando um dos esportes mais populares nos Estados Unidos. Esse processo mostra como um esporte pode ser moldado e reconfigurado por diferentes culturas ao longo do tempo. A popularidade do beisebol em países como o Japão também demonstra a capacidade de adaptação e globalização das modalidades esportivas.

[...]

AMÂNCIO, Deborah *et al.* Beisebol e softbol: critérios para a reinserção nos Jogos Olímpicos de 2020, sobre a perspectiva da espetacularização e midiatização esportiva. *Arquivos de Ciências do Esporte*, v. 7, n. 2, p. 62-65, 2019. Disponível em https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/aces/article/view/3299/4546. Acesso em: 10 set 2024.

a) Como os esportes como o beisebol, o softbol e o críquete refletem as influências coloniais e a difusão cultural ao redor do mundo?

b) Como o beisebol reflete o processo de esportivização das antigas colônias inglesas e sua adaptação em diferentes culturas ao redor do mundo?

c) Quais fatores podem explicar por que o beisebol, apesar de sua popularidade em países específicos, não é amplamente praticado em outras regiões do mundo?

d) De que maneira a globalização influencia a popularidade e a prática de esportes tradicionais, como o beisebol, em diferentes culturas?

akg-images/Album/Fotoarena

Jogo de beisebol em um campo de prisioneiros de guerra em Salisbury, na Carolina do Norte, em 1863.

e) Considerando os critérios do Comitê Olímpico Internacional para a inclusão de esportes nos Jogos Olímpicos, como o beisebol se enquadra ou se diferencia de outros esportes de campo e taco em termos de popularidade global? **1. e)** O beisebol atende aos critérios de popularidade exigidos pelo COI, sendo amplamente praticado em várias regiões, especialmente nas Américas e no Leste Asiático. No entanto, apesar dessa popularidade, o beisebol foi excluído do programa olímpico após 2008 e só retornou em 2020 em Tóquio, devido à pressão local e ao forte interesse japonês. Isso mostra que, embora popular, o beisebol enfrenta desafios para se consolidar como um esporte global.

2 **Vivencie o jogo base quatro, uma adaptação do beisebol, e entenda a lógica desse esporte.**

1. c) A popularidade limitada do beisebol fora dos Estados Unidos, Japão e algumas outras regiões pode ser atribuída a diversos fatores, como a forte competição com outros esportes tradicionais em diferentes países (como o futebol na Europa e na América do Sul), a falta de infraestrutura para a prática do esporte e a ausência de uma tradição cultural em torno do beisebol em muitos lugares. Além disso, a difusão cultural do esporte também está ligada a históricos de colonização e influência americana, que não se estenderam a todos os continentes.

#ficaadica

A disputa é realizada por duas equipes. O objetivo da equipe que está atacando é converter seu rebatedor em um corredor para alcançar a base e oportunizar que os outros corredores avancem. A equipe defensora tem o objetivo de evitar que os jogadores que estão atacando se tornem corredores e impedir que estes avancem nas bases. Quando um rebatedor consegue correr por todas as bases, ele ganha um ponto.

Jogo base quatro *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

Material

- 1 bola de borracha
- 18 coletes (2 cores, 9 de cada)
- Apito
- Giz
- Caneta e papel

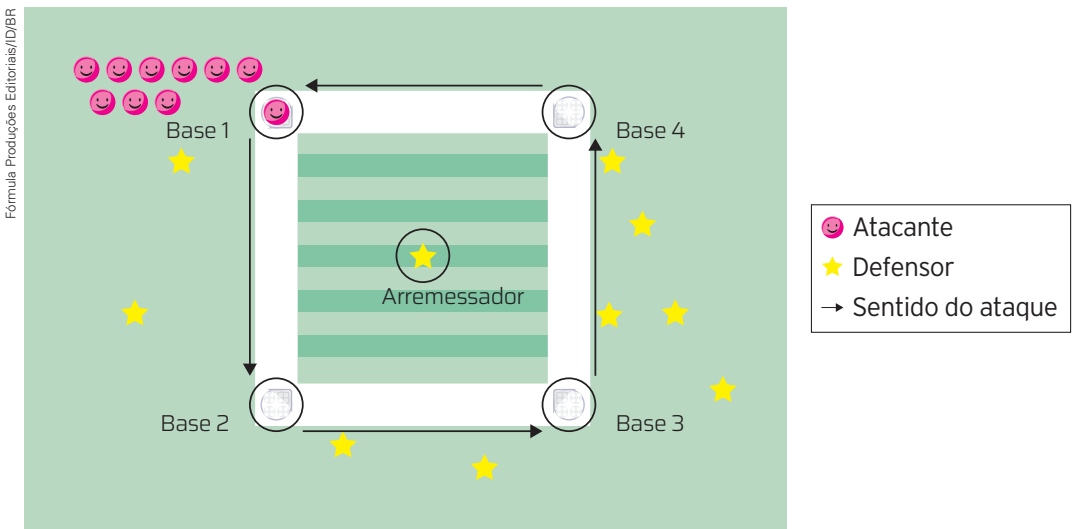
Como fazer

Preparação do espaço

- Na quadra ou espaço disponível, desenhe quatro circunferências nos quatro cantos do espaço e uma no meio, onde se inicia cada jogada e para onde a bola deve voltar para a finalização.
- Realize um aquecimento sob a orientação do professor

Passo a passo

- Divida a turma em 4 grupos com 8 a 10 participantes: A, B, C e D.
- Os grupos A e B iniciam o jogo, o grupo C se responsabiliza pela arbitragem e o grupo D pela observação das estratégias e atitudes dos jogadores. Ao longo das rodadas mudam-se as funções para que todos os grupos participem de todas as ações.
- Com a ajuda do professor, defina qual equipe – A ou B – iniciará no ataque e qual fará a defesa na primeira rodada.
- A equipe atacante deve se posicionar em fila no fundo da quadra.
- A equipe defensora escolhe um dos seus jogadores para ser o arremessador. Ele deve se posicionar no círculo central, de frente para onde está posicionado o primeiro jogador da equipe atacante (na Base 1 da ilustração).



- O arremessador lança a bola para o atacante, que deve chutá-la ou arremessá-la para longe, de modo que seja difícil para equipe defensora pegar.
- Após chutar ou arremessar a bola, o atacante tenta percorrer as quatro bases em sequência (2, 3, 4 e 1) e voltar ao círculo central antes que a equipe defensora retorne a bola à base central. Cada base alcançada representa um ponto para a equipe atacante.
- A equipe defensora precisa recuperar a bola o mais rápido possível e retorná-la à base central para impedir que o atacante complete o percurso. Se a bola chegar à base central antes que o atacante alcance pelo menos uma base, ele é eliminado.
- O próximo jogador da equipe atacante deve repetir o processo, tentando avançar pelas bases. Os jogadores que já estão nas bases podem continuar avançando conforme as jogadas seguintes.
- Após todos os atacantes participarem, as equipes trocam de posição: a defesa passa ao ataque e vice-versa. As equipes de arbitragem e observação, definidas no início do jogo, também devem alternar tarefas.
- Vence a equipe que acumular o maior número de pontos ao final das rodadas.

Não escreva no livro.

3. a) A experiência de Patrick Mesquita destaca como o beisebol nos Estados Unidos é mais do que apenas um jogo – é um espetáculo completo. A atmosfera em torno da partida inclui entretenimento, consumo de alimentos e bebidas, compras de *souvenirs* e atividades promocionais. O jogo em si parece secundário, enquanto o entretenimento e a interação com a mascote e o ambiente tornam-se a principal atração. Essa comercialização e a criação de uma experiência esportiva "familiar e divertida" mostram como o beisebol, nos EUA, é um produto cultural, profundamente envolvido na economia de consumo e no entretenimento de massa.

3 **Vamos conhecer o contexto do beisebol que o torna um espetáculo nos Estados Unidos. Leia o depoimento a seguir a respeito da experiência *in loco* do paulista Patrick Mesquita, que fez uma visita à casa do Chicago Cubs, e, depois, responda às questões que o seguem no caderno.**

[...]

É puro espetáculo: comida, compras e diversão fora do campo

3. b) O beisebol nos Estados Unidos é um exemplo claro de como o esporte pode ser mercantilizado, transformando-se em uma experiência consumível. A comercialização está presente na venda de *souvenirs*, alimentos, bebidas e nas atividades promocionais realizadas durante os jogos. A presença da mascote, as promoções e sorteios efetuados durante a partida são formas de engajar o público, mantendo-o conectado com o clube e incentivando o consumo. Isso reflete uma tendência de tratar o esporte como um produto cultural e comercial, em que a experiência no estádio é tão importante quanto o próprio jogo.

[...] "E o pessoal vai comprando souvenir, e compra mesmo."

"Não dá pra resistir, é muito louco. Porque o mascote do time é muito carismático, um ursinho. Você acaba comprando o urso, a camisa do time. Se você gosta do esporte, acaba se identificando com os times do lugar para onde você viaja."

"O ambiente bem familiar, bem mais divertido. Toda hora tem uma promoção, do tipo que sorteiam algo para a pessoa que está sentada em tal lugar, aí ela ganha alguma coisa. Toda hora eles fazem algo para promover, para você voltar em outros jogos. O torcedor é muito bem tratado."

"Tudo tira atenção, os torcedores brincando com mascote, a loja vendendo durante o jogo. O jogo acaba sendo o de menos. Ainda assim é legal acompanhar o jogo. Mas é uma experiência esportiva completa, tratada como espetáculo, como os americanos sabem fazer."

Três horas de diversão! No beisebol dos EUA, o jogo é o de menos. *Turista FC*, Rio de Janeiro, [20--]. Disponível em: https://www.turistafc.com.br/2015/08/20/tres-horas-de-diversao-no-beisebol-dos-eua-o-jogo-e-o-de-menos/. Acesso em: 24 set.

Brian Kersey/Getty Images

Mascote do Chicago Cubs, Clark, dá autógrafos para os fãs em Chicago, EUA, em 2014.

3. c) A forma como os estadunidenses tratam o beisebol como um espetáculo ensina sobre o poder do entretenimento e da experiência em torno do esporte, transformando-o em um evento cultural e social completo. No entanto, essa abordagem também pode ser criticada pelo excesso de mercantilização, em que o consumo e o lucro parecem se sobrepor à apreciação do esporte em si. Essa mercantilização pode alienar o público que busca a essência do esporte e pode levar a uma desigualdade de acesso, com os altos custos de ingressos e produtos limitando a participação de certos grupos.

a) O que a experiência de Patrick Mesquita, vivenciada no estádio do Chicago Cubs, revela sobre o beisebol estadunidense como espetáculo?

b) De que forma o beisebol nos Estados Unidos exemplifica a mercantilização do esporte?

c) O que podemos aprender com a forma como os estadunidenses tratam o beisebol como um espetáculo? Quais aspectos poderiam ser criticados?

d) Como a disseminação global do beisebol pode refletir dinâmicas de poder econômico e cultural?

e) Que críticas podem ser feitas ao consumo excessivo e à mercantilização das práticas esportivas, com base na experiência do beisebol?

3. d) A disseminação do beisebol ao redor do mundo reflete as dinâmicas de poder econômico e cultural, principalmente a influência dos Estados Unidos. A expansão da Major League Baseball (MLB) em mercados estrangeiros, como Japão, Caribe e América Latina, demonstra o impacto cultural e econômico que os EUA exercem sobre outras nações. Em muitos desses países, o beisebol representa oportunidades econômicas para jovens atletas, mas também pode reforçar dinâmicas de dependência econômica, em que as ligas internacionais competem em uma estrutura global dominada pelos EUA. Isso pode criar desigualdades no acesso a recursos e oportunidades dentro do esporte.

ENTRETENIMENTO A BORDO

3. e) A crítica principal ao consumo excessivo e à mercantilização das práticas esportivas, como visto no beisebol, está no fato de que o esporte se torna um produto de consumo, com a experiência do jogo muitas vezes sendo secundarizada em relação ao entretenimento e ao lucro. Isso pode levar à alienação de certos públicos, que não podem arcar com os altos custos associados à participação em eventos esportivos. Além disso, a ênfase no lucro pode obscurecer os valores educativos e comunitários que o esporte pode promover, como a inclusão social, o desenvolvimento físico e a cooperação.

Confira alguns filmes sobre beisebol:

- *Uma equipe muito especial* (1992, 2h8min), da diretora Penny Marshall: o filme conta a história de um grupo de mulheres tentando adentrar o universo do beisebol em uma época em que o esporte era praticado apenas por homens.

Columbia Pictures/ID/BR

Pôster do filme *Uma equipe muito especial*, de Penny Marshall.

- *O homem que mudou o jogo* (2012, 2h13min), dirigido por Bennett Miller: filme sobre a história de Billy Beane, pioneiro em utilizar análises numéricas dos jogadores para montar times vencedores de beisebol.

Columbia Pictures/ID/BR

Pôster do filme *O homem que mudou o jogo*, de Bennett Miller.

Não escreva no livro.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Uma pesquisa na área de comunicação apontou o crescimento da prática do beisebol em praças públicas do estado de Roraima em decorrência da presença de refugiados e migrantes venezuelanos, desde 2015. A pesquisa faz análise do discurso de reportagens para compreender o processo de interculturalidade, identidade e memória. As reportagens analisadas demonstram que o beisebol no Brasil é representado diferentemente em cada região do país. Em Alagoas, o beisebol não possui abrangência, não tem clube nem participa de torneios regionais. Já em São Paulo e Paraná, há times com técnicos qualificados e uma grande quantidade de jogadores que almejam participar da seleção brasileira.

Leia o texto na íntegra para entender melhor:

- GARCIA, Gabriela. Comunicação e interculturalidade: uma análise de como o beisebol é representado em reportagens televisivas. *Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação*. 20º Congresso de Ciências da Comunicação na Região Norte – Boa Vista/RR, 2023. Disponível em: https://sistemas.intercom.org.br/pdf/submissao/regional/8/05042023002325645325 2d33f54.pdf. Acesso em: 24 set. 2024.

BAGAGEM

Globalização, mercantilização e desigualdade social

A globalização do beisebol, assim como a de outros esportes, não está isenta de críticas. Um dos aspectos mais problemáticos envolve a desigualdade de recursos e de oportunidades entre os países com diferente poder econômico. Enquanto ligas como a Major League Baseball (MLB) desfrutam de imensos investimentos financeiros, com estádios de última geração e infraestrutura de ponta, muitos jogadores em países periféricos enfrentam condições precárias para treinar e competir. Em alguns casos, parte dos jogadores que conseguem se destacar na MLB vem de áreas economicamente vulneráveis, onde o beisebol é visto como uma oportunidade para escapar da pobreza. Esse fenômeno pode reforçar dinâmicas de exploração, com jovens atletas muitas vezes sendo tratados como mercadoria para o mercado esportivo internacional.

Outro ponto de crítica é a mercantilização excessiva do esporte, em que as práticas culturais e identitárias que o beisebol representa são muitas vezes diluídas em prol de interesses comerciais. A MLB, por exemplo, tornou-se uma potência econômica global, com impacto significativo na mídia, no entretenimento e no *marketing*, o que muitas vezes distancia o esporte de suas raízes comunitárias e culturais.

Além disso, a questão do *doping* é um problema recorrente no esporte de alto rendimento, incluindo o beisebol. As pressões para alcançar o sucesso e manter um desempenho de nível mundial podem levar os atletas a recorrerem a substâncias proibidas, colocando em risco sua saúde e a integridade da competição. Isso nos leva a refletir sobre o papel das ligas e organizações esportivas na criação de ambientes competitivos justos e seguros para os atletas.

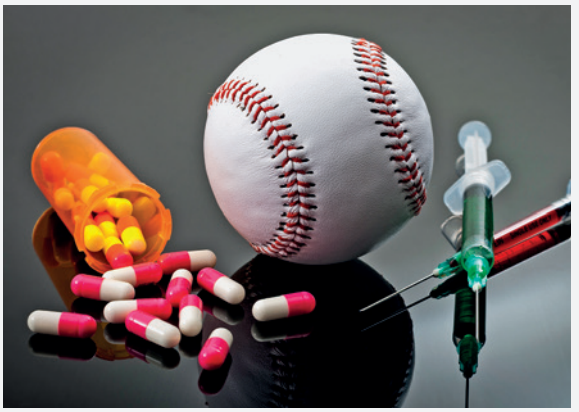
BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A MLB é uma das ligas esportivas mais lucrativas do mundo, figurando entre as três principais no relatório de receitas esportivas da *Forbes*, ao lado da NFL e NBA. O sucesso econômico da liga nos EUA contrasta com a realidade do beisebol no Brasil, onde a modalidade enfrenta desafios financeiros significativos, como a falta de patrocínios e de estrutura para a prática profissional. Essa disparidade reflete as diferenças na organização e no investimento entre os dois países.

O Brasil é signatário da Convenção Internacional contra o *Doping* no Esporte, da UNESCO, documento organizado para favorecer esforços internacionais de combate ao uso de drogas no esporte, incluindo a organização de campanhas educativas e de prevenção. Por isso, órgãos e autoridades esportivas no país desenvolvem ações de conscientização.

A busca pelos melhores resultados e o poderio econômico que envolve o esporte de alto rendimento fomentou a procura por caminhos muitas vezes ilícitos para a superação dos limites humanos. E o beisebol não ficou fora das modalidades que precisaram agir para combater o *doping*.

A MLB iniciou os testes *antidoping* em 2003, sem punir os atletas, apenas para quantificar quantos faziam uso de esteroides e outras drogas para o aumento do desempenho esportivo. Com o passar dos anos, foram instituídas punições ao *doping* na maior liga de beisebol do mundo.



Mousa81/Getty Images

São promovidos esforços internacionais contra o *doping* para garantir a integridade no esporte e a proteção aos atletas.

Ao utilizar substâncias e medicamentos que alteram, artificialmente, o rendimento esportivo, potencializando a capacidade física, os atletas comprometem gravemente sua saúde, podendo causar: hipertensão, câncer, anemia, ataques cardíacos, embolismo pulmonar, dependência química, entre outros distúrbios. Do mesmo modo, o consumo de drogas com objetivos recreativos traz sérias consequências para a saúde. A lista de substâncias proibidas é atualizada de tempos em tempos

Não escreva no livro.

pela Agência Mundial Antidoping (WADA, World Anti Doping Agency). Caso seja pego no exame *antidoping*, o atleta é suspenso das competições. Pesquisadores destacam, porém, que antes de julgar apenas o atleta pelo uso de *doping*, é necessário lembrar que, por trás dele, há uma equipe (médicos, fisiologistas, nutricionistas, preparadores físicos, etc.) que se beneficia de seu bom rendimento, pois o sucesso no esporte gera visibilidade, o que aumenta os patrocinadores e os investimentos. Mas, no fim, na maioria das vezes, apenas o atleta é punido.

O *doping* não está centralizado apenas no esporte de alto rendimento. A Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia aponta que, no Brasil, muitos adolescentes fazem uso, para praticar esportes ou realizar alguma atividade física, de algum tipo de hormônio sem orientação, movimentando uma indústria gigantesca de comercialização, muitas vezes ilegal, de substâncias potencialmente prejudiciais ao desenvolvimento saudável de indivíduos ainda em formação.

Acesse a publicação a seguir, faça a leitura e tome notas de conteúdos considerados relevantes para sua produção de *podcast* na seção *Desembarque*. Você pode relatar casos de punições recentemente publicados sobre uso de *doping*, que é um fenômeno que gera muitas questões polêmicas na Major League Baseball (MBL).

BRASIL. Ministério do Esporte. Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem. Efeitos colaterais da dopagem. [*S. l.*], 27 ago. 2020. Disponível em: https://www.gov.br/abcd/pt-br/composicao/atletas/efeitos-colaterais-da-dopagem. Acesso em: 24 set. 2024.

4ª PARADA

Explique que o objetivo da leitura é compreender melhor os efeitos do uso de drogas no desempenho físico. Esse trabalho poderá alimentar o conteúdo do *podcast* que será desenvolvido pelos estudantes como produção final.

Badminton: do continente asiático para o mundo

O *badminton* é o esporte de raquete mais praticado em todo o mundo, graças a sua popularidade em países como Tailândia, Índia, Cingapura e China. Essa modalidade conta com muitos adeptos nos países asiáticos e, apesar de ser um esporte antigo, ele entrou para o programa olímpico apenas em 1992, em Barcelona. No Brasil, sua prática tornou-se competitiva a partir de 1983 e a estreia do país nos Jogos Olímpicos foi em 2016, no Rio de Janeiro. O *badminton* paraolímpico, ou *parabadminton*, estreou nos Jogos Olímpicos de Tóquio, em 2021.

Na foto ao lado, estão as vencedoras do *badminton* individual dos Jogos Olímpicos de Paris, 2024. A coreana An Se-young (2002-) obteve a primeira medalha de ouro feminina individual da Coreia do Sul, seguida de He Bingjiao (1997-), da China, com a medalha de prata, e Gregoria Mariska (1999-), da Indonésia, com o bronze. Na foto, He Bingjiao segura um broche com a bandeira da Espanha, em homenagem a Carolina Marín (1993-), adversária favorita ao ouro que desistiu da competição após lesionar o joelho na partida da semifinal, o que permitiu a ida de He Bingjiao para a final.

Alex Pantling/Getty Images

Pódio do *badminton* nos Jogos Olímpicos de Paris, em 2024: An Se-young (ouro), He Bingjiao (prata) e Gregoria Mariska (bronze).

O *badminton* é extremamente popular na China. De acordo com os dados divulgados pelo General Administration of Sports of China, em 2023, há 250 milhões de jogadores amadores. O país tem uma longa história de sucesso nesse esporte, com muitos jogadores dominando os *rankings* mundiais e ganhando medalhas em competições internacionais. Os atletas chineses são conhecidos por sua dedicação e treinamento rigoroso. A China é considerada a grande potência do *badminton* mundial, sendo o país que ganhou a maioria das medalhas nos Jogos Olímpicos de Paris 2024.

Jade Gao/AFP/Getty Images

Centro Olímpico de Esportes de Hangzhou, na China, principal sede dos 19º Jogos Asiáticos. Foto de 2023.

1. a) O *badminton* é um esporte que reflete uma rica troca cultural. Originado do jogo indiano *poona game*, levado à Europa pelos britânicos, o esporte adquiriu características distintas ao longo do tempo, especialmente na Ásia, onde se tornou extremamente popular. Na China, por exemplo, o *badminton* é praticado por milhões de pessoas, refletindo uma dedicação histórica aos esportes de raquete e mostrando como a cultura local influencia o desenvolvimento de um esporte. Além disso, as raízes históricas do esporte em diferentes países, como Índia e Reino Unido, mostram como as trocas culturais moldaram a modalidade.

Segundo o Comitê Olímpico do Brasil, há registros de que os chineses praticavam um esporte com peteca, *jianzi*, há mais de dois mil anos. Inicialmente, a peteca era rebatida com os pés e, com o tempo, passou-se a utilizar uma espécie de raquete.

VALE VISITAR

Veja no vídeo "These two grandpas are truly masters of jianzi (shuttlecock)! Have you played this before?" como o *jianzi* é jogado.

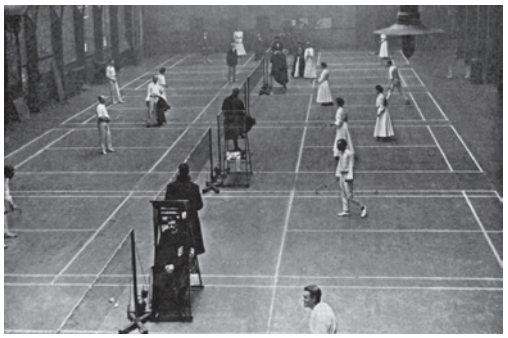
• Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=ZbSc_p_DWi4. Acesso em: 24 set. 2024.

O *badminton* é um esporte descendente do jogo indiano conhecido como *poona game*, que foi jogado pela primeira vez por dois soldados britânicos em uma fábrica de munições em Pune, na Índia. Por volta de 1867, os soldados adicionaram uma rede ao antigo jogo de *battledore* e assim o jogo de *poona* surgiu.

O jogo foi levado à Europa pelos soldados britânicos, onde adquiriu o nome e as características conhecidas nos dias de hoje. Foi no Reino Unido que o esporte se desenvolveu sob a orientação do Duque de Beaufort, da cidade de Badminton, onde era praticado pelos homens da aristocracia. Aos poucos popularizou-se em outras camadas sociais e foi permitido às mulheres.

O *badminton* é um esporte de rede que faz uso de raquetes e peteca.

Os competidores, em duplas ou individualmente, ficam em áreas divididas por uma rede. A quadra tem o comprimento de 13,4 metros e 5,18 metros de largura e o piso é feito de material antiderrapante. No *badminton*, o jogador deve rebater a peteca com o intuito de atingir o piso adversário da quadra ou levar o oponente a cometer um erro, para poder pontuar.



Look and Learn/Bridgeman Images/Fotoarena

Antigo Torneio da Associação de Badminton, em campeonato da Inglaterra, por volta de 1905.

1. b) Podemos aprender sobre a importância da disciplina, do treinamento rigoroso e da valorização das práticas esportivas. Na China, por exemplo, a popularidade do *badminton* revela uma forte cultura esportiva em que o esforço e a dedicação são valores muito respeitados. O sucesso internacional de atletas chineses no esporte é um reflexo da importância dada ao desenvolvimento esportivo desde a base, algo que pode nos inspirar a repensar o apoio ao esporte no Brasil, especialmente no que diz respeito ao investimento e à democratização do acesso às práticas esportivas.

1. d) O *badminton* é um exemplo de como um esporte pode se espalhar pelo mundo por meio das trocas culturais e adaptações locais. Originário da Índia e levado para a Europa pelos britânicos, o esporte foi esportivizado e profissionalizado, adaptando-se às culturas locais. A globalização do *badminton*, com sua popularidade crescente na Ásia e o desenvolvimento de competições internacionais, demonstram como o processo de esportivização está ligado a questões históricas e culturais e como o esporte pode servir como um veículo de intercâmbio cultural entre nações.

1 Agora, responda às questões a seguir no caderno.

a) Como o *badminton* reflete as influências culturais e históricas dos países nos quais é popular?

b) O que podemos aprender com as culturas que popularizaram o *badminton*?

c) Como a mídia pode influenciar na popularidade de modalidades esportivas como o *badminton*?

d) Como os aspectos históricos e culturais do *badminton* nos ajudam a entender o processo de esportivização e sua globalização?

De acordo com a Confederação Brasileira de Badminton, a modalidade pode ser praticada ao ar livre, mas o ideal é que as partidas sejam realizadas em locais fechados, para não haver interferência das condições climáticas no jogo. Apresente ou distribua aos estudantes o esquema da quadra oficial de *badminton*, bem como suas regras, descritas de forma simplificada, de acordo com o *site* da Confederação Brasileira de Badminton.

Caso seja possível, você pode apresentar as regras da modalidade por meio de vídeos como o disponibilizado em boxe ao final.

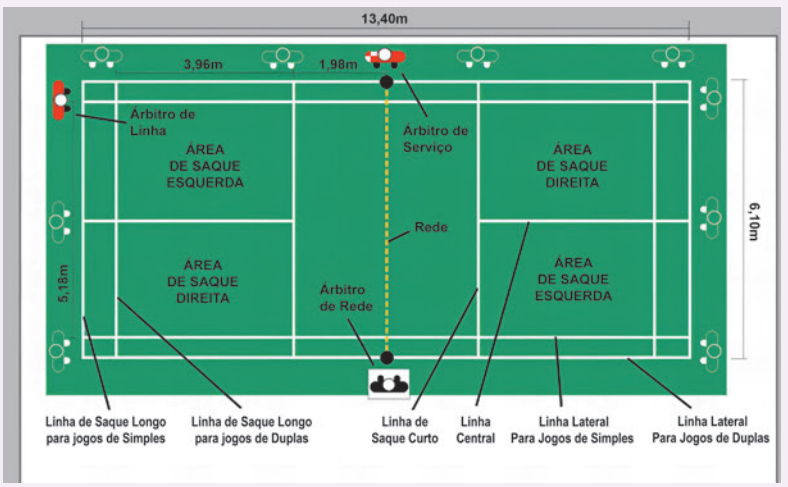
Para vivenciar o jogo de *badminton*, leia as regras da Confederação Brasileira de Badminton.

Para começar o jogo:

– com uma moeda ou com a própria peteca, faça um sorteio. O vencedor tem a opção de servir (sacar), receber ou optar por um dos lados da quadra. Os atletas têm direito a um aquecimento de dois minutos antes do início do jogo.

Posição na quadra no começo de um game:

– a pessoa que serve deve ficar dentro da área de serviço no lado direito da quadra. Quem recebe fica do outro lado da rede dentro da área de serviço no lado direito da quadra, na diagonal de quem serve. Nos jogos em duplas, o parceiro pode ficar em qualquer lugar da quadra desde que não bloqueie a visão do recebedor.



Arquivo/ Confederação Brasileira de Badminton

Ilustração da quadra de *badminton*.

Não escreva no livro.

1. c) A mídia tem papel fundamental na popularização de esportes. Modalidades que recebem mais cobertura, como o utebol, acabam atraindo mais praticantes, espectadores e patrocinadores. O *badminton*, por outro lado, ainda tem pouca visibilidade nos meios de comunicação brasileiros, o que dificulta seu crescimento. Durante eventos como os Jogos Olímpicos, no entanto, vemos uma maior exposição do *badminton*, o que pode despertar o interesse da população. A ampliação da cobertura midiática de esportes menos populares poderia contribuir para a democratização do acesso e o aumento do interesse por essas modalidades.

Posição de quem serve:
– se o placar de quem serve for par, o serviço deve ser feito do lado direito da quadra. Se o placar for ímpar, do lado esquerdo da quadra. Nos jogos em duplas a regra é a mesma. O servidor permanece servindo sempre que ele ou sua dupla ganhar o *rally*.

Serviço:
– Quem serve tem que: manter parte de ambos os pés em uma posição imóvel no chão; acertar a base da peteca primeiro; a peteca inteira ficará abaixo da linha de cintura no instante em que é golpeada; o cabo da raquete do servidor no instante em que a peteca é golpeada apontará para baixo.

– Vencendo o ponto, continua servindo o mesmo jogador, devendo inverter a sua posição na quadra, servirá na sua esquerda. Havendo perda do ponto, o serviço passa para o lado adversário.

– O recebedor não deve se mexer até que quem serve golpeie a peteca.

Durante o jogo:
– se o jogador ganhar a disputa da jogada (*rally*), ele marca um ponto, mudando o lado do serviço e continuando a servir. Se ele perde o *rally*, seu oponente marca um ponto e passa a servir. Nos jogos em duplas, se a dupla servidora ganhar o *rally*, um ponto é marcado e o servidor muda de lado e continua a servir. Se eles perderem o *rally*, o serviço passa para a dupla adversária.

Servindo ou recebendo do lado errado:
– o jogo continuará sem mudança na área de serviço dos jogadores.

O *let* ocorre quando:

– ocorre uma interferência de fora do jogo como, por exemplo, uma peteca de outra quadra que cai na sua quadra.

Será considerado falta:
a) se o atleta (raquete ou roupa inclusive) encostar na rede enquanto a peteca está em jogo;

b) se a peteca acertar o jogador, sua roupa, teto ou arredores da quadra;

c) se a peteca cair fora das linhas da quadra;

d) se o jogador invade ou acerta a peteca no lado oposto da rede;

e) se a peteca for golpeada duas vezes do mesmo lado da quadra;

f) se houver interferência com a peteca, mau comportamento ou "cera", o jogador perde o serviço ou o oponente ganha um ponto;

g) se o parceiro do recebedor receber o serviço;

h) se o servidor faz o movimento e erra a peteca.

Fim do jogo:
– os jogos são disputados num total de três *games*, o vencedor é o que ganhar dois deles primeiro. Em todas as modalidades, os *games* são de 21 pontos. Se houver empate em 20 pontos, vencerá aquele que abrir 2 pontos de vantagem. Havendo empate em 29, vencerá aquele que fizer 30 pontos. O jogador que venceu o primeiro *game* serve primeiro do outro lado da quadra no novo *game*. O ganhador do segundo *game* muda de lado e começa servindo no terceiro. No terceiro *game*, o jogador muda de lado e continua servindo no décimo primeiro ponto.

Tempo durante o jogo:
– sempre que o 1º jogador/dupla atingir 11 pontos, um tempo de 60 segundo é concedido. Esta regra vale para qualquer *game*.

– nos intervalos do 1º para o 2º *game* e do 2º para o 3º *game* (se houver), um intervalo de dois minutos é concedido.

Adaptado da Confederação Brasileira de Badminton. Quais as Regras do Badminton? Disponível em: https://www.badminton.org.br/regras. Acesso em: 15 set. 2024.

2 Que tal colocar em prática o que aprendeu sobre o *badminton*?

Prática de *badminton*

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas***.

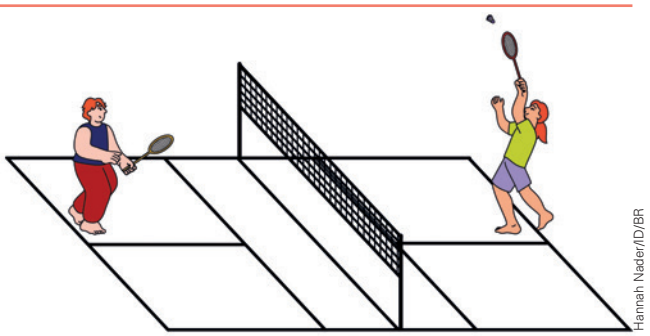
Material

- Raquetes de *badminton*
- Peteca de *badminton*
- Rede de *badminton*

Como fazer

Exploração do material

- Você e os colegas devem experimentar algumas possibilidades de variações da rebatida, enfatizando as variadas posições corporais.

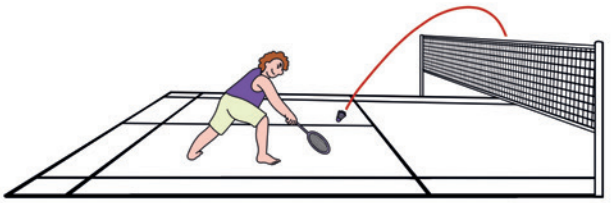


Hannah Nader/ID/BR

Equipamentos necessários para a prática de *badminton*.

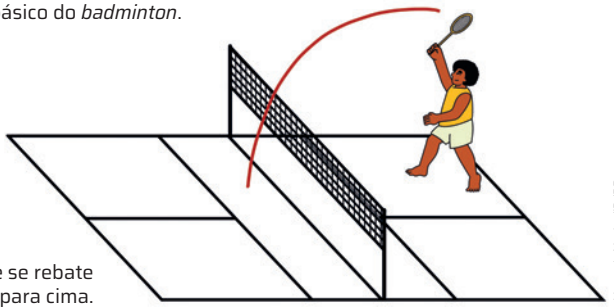
- Em seguida, organizem-se em duplas para rebater a peteca um para o outro, sem deixá-la cair.
- Observe os golpes do *badminton*:

a) *Clear*: é um golpe defensivo básico do *badminton* que consiste em jogar a peteca para o fundo da quadra adversária, de forma alta e profunda.


Hannah Nader/ID/BR

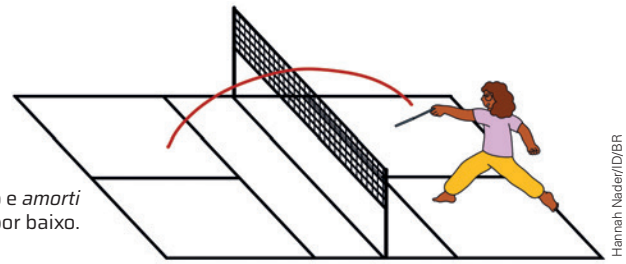
Clear, golpe defensivo básico do *badminton*.

b) *Lob*: rebate-se de baixo para cima para devolver a peteca quando esta cai perto da rede e abaixo da fita. O objetivo desse golpe é colocar a peteca de forma alta e profunda na quadra adversária, permitindo ao jogador recuperar-se.


Hannah Nader/ID/BR

Lob, golpe em que se rebate a peteca de baixo para cima.

c) *Amorti*: tem por objetivo enviar a peteca para junto da zona próxima à rede. Pode ser rebatido acima da cabeça.


Hannah Nader/ID/BR

Amorti alto e rápido e *amorti* lento por baixo.

Preparando o espaço para o jogo

- Coloque uma rede (ou corda) longitudinalmente, dividindo o espaço disponível em duas metades. A rede no *badminton* é colocada a 1,55 m de altura.
- Cada componente da dupla ficará de um lado da rede, devendo trocar os passes, como fizeram na atividade anterior.

Experimentação pela versão paraolímpica

- Cada dupla iniciará em uma das estações e, ao sinal do professor, deverá ir para a estação seguinte (1-2, 2-3, 3-4, 4-1).

Estação 1

- Rebater a peteca um para o outro variando distâncias e deslocamentos para a frente e para trás.

Estação 2

- Rebater a peteca variando distâncias e deslocamentos laterais.

Estação 3

- De maneira alternada, cada componente da dupla deve rebater a peteca em um alvo colocado a 4-5 metros de distância. O alvo pode ser uma marcação no chão, um bambolê ou um cone.

Estação 4

- Com espaços delimitados nas laterais e no fundo, além de uma rede dividindo o espaço ao meio, cada integrante da dupla deve ficar de um lado da rede e trocar passes sem sair da área demarcada, evitando lançar a bola para fora dela.

VALE VISITAR

- *Site* da Confederação Brasileira de Badminton. Disponível em: http://www.badminton.org.br/. Acesso em: 24 set. 2024.
- Aprenda as regras de simples | Badminton. Disponível em https://youtu.be/PtUjgeMPRHs?t=5. Acesso em: 24 set. 2024.
- Vídeo produzido pelo Comitê Paralímpico Brasileiro apresentando a modalidade. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=A97qc5jg2oo. Acesso em: 6 nov. 2024.

Não escreva no livro.

3. Resposta pessoal. Incentive os estudantes a refletir sobre os esportes populares em outros países ou culturas que não recebem atenção na mídia. Isso ocorre porque as mídias tendem a focar em esportes que já têm grande apelo entre o público ou modalidades que geram mais lucro comercial. Com isso, esportes como tênis, *squash*, *badminton* e outros ainda menos conhecidos acabam restritos a nichos ou aparecem apenas em eventos de grande porte, como os Jogos Olímpicos.

O *badminton* é um esporte caracterizado pela divisão da quadra por uma rede; outros exemplos são: tênis de campo, tênis de mesa, *beach tennis*, *pickleball*, tamboréu, peteca, futevôlei, *sepak takraw*, ringo. Há também aqueles com uso de parede, como o *squash*, a pelota basca e o raquetebol. Existem outros esportes pouco conhecidos em que há uma parede de rebote para o lançamento da bola em direção à quadra adversária.

4. As emissoras de televisão seguem critérios de noticiabilidade para decidir quais esportes serão transmitidos. Isso significa que esportes com maior número de fãs recebem mais espaço devido à maior audiência que proporcionam. Quanto mais pessoas interessadas, maior a chance de um evento se tornar notícia. Além disso, fatores como proximidade com a comunidade e costumes culturais também influenciam nas decisões das emissoras.

Mohd Rasfan/AFP/Getty Images

5. Respostas pessoais. Explique que a mídia tem uma tendência a restringir a cobertura a esportes mais comerciais e populares, ignorando a diversidade de modalidades esportivas que existem ao redor do mundo. Muitos esportes só ganham visibilidade durante os Jogos Olímpicos, o que limita o conhecimento do público sobre eles. Isso reflete uma falta de pluralidade na oferta de conteúdos esportivos, o que, por sua vez, afeta o interesse das pessoas por essas práticas.

Partida da semifinal do Campeonato Mundial Feminino da PSA na Malásia, em 2016.

6. Respostas pessoais. Verifique se algum estudante tem acesso aos canais fechados, nos quais há mais variedade de modalidades esportivas, porque eles têm um público segmentado que pode estar interessado em esportes menos populares. Esses canais também podem oferecer uma programação mais específica, como lutas, esportes de raquete ou modalidades olímpicas, que nem sempre têm espaço na televisão aberta, cuja audiência precisa ser mais ampla.

Esportes e mídia

Em emissoras de sinal aberto, é possível encontrar transmissões de futebol, automobilismo e, vez ou outra, as das demais modalidades esportivas. Já nos canais fechados (a cabo) há uma variedade maior, mas nem todas têm espaço neles. Eventos como os Jogos Olímpicos e Jogos Pan-Americanos são uma exceção e, nesses momentos, encontramos uma variedade maior de modalidades esportivas.

Os meios de comunicação seguem uma série de critérios para decidir o que se torna notícia ou não. São os critérios de noticiabilidade, ou seja, aquilo que torna um fato importante para as pessoas de um determinado local. Quanto mais pessoas interessadas, maior a audiência, o que aumenta a chance de que um fato se torne notícia e/ou seja transmitido.

Além do fato de interessar a um maior número de pessoas, as equipes de produção e jornalismo levam em conta uma série de outros fatores. Um deles é a proximidade com a comunidade: o evento esportivo ocorre em torno de alguma comunidade?

Há, ainda, um elemento cultural. Desde crianças, desenvolvem-se certos hábitos familiares e da comunidade, então é normal que o público busque aquilo que está acostumado a assistir.

Outro ponto importante: muita gente não vai parar para assistir algo que não entende. Nem sempre as regras são claras para todos, por isso, muitas vezes cabe aos locutores e jornalistas a tarefa de instigar o interesse do público por meio das informações e da maneira de conduzir a transmissão.

Após saber mais sobre a relação entre a popularidade dos esportes e a mídia, converse com a turma e com o professor sobre as questões a seguir.

3 **Você percebeu que nem sempre os esportes de raquete recebem atenção das mídias, restringindo sua divulgação e o interesse por sua prática?**

4 **Por que algumas modalidades esportivas recebem mais espaço na televisão aberta do que outras?**

5 **É possível afirmar que as mídias não divulgam a variedade e a pluralidade dos esportes? O que você pensa sobre isso?**

6 **Você percebe que em canais fechados há maior variedade de esportes? Por que isso acontece?**

7 **Você considera que assistir a uma modalidade esportiva na televisão é uma maneira de se inspirar para a prática?**

7. Resposta pessoal. Reforce que assistir a esportes na televisão pode servir como inspiração para a prática esportiva, pois ver atletas em ação, especialmente em grandes eventos, pode despertar a curiosidade e a vontade de experimentar novas modalidades esportivas. No entanto, a falta de visibilidade de certos esportes na mídia também pode limitar o interesse em sua prática, já que muitas pessoas não têm contato eles por meio de transmissões televisivas ou de outros meios de comunicação.

Não escreva no livro.

8. Desde crianças, somos influenciados pelos hábitos familiares e culturais ao nosso redor. Então, a cultura de um país ou região, junto com os esportes que mais se praticam, influencia diretamente o que as pessoas preferem assistir e praticar. Além disso, o fato de o público já estar acostumado com certos esportes facilita a escolha, já que ninguém gosta de assistir a algo que não compreende. Por isso, esportes com regras mais conhecidas, como o futebol, têm maior aceitação e são mais populares.

8 **Como a cultura influencia a escolha dos esportes a que assistimos e aqueles que praticamos?**

Além da preferência de transmissão da mídia por motivos de popularidade, por conta da necessidade de materiais de custo elevado e espaços específicos, muitas modalidades esportivas de raquetes não são acessíveis a pessoas com menores condições socioeconômicas. Essas práticas da cultura corporal que utilizam raquetes têm origens culturais diversas e são praticadas com diferentes intencionalidades, mas, no Brasil, não são muito comuns. Por isso, projetos sociais esportivos acabam sendo os poucos espaços de oportunidades para crianças e adolescentes de camadas sociais menos favorecidas economicamente conseguirem praticá-las.

9 **Há possibilidade de praticar diferentes esportes na sua escola ou comunidade? Essas práticas são acessíveis a pessoas de diferentes camadas sociais da população brasileira?**

10 **Quais são os desafios enfrentados pelas modalidades que utilizam raquetes em termos de acessibilidade no Brasil?**

10. Um dos principais desafios é o custo elevado dos equipamentos, como raquetes, e a necessidade de espaços (como quadras adequadas) e equipamentos específicos para a prática dessas modalidades. Essas condições tornam os esportes de raquete menos acessíveis para pessoas de menor poder aquisitivo. No Brasil, projetos sociais esportivos são importantes por oferecer oportunidades de prática dessas modalidades a crianças e adolescentes de camadas sociais menos favorecidas.

11 **Quais críticas podemos fazer em relação às barreiras sociais e econômicas na disseminação do *badminton* no Brasil?**

12 **Considerando o direito ao acesso às práticas corporais e a necessidade de equipamentos para sua prática, vamos investigar e propor soluções para o financiamento de materiais esportivos na escola pública.**

11. No Brasil, o *badminton* ainda enfrenta desafios relacionados ao custo dos equipamentos e à falta de infraestrutura adequada para a prática em escolas e comunidades. Esses fatores tornam o esporte menos acessível às camadas sociais de menor renda, limitando sua disseminação. Enquanto países como China e Tailândia oferecem apoio governamental e têm uma forte cultura esportiva, o Brasil ainda carece de projetos sociais e de políticas públicas que promovam a inclusão de esportes como o *badminton*, especialmente em regiões de vulnerabilidade econômica.

Pesquisa sobre as fontes de recursos financeiros da escola

Como fazer *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

- Organizem-se em grupos de cinco integrantes e pesquisem sobre os seguintes temas:
  a) Quais são as principais fontes de recursos financeiros que a escola recebe (verba do governo federal, estadual, municipal, programas como o PDDE – Programa Dinheiro Direto na Escola)?
  b) Existe alguma destinação específica para a compra de materiais esportivos?
  c) Como esses recursos são gerenciados e distribuídos?
  d) Qual é o processo de escolha e compra dos materiais esportivos? Quem participa desse processo?

Mapeamento dos materiais esportivos

- O grupo deve fazer um levantamento dos materiais de Educação Física que a escola já possui (bolas, redes, raquetes, cones, etc.).
- Organizem-se para conversar com estudantes de outras turmas e com os professores de Educação Física da escola para entender quais são os materiais necessários para melhorar as aulas.
- Pode-se utilizar um formulário simples para listar os itens e as quantidades.

Elaboração de propostas

- Após a realização da pesquisa e do mapeamento, os grupos devem responder a algumas perguntas:
  a) Os recursos recebidos pela escola são suficientes para atender às necessidades das aulas de Educação Física?
  b) Quais são as principais dificuldades que a escola enfrenta para adquirir materiais esportivos adequados?
  c) O que pode ser feito para melhorar a situação?
- Cada grupo deve apresentar suas propostas para melhorar a oferta de materiais esportivos na escola. As propostas podem incluir:
  a) Maior participação dos estudantes e professores na decisão de compra de materiais esportivos.
  b) Formas de melhorar a gestão dos recursos nas reuniões do Conselho de escola.
  c) Realização de campanhas comunitárias para arrecadar fundos ou doações de materiais esportivos.
  d) Parcerias com empresas locais para a doação de materiais esportivos.

Criação de um documento coletivo

- Após as apresentações, produzam um documento coletivo com as principais propostas discutidas em sala. Esse documento pode ser entregue à direção da escola, sugerindo melhorias no uso dos recursos para a Educação Física.
- Elaborem um roteiro para narrar esse processo de construção do documento coletivo no *podcast* da turma.

9. Respostas pessoais. Incentive a turma a identificar que a possibilidade de praticar esportes menos populares, como os realizados com raquetes, depende de vários fatores, incluindo infraestrutura, equipamentos e o incentivo à prática dessas modalidades. Em muitas escolas e comunidades, o foco está em esportes mais acessíveis, que exigem menos estrutura e têm um apelo maior. Em termos de acessibilidade, a realidade de muitas práticas corporais no Brasil é limitada pelas condições econômicas e sociais, já que algumas modalidades requerem equipamentos específicos e espaço adequado que nem sempre estão disponíveis em todas as comunidades.

Não escreva no livro.

As desigualdades sociais e a necropolítica

No decorrer do capítulo, vimos a influência do processo migratório de diferentes povos na dinâmica cultural das práticas corporais. Esse processo contínuo propiciou a inserção do beisebol em algumas comunidades brasileiras com a imigração dos venezuelanos e dos japoneses. Nos últimos tempos, temos recebido refugiados de diferentes países, principalmente em decorrência dos ataques de Israel ao mundo árabe.

O filósofo camaronês Mbembe nos alerta para a necropolítica, que ocorre mundialmente, portanto também no Brasil, desde o processo de colonização, a exemplo da falta de proteção aos povos originários e da ausência de políticas de segurança pública que protejam a população mais vulnerável nos centros urbanos do país. Para o filósofo, a necropolítica se volta para a centralidade da morte, em que o principal objetivo é o assassinato do inimigo. É uma política que estabelece o poder de matar, de deixar morrer ou expor à morte.

BAGAGEM

O filósofo camaronês Achille Mbembe (1957-) foi o primeiro estudioso a explorar com profundidade a necropolítica, que é o uso do poder social e político para decretar como algumas pessoas podem viver e como outras devem morrer.

13 **Leia o trecho de um artigo científico que mostra como a educação física é afetada pela necropolítica e reflita com a turma sobre as questões que o seguem.**

Educação física escolar: Notas reflexivas e propositivas a partir da bio/psico/necropolítica

[...] Nas favelas fluminenses, por exemplo, as violências afetam as aulas de Educação Física (EF) e outras disciplinas. [...] o uso do espaço aéreo para atacar o inimigo resulta o emprego de helicóptero do Estado como arma; ao atirarem para baixo em áreas escolares que possuem espaços abertos, como quadras, colocam a vida de dezenas de estudantes em risco durante as aulas de EF. [...] Carros blindados [...] atuam por terra e sua presença nos espaços escolares mostra-se frequente, o que se assemelha com o que é descrito no ensaio do autor camaronês quando afirma promoverem uma "guerra infraestrutural" [...]

Os ataques infraestruturais [...] atingem a juventude negra nas estruturas escolares e da EF. O recorte racial indica as vidas excedentes, que podem ser desperdiçadas [...]. No cerne de sua ideologia, a necropolítica visa matar as possibilidades de futuro de sujeitos racializados [...]. Na EF, o necropoder opera através de mortes e ferimentos por balas perdidas em seus espaços de ensino, ao cancelar as aulas previstas, ao interromper o desenvolvimento de atividades normais da cultura corporal de movimento, obrigando estudantes e professores a buscarem a proteção de suas vidas em locais mais seguros [...]. Isso resulta na redução da assiduidade [...] para cerca de 1/3 do total, nos momentos em que, mesmo com confrontos, a escola permanece aberta (efeito fantasma). Ainda desperta o medo, nos estudantes, da vitimação de parentes nos espaços externos da escola, o que os faz chorar e demonstrar ansiedade, impedindo a concentração dos que ainda estão na escola O necropoder também se coloca, durante aulas de EF, nos diálogos corporais realizados pelos alunos nas atividades que fazem parte da cultura corporal de movimento, na dramatização do cotidiano das culturas que possuem o porte de arma como símbolo de dominação nas favelas, bem como na construção de armas como brinquedos. [...]

[...] ao expor os corpos de estudantes e professores aos riscos de vitimação por armas de fogo nas quadras [...], o necropoder localiza a discussão das vidas na EF nas favelas entre o deixar morrer e/ou expor à morte, transpondo para a EF o significado da necropolítica quando "subjugam a vida ao poder da morte" [...].

Pelos aspectos condicionais aqui descritos, a EFE em si não teria o poder de propor aos estudantes algo, durante as aulas, que pudesse impedir essas violências. Entretanto, existem ações que dialogam com políticas de direitos humanos capazes de contribuir para isso. A maior delas, a Arguição de Descumprimento de Preceito Fundamental 635, conhecida como a "ADPF das Favelas", defende a proibição da utilização de helicópteros como plataforma de tiros em áreas escolares, mas tem sido desrespeitada [...].

SILVA, Alan Camargo; SANTOS, Leonardo Carmo; BRITO, Leandro Teofilo de. Educação física escolar: notas reflexivas e propositivas a partir da bio/psico/necropolítica[1]. *Revista Pensar a Prática*, Goiânia, v. 26, 2023. Disponível em: https://revistas.ufg.br/fef/article/view/71643/39723. Acesso em: 30 set. 2024.

a) Que impactos a necropolítica tem sobre a participação dos estudantes nas atividades de educação física na escola?

b) Como a necropolítica pode influenciar na construção de estereótipos e preconceitos nas práticas corporais escolares?

c) Que ações podem ser propostas para minimizar os efeitos da necropolítica nas aulas em áreas de risco?

13. a) A necropolítica se manifesta em contextos em que a vida é exposta à morte. Na educação física escolar, especialmente em áreas de conflito como as favelas brasileiras, os estudantes são expostos ao risco de violência armada durante atividades ao ar livre, como nas quadras esportivas. O necropoder afeta os estudantes ao interromper as aulas e ao expô-los ao risco constante de violência, como tiros e balas perdidas, principalmente em áreas de conflito. A presença de forças armadas e o uso de helicópteros em áreas escolares cria uma atmosfera de medo e insegurança, impactando negativamente o aproveitamento das aulas de educação física. O "efeito fantasma" descrito no texto reflete essa realidade, de modo que apenas 1/3 dos estudantes frequentam as aulas durante momentos de violência. Ela impacta a participação dos alunos de diversas maneiras: redução da frequência nas aulas, interrupção de atividades normais, falta de concentração e o medo constante de serem vitimados pela violência. Além disso, os alunos podem dramatizar em suas brincadeiras a violência cotidiana que presenciam, como o porte de armas, o que reflete como o necropoder afeta suas experiências e gestualidade dentro do ambiente escolar.

13. b) A necropolítica perpetua a marginalização e discriminação de grupos racializados, especialmente jovens negros nas periferias. A violência constante e a exposição à morte em espaços escolares criam estereótipos sobre esses jovens, vistos como "descartáveis". Além disso, as práticas corporais podem refletir esses preconceitos quando retratam de forma negativa culturas afetadas pela violência, em vez de celebrar suas práticas culturais e identitárias.

13. c) Uma das principais ações propostas é a ADPF 635, que proíbe o uso de helicópteros como plataformas de tiro em áreas escolares. Além disso, reivindicar a proteção dos espaços escolares e de educação física junto ao Estado pode ser uma forma de minimizar a exposição dos estudantes à violência. A promoção de políticas de direitos humanos e diálogos com a comunidade escolar para garantir ambientes mais seguros é outro passo importante. Estimule um trabalho coletivo que envolva toda a escola e a comunidade no entorno para pensarem em possíveis reivindicações e propostas que amenizem o impacto da necropolítica.

Não escreva no livro.

DESEMBARQUE

Que tal produzir um *podcast* para ampliar, aprofundar e comunicar tudo o que você aprendeu neste capítulo? *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

PROJETO PODCAST

Reúnam-se em um grupo com seis integrantes e informem-se sobre o que vocês vão fazer.

Gênero	*Podcast*
Situação	A turma deverá produzir episódios de *podcasts* com as questões trabalhadas e os conhecimentos adquiridos no capítulo, com vistas a utilizar esse gênero textual como recurso de protagonismo comunitário.
Tema	Práticas corporais de diferentes povos e nações: questões e reflexões.
Objetivos	1) Produzir um episódio de *podcast*. 2) Promover a articulação entre conhecimentos e produções de áreas diversas. 3) Despertar a curiosidade dos ouvintes para práticas corporais tradicionais de outros povos. 4) Exercitar o protagonismo comunitário com a utilização de recurso de tecnologias digitais.
Quem é você	Um *podcaster*.
Para quem	Para a comunidade escolar.
Tipo de produção	Elaboração de roteiro e gravação de episódio de *podcast*.

Conheça o *podcast*

Responda às questões a seguir no caderno.

1 **Você sabe o que são *podcasts*? Já escutou algum? Converse com os colegas sobre o que você conhece sobre esse gênero digital.** Respostas pessoais.

2 **Leia o texto a seguir para ficar ainda mais informado sobre o que é um *podcast*.**

Podcasting

O sistema de produção e difusão de conteúdos sonoros conhecido como *podcast* surge no final de 2004. O nome é um neologismo dos termos "iPod" (tocador de MP3 da Apple) e *broadcasting* (transmissão, sistema de disseminação de informação em larga escala). O termo não parece ser muito bom, já que não é necessário um iPod (qualquer tocador de MP3 serve) e não se trata de *broadcast*, mas do que podemos chamar de *webcast*. [...]

O *podcast* é assim um sistema de produção e difusão de arquivos sonoros que guardam similitudes com o formato dos programas de rádio. [...]

O fenômeno é recente, mas em crescimento vertiginoso. [...]

LEMOS, André. Podcast: emissão sonora, futuro do rádio e cibercultura. *Radiofonias – Revista de Estudos em Mídia Sonora*, Mariana, v. 15, n. 1, p. 12-17, v. 15, n. 1, jan./abr. 2024. Disponível em: https://periodicos.ufop.br/radiofonias/article/view/7303/5658. Acesso em: 10 set. 2024.

- Indique para os colegas seus *podcasts* favoritos e explique o que os torna tão interessantes. Resposta pessoal.

Temas para o *podcast*

Reveja a seguir os tópicos do capítulo que podem ser escolhidos para a produção de um *podcast*.

Parada 1: A resistência das práticas corporais indígenas

- Entrevistas com pessoas de etnias indígenas ou especialistas em culturas indígenas e africanas.
- A cosmovisão dos povos indígenas e suas relações com as práticas corporais como o *huka-huka*.
- Os Jogos Mundiais Indígenas e a valorização cultural dos povos indígenas.
- Atletas indígenas como Graziela Santos, do tiro com arco.

Não escreva no livro.

Parada 2: Judô no Brasil

- Chegada do judô ao Brasil.
- Valores dessa prática corporal.
- Problemáticas do racismo e do abuso, no treinamento, de crianças e adolescentes.

Parada 3: Beisebol: esporte nacional nos EUA

- A ascensão do beisebol nos EUA e em outros países.
- Como a falta de recursos afeta o desenvolvimento da modalidade no Brasil.
- O impacto do *doping* no beisebol e em outros esportes de alta *performance*.
- Consequências físicas e psicológicas do uso de substâncias proibidas.
- O impacto da mídia e das transmissões televisivas na profissionalização esportiva.
- Ligas de beisebol pelo mundo: diversidade e relevância.

Parada 4: *Badminton*: do continente asiático para o mundo

- Influência da colonização para a disseminação das manifestações da Cultura Corporal de Movimento do *badminton*.
- Recursos financeiros necessários para a aquisição de equipamentos que viabilizem a prática corporal de modalidades com raquetes.
- A influência da mídia na popularidade das práticas corporais.
- Impacto da necropolítica nas aulas de educação física.

Planejando o *podcast*

Agora que vocês já sabem um pouco mais sobre o universo dos *podcasts*, chegou a hora de planejar um episódio para gravar! Sigam as instruções a seguir.

Planejamento do *podcast*

Como fazer

1ª etapa – Organização dos grupos

- Organizem-se em grupos de seis integrantes.
- Cada grupo ficará responsável por pesquisar e produzir um *podcast* que aborde temas e práticas corporais trabalhadas no capítulo. O professor deve garantir que todos os temas abordados sejam tratados.

2ª etapa – Curadoria de informações

- Ao longo do capítulo, vocês conheceram práticas corporais e a cultura de diferentes países. Cada grupo escolherá um tema relacionado às práticas corporais para apresentar em um bloco.
- Selecionem o tema: o episódio vai tratar de alguma manifestação da Cultura Corporal de Movimento popular no Brasil ou em outro país? Quais questões sociais, políticas ou econômicas podem ser problematizadas?
- Pesquisem sobre o tema para aprofundar seus conhecimentos, buscando dados e curiosidades com potencial para despertar o interesse dos ouvintes de seu *podcast*.
- Usem fontes confiáveis, como livros, artigos científicos e *sites* de órgãos e institutos, entre outros.

3ª etapa – Definição do formato

- Reflitam sobre qual formato se adapta melhor às informações coletadas pelo seu grupo.
- Ao se escolher o formato, é preciso considerar ainda a questão da duração. Para evitar que o programa se torne cansativo para a audiência, sugerimos que a duração seja de no máximo 30 minutos.
- Definam os seguintes detalhes:
  a) Interação dos membros do *podcast*: escolham alguém para conduzir a pauta e mediar a conversa, decidam se haverá a presença de convidados, se a conversa será mais formal ou informal e tomem cuidado para que as pessoas interajam, mas não se interrompam e não falem juntas.
  b) Identidade sonora: selecionem recursos a serem utilizados durante o programa para tornar a conversa mais dinâmica e fluida, como vinhetas de abertura e de encerramento, efeitos sonoros de transição de um bloco para o outro e músicas tocando no plano de fundo que dialoguem com o tema que está sendo discutido.
- Vale lembrar que, para publicar o programa *on-line*, é importante escolher músicas que não tenham direitos autorais. Existem bancos que oferecem músicas/sons gratuitos para uso em *podcasts*.

4ª etapa – Elaboração do roteiro

- O roteiro é a relação dos assuntos que serão abordados durante a gravação do *podcast*. Ele deve conter: apresentação do assunto do episódio, introdução dos participantes, discussão, recado final e despedida.
- Os assuntos podem ser registrados em forma de tópicos, com lembretes sobre cada ponto a ser discutido ou até mesmo em um roteiro detalhado, com as falas de cada participante.

5ª etapa – Distribuição de funções

- Escolham uma pessoa com mais desenvoltura para atuar como *host* (apresentador principal), a fim de conduzir a pauta, ficar atento aos momentos de dispersão e chamar a atenção dos participantes de volta para o tema.
- Definam os integrantes que cuidarão da gravação, edição e divulgação do *podcast*, que são as próximas etapas da produção.

Gravação, edição e divulgação do *podcast*

Sigam as orientações para a produção do áudio com as etapas de gravação, edição e divulgação do *podcast*.

Gravação do *podcast*

Como fazer

1ª etapa – Gravação

- A gravação pode ser presencial, com todos os participantes em um mesmo ambiente, ou remota, por meio de um aplicativo de videoconferência.
- A qualidade do áudio é resultado da combinação de três fatores:
  a) O equipamento essencial é um celular, um gravador de som ou computador com microfone.
  b) O ambiente deve ser um cômodo pequeno e fechado, livre de ruídos (televisão, janela/porta para a rua, etc.), no qual você ou o grupo consiga gravar sem interrupções.
  c) Os elementos sonoros, como vinhetas e trilhas de fundo podem ser inseridas em tempo real ou durante a edição. Se vocês não têm familiaridade com programas de edição, o ideal é que essa inserção seja feita em tempo real – embora isso demande uma sinergia maior por parte dos integrantes.

2ª etapa – Edição

- Os primeiros passos para a edição do seu *podcast* são: a divisão do conteúdo gravado em blocos menores; as marcações de onde entrarão os cortes do arquivo; e a correção de imperfeições do áudio.
- Feito isso, é chegada a hora de inserir músicas e outros elementos sonoros.
- Atenção para o volume: sons altos demais atrapalham e tiram a atenção do ouvinte.
- Existem *softwares* de edição em diversas plataformas *on-line* gratuitas em que o arquivo de áudio pode ser carregado e editado. Combine previamente com a turma em qual plataforma todos os grupos deverão hospedar seus trabalhos.

3ª etapa – Divulgação

- Depois de pronto, o *podcast* precisa ser acessado e ouvido! Se a sua escola dispõe de uma rádio ou, ainda, de um *site/blog*, converse com o professor sobre a possibilidade de veicular o *podcast* em um desses meios. Caso não disponha, a turma pode optar pela hospedagem em alguma plataforma específica, desde que a comunidade escolar tenha acesso a ela. É possível, ainda, compartilhar o arquivo por meio de redes sociais ou listas de *e-mail*.

Avaliação do aprendizado

ENTRETENIMENTO A BORDO

- Convide seus amigos para conhecer um pouco mais sobre os jogos tradicionais indígenas e, juntos, assistam ao documentário brasileiro *Jogos Indígenas*, dirigido pelos brasilienses Thiago Frade e Alexandre Magno em 2013. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=yigOLbDD8Aw. Acesso em: 25 set. 2024.

- **Reflita sobre o que você e os colegas vivenciaram na produção do *podcast*. Conversem sobre as questões a seguir.**

1 **Você achou importante conhecer um pouco mais sobre *podcast*?** 1. Resposta pessoal.

2 **O que mais chamou a sua atenção durante a pesquisa sobre as práticas corporais de diferentes países?** 2. Resposta pessoal.

3 **Após vivenciar essa experiência com *podcast*, você consideraria a possibilidade de atuar como um *podcaster*? Comente com os colegas e o professor.** 3. Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Vamos avaliar a viagem que você fez pelo universo das práticas culturais em diferentes nações e culturas? Para isso, organize-se em uma roda de conversa e discuta as questões a seguir.

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

1. Como as práticas corporais indígenas dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas refletem a relação entre corpo, cultura e meio ambiente?
2. Quais são os significados sociais e culturais do *huka-huka* para os povos indígenas e como essa luta se diferencia de outras práticas corporais que você já vivenciou?
3. Como os valores do judô, como respeito e disciplina, podem influenciar o comportamento dos praticantes dentro e fora dos tatames?
4. De que maneira a imigração japonesa contribuiu para o desenvolvimento do judô no Brasil e quais fatores sociais facilitaram ou dificultaram essa expansão?
5. Que fatores explicam a diferença na popularidade do beisebol entre os Estados Unidos e o Brasil e como isso reflete questões socioeconômicas?
6. O que a prática do beisebol em diferentes países pode nos ensinar sobre a globalização dos esportes e o impacto da mídia na sua disseminação?
7. Quais são os principais desafios para a popularização do *badminton* em países como o Brasil?
8. De que forma a esportivização de modalidades como o *badminton* pode impactar o acesso a práticas esportivas em diferentes contextos sociais?
9. Como as práticas corporais de diferentes culturas, como o judô, o beisebol e o *huka-huka*, podem promover a inclusão e o respeito à diversidade cultural no esporte?
10. De que forma podemos utilizar o conceito de necropolítica no estudo das práticas da Cultura Corporal de Movimento?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Todas as respostas desta subseção são pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

1. Como você percebeu a relação entre corpo, cultura e meio ambiente ao estudar as práticas corporais indígenas?
2. Quais foram os principais aprendizados ao vivenciar ou refletir sobre o *huka-huka* e sua importância cultural?
3. De que maneira os valores do judô, como respeito e disciplina, influenciaram sua visão sobre comportamento ético dentro e fora do esporte?
4. O que você descobriu sobre a história do judô no Brasil e como isso influenciou sua compreensão sobre a imigração japonesa e o esporte?
5. Como as discussões sobre o beisebol o ajudaram a refletir sobre a globalização dos esportes e o papel da mídia?
6. Quais foram os desafios que você identificou para a prática de esportes como o *badminton* em contextos sociais diversos?
7. Como as atividades e discussões do capítulo ampliaram sua visão sobre as desigualdades socioeconômicas no acesso a diferentes práticas corporais?
8. Em que momento você se sentiu mais desafiado ao discutir a influência da mídia na prática de esportes globais? Como você lidou com isso?
9. De que forma a diversidade cultural nas práticas corporais estudadas contribuiu para sua compreensão sobre inclusão e respeito?
10. O que mudou em sua percepção sobre a importância de valorizar práticas corporais menos conhecidas, como o *huka-huka* e o *badminton*, após realizar as atividades do capítulo?

ESPORTE: ESPETÁCULO DE MULTIDÕES

Jovens batem bola em São José da Coroa Grande (PE), 2023. O futebol é um dos esportes mais populares do mundo. Sua prática revela múltiplos sentidos e conexões com o mundo contemporâneo.

AO REALIZAR ESTA VIAGEM, VOCÊ VAI:

- aprofundar conhecimentos sobre o fenômeno esportivo, assumindo o protagonismo na organização de um torneio esportivo inclusivo;
- discutir o papel dos torcedores na prática esportiva;
- refletir sobre a carreira de atleta e sobre a importância da educação financeira na trajetória desses profissionais;
- reconhecer os profissionais que atuam no mundo esportivo;
- refletir sobre o papel das tecnologias na arbitragem esportiva;
- identificar relações entre a esfera jornalística e a prática esportiva;
- ampliar conhecimentos sobre futebol, basquete e ginástica artística para experimentar essas modalidades;
- fazer uma pesquisa de revisão bibliográfica sobre esportes de seu interesse.

CAPÍTULO

8

Ricardo Fernandes/Spia Photo/Fotoarena

EMBARQUE

Em que você pensa quando se fala em esporte de multidões? Certamente, em grandes eventos esportivos, como os Jogos Olímpicos e a Copa do Mundo, e em modalidades muito populares. O esporte, nesse contexto, se transforma em um verdadeiro espetáculo, um *show* que vai além da mera disputa atlética e se torna uma fonte de entretenimento, emoção e identificação para o público. Como fenômeno cultural, o esporte movimenta um grande volume de recursos financeiros, de profissionais e de espectadores. Embarque nesta viagem e reflita sobre as diversas questões que envolvem os esportes e seus profissionais.

FOCO NA IMAGEM

Além de atletas, técnicos e árbitros, muitos outros profissionais contribuem para os esportes. Atualmente, as mulheres estão muito presentes no esporte, tanto como atletas quanto em comissões técnicas, na arbitragem e no jornalismo esportivo.

1 **Observe as imagens a seguir e responda às questões no caderno.**

Rodolfo Buhrer/La Imagem/Fotoarena

Repórter esportiva durante jogo entre Athletico Paranaense e Santos, em 2020.

A.RICARDO/Shutterstock.com/ID/BR

Rebeca Andrade (1999-), atleta de ginástica artística.

a) As imagens retratam uma repórter esportiva e a ginasta Rebeca Andrade, profissionais que atuam em áreas essenciais no mundo esportivo. Analise o papel desempenhado por cada uma delas em suas respectivas áreas de atuação. Como a contribuição de cada uma se integra ao sucesso dos atletas e da prática esportiva?

b) Que outros profissionais de atividades esportivas você costuma acompanhar? Identifique suas áreas de formação e os esportes nos quais podem atuar, organizando as informações no caderno, em forma de tabela, com os seguintes tópicos: profissional, área ou curso de formação, esportes em que pode atuar.

c) Você já considerou seguir alguma dessas carreiras no esporte? Compartilhe com seus colegas e o professor durante a construção da tabela e discuta como essa profissão impacta a prática esportiva.

1. a) A jornalista esportiva, munida de microfone, atua como mediadora entre o esporte e o público, informando, analisando e contextualizando os eventos esportivos. Ela contribui para a construção da narrativa do esporte e desperta o interesse e a paixão dos fãs. A ginasta, com sua dedicação e busca por excelência, inspira e motiva pessoas a praticarem esportes e a superarem seus limites. Seus feitos demonstram o poder do esporte na construção de um mundo mais saudável e motivador. Ambas, cada uma em sua área, desempenham um papel fundamental na promoção do esporte e na construção de um ambiente esportivo mais saudável e completo.

b) Resposta pessoal. Se for o caso, permita aos estudantes que façam uma breve pesquisa no celular ou, se possível, para garantir que todos tenham acesso às informações necessárias para a atividade, leve-os a uma sala de informática.

1. c) Resposta pessoal.

Não escreva no livro.

FOCO NO DIÁLOGO

2 Leia os textos a seguir e responda ao que se pede no caderno.

Texto 1

Depoimentos de mulheres que atuam com jornalismo esportivo

[...]

Elas têm que estar apresentáveis, a repórter não pode ser feia, não pode ser velha. Têm que estar com o corpo de atleta. Mas a gente vê homens velhos, fora de forma, nada esteticamente, classicamente beleza de televisão [...] quando ela é permitida estar nesse meio, ela tem que estar bonita. (Interlocutora O5, 40 anos, casada, heterossexual, branca, superior completo).

[...]

[...] já entrei sabendo que esse espaço historicamente não é para mulher. Eu vou ter o dobro do esforço para acreditarem em mim. Eu vou ter o dobro do esforço para passar credibilidade. Porque eu sou uma mulher, porque eu falo de futebol [...] para muitas pessoas isso é uma coisa descontextualizada. Mulher e futebol não se juntam. Justamente por essa construção histórica. (Interlocutora R4, 20 anos, solteira, heterossexual, parda, superior incompleto).

PACHECO, Leonardo Turchi; SILVA, Silvio Ricardo da. Mulheres e jornalismo esportivo: possibilidades e limitações em um campo masculino. *Revista Estudos Feministas*, v. 28, n. 3, p. e61002, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ref/a/YWnfSyZZcTZCbZs3bkvZSPQ/?lang=pt. Acesso em: 4 set. 2024.

Texto 2

Psicologia do esporte na preparação de atletas

[...] O esporte é repleto de estressores, de dificuldades. Então, o atleta precisa aprender a conviver com isso tudo e, ainda assim, extrair o máximo de seu potencial. Então, o mais importante sobre esse trabalho é que não existe uma fórmula mágica, não existe uma frase de efeito. Existe um trabalho consistente, de apoio, de acompanhamento profundo, para que o atleta se conheça, saiba o que ele precisa para dar o que tem de melhor na hora que importa. [...]

[...] Problemas de saúde mental sempre existiram porque atletas são pessoas, não são máquinas. Eles sentem, têm as suas dificuldades. Mas no momento que grandes atletas começaram a falar 'eu sou humano', 'eu sinto', 'eu sofro', 'eu preciso cuidar da minha saúde mental', isso legitimou que outros atletas também pudessem falar sobre isso e, assim, cuidar da sua saúde mental como um instrumento para melhora do desempenho. [...]

Aline Wolff (Psicóloga do Esporte que atuou com a seleção brasileira de Ginástica Artística nos Jogos Olímpicos de Paris, 2024)

Lance! Psicóloga de Rebeca Andrade explica preparação mental da ginasta: 'Exemplo de autocuidado'. *Portal Terra*. Publicado em 8 ago. 2024. Disponível em: https://www.terra.com.br/esportes/jogos-olimpicos/psicologa-de-rebeca-andrade-explica-preparacao-mental-da-ginasta-exemplo-de-autocuidado,6439f29627831f1529071e273284ec6738hnl7ap.html. Acesso em: 4 set. 2024.

a) Quais são os desafios enfrentados pelas mulheres no jornalismo esportivo, segundo os depoimentos apresentados?

b) De que maneira os depoimentos refletem questões que afetam as mulheres na sociedade e no exercício de outras profissões?

c) Qual é o papel da psicologia do esporte na preparação dos atletas?

d) De que forma a psicologia do esporte e o jornalismo esportivo podem contribuir para que as pessoas revejam concepções relativas ao esporte?

e) Além das pessoas que atuam profissionalmente no mundo dos esportes, há os torcedores, que se envolvem com o esporte de diferentes maneiras. Em sua opinião, qual é a contribuição dos torcedores para os esportes?

f) Você acha que torcedores homens e torcedoras mulheres têm a mesma participação e experiência esportiva? **2. f)** Resposta pessoal.

2. a) As mulheres no jornalismo esportivo enfrentam desafios relacionados à credibilidade e à aparência. Segundo os depoimentos, elas são julgadas de maneira mais rigorosa que os homens, sendo exigido que estejam em forma e tenham uma aparência que se encaixe nos padrões estéticos. Além disso, há uma percepção histórica de que o esporte, especialmente o futebol, é um espaço masculino, o que exige das mulheres o dobro de esforço para serem aceitas e respeitadas como profissionais.

2. b) Essas questões se devem a uma cultura histórica que associa certos espaços, como o jornalismo esportivo, ao domínio masculino. Elas afetam também outras áreas, como política, tecnologia e ciências, nas quais as mulheres enfrentam resistência para serem vistas como profissionais tão qualificadas quanto os homens.

2. c) Ao abordar questões de saúde mental, os psicólogos possibilitam aos atletas que alcancem seu potencial máximo ao mesmo tempo que cuidam de sua saúde mental. Esse suporte é importante tanto para o desempenho físico quanto para o bem-estar geral do atleta.

2. d) A psicologia do esporte pode ajudar a desmistificar a ideia de que atletas se assemelham a máquinas focadas apenas no desempenho, mostrando a importância do autocuidado e do equilíbrio emocional. Já o jornalismo esportivo pode quebrar estereótipos de gênero e promover uma cobertura mais igualitária, representando as mulheres e outras minorias de forma justa. Juntos, esses dois campos podem incentivar uma visão mais inclusiva e humana do esporte, que valoriza tanto o desempenho quanto o bem-estar dos atletas.

2. e) Espera-se que os estudantes reconheçam que os torcedores desempenham um papel fundamental para os esportes, pois são eles que sustentam sua popularidade e viabilidade econômica. Além disso, contribuem não apenas financeiramente, comprando ingressos e produtos, mas também emocionalmente, criando uma atmosfera vibrante e de apoio aos atletas. As torcidas organizadas e o engajamento nas redes sociais também ajudam a promover debates e campanhas sociais no esporte. Ao mesmo tempo, os estudantes podem trazer questões sobre o mau comportamento de torcedores que invadem os espaços esportivos e se manifestam de modo violento ou preconceituoso.

NA ESTRADA

Prepare-se para uma jornada pelos esportes de invasão e pela ginástica artística, explorando a importância da inclusão e do respeito à diversidade. A inclusão busca garantir que todas as pessoas, independentemente de suas características ou limitações, tenham a oportunidade de participar ativamente do esporte, enquanto a equidade visa promover a igualdade de oportunidades, reconhecendo e valorizando as diferenças, para que todos tenham acesso às mesmas condições e possibilidades de desenvolvimento.
Ao longo deste capítulo, você vai refletir sobre o papel das torcidas no espetáculo esportivo e conhecer os elementos essenciais dos esportes de invasão, como futebol e basquete. Além disso, vai pensar sobre a escolha da profissão de atleta e analisar a importância da igualdade de remuneração entre homens e mulheres. Você também terá a chance de refletir sobre o papel das tecnologias na arbitragem esportiva e sobre o impacto das mídias sociais no esporte. Por fim, vai fazer uma pesquisa bibliográfica para produzir um pôster de divulgação científica.
Ao longo desta jornada, você vai acumular informações, vivências e habilidades que resultarão na organização de um festival esportivo inclusivo com seus colegas.

1ª PARADA

Torcida: uma das estrelas do esporte

Na arquibancada ou na sala de casa, com ou sem a camisa do clube ou da seleção, com hino na ponta da língua ou somente o refrão, o torcedor faz parte da cultura esportiva. Afinal, o espetáculo é feito pelos atletas dentro do campo e pelos torcedores onde quer que eles estejam.

1 **Responda às questões a seguir no caderno.**

a) Você costuma acompanhar eventos esportivos como torcedor? Quais eventos e modalidades? Você acompanha presencialmente ou por meio de mídias como televisão, rádio, internet ou redes sociais? **1. a)** Respostas pessoais.

b) Como você define o que é um torcedor? Qual o papel dos torcedores em eventos esportivos?

1. b) Respostas pessoais. Torcedor é o indivíduo que se identifica com um time, clube, equipe ou seleção esportiva, ou seja, é aquele que acompanha os jogos e o desempenho dessa equipe, torcendo pelo seu sucesso. Esse acompanhamento pode ser individual ou coletivo, presencialmente ou por meios de comunicação, como rádio, televisão ou mídias digitais. Com a crescente mercantilização do esporte e, em especial, do futebol, os torcedores são considerados também consumidores de produtos, eventos e serviços vinculados ao time, sendo alvo de campanhas de publicidade e de *marketing* de diferentes produtos diretos ou indiretos.

2 **No Brasil, a Lei Geral do Esporte, n. 14.597, de 14 de junho de 2023, estabelece regras para torcedores, torcidas organizadas, times e gestores de eventos esportivos, além da regulação do trabalho dos atletas, árbitros e técnicos e da gestão financeira das organizações esportivas. Leia alguns trechos do texto da Lei, observe o cartaz e reflita sobre as questões.**

Art. 178. Torcedor é toda pessoa que aprecia, apoia ou se associa a qualquer organização esportiva que promove a prática esportiva do País e acompanha a prática de determinada modalidade esportiva, incluído o espectador-consumidor do espetáculo esportivo.

[...]

Art. 179. É obrigação do poder público em todos os níveis, das organizações esportivas, dos torcedores e dos espectadores de eventos esportivos promover e manter a paz no esporte.

[...]

Parágrafo único. São diretrizes do Plano Nacional pela Cultura de Paz no Esporte:

I. a adoção de medidas preventivas e educativas direcionadas ao controle dos atos de violência relacionados ao esporte;

II. a promoção de atividades que busquem o afastamento do torcedor violento das arenas esportivas e consequente trabalho de reinserção na assistência de eventos esportivos com comportamento pacífico;

III. a permanente difusão de práticas e de procedimentos que promovam a cultura de paz no esporte;

Não escreva no livro.

IV. o estabelecimento de procedimentos padronizados de segurança e de resolução de conflitos em eventos esportivos;

V. a valorização da experiência dos juizados do torcedor.

BRASIL. Lei Geral do Esporte. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/cciviL_03/////_Ato2023-2026/2023/Lei/L14597.htm. Acesso em: 10 set. 2024.

Observe o cartaz, de Rodrigo Brum, que ilustra uma campanha de conscientização feita pelo Ministério Público do Rio Grande do Norte.

DCOM/MPRN

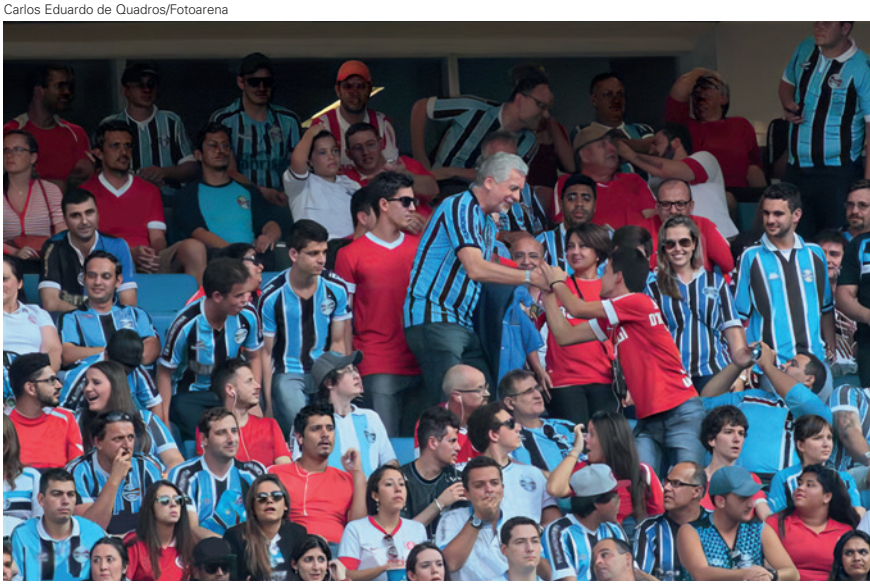
Cartaz da campanha pela paz nos estádios promovida pelo Ministério Público do Rio Grande do Norte, em 2020.

a) O *slogan* da campanha é: "Vista-se de paz e vá ao estádio". Qual é a relação entre o verbo vestir e o esporte?

b) Como o cartaz se relaciona com os objetivos de promoção da cultura de paz explicitados na Lei Geral do Esporte?

3 **Os torcedores são figuras essenciais para os esportes e podem contribuir para a promoção da cultura de paz, agindo de acordo com preceitos da convivência social e cidadã. Observe a sequência de imagens de torcidas de diferentes equipes de futebol.**

Carlos Eduardo de Quadros/Fotoarena



Torcida mista do Grêmio e do Internacional durante partida das finais do campeonato gaúcho, em Porto Alegre (RS), 2015.

2. a) Nos esportes, existe uma máxima que diz que o torcedor precisa "vestir a camisa do time", ou seja, precisa apoiar seu clube, torcer por ele; por isso, a campanha fala em "vista-se de paz", com o objetivo de incentivar os torcedores a se engajarem na luta pela paz nos estádios.

2. b) O cartaz dialoga diretamente com os objetivos da Lei Geral do Esporte ao promover a associação do esporte com valores positivos e pacíficos. A mensagem central convoca o público a adotar uma postura de paz ao frequentar eventos esportivos, reforçando a ideia de que o esporte deve ser um espaço de união, respeito e celebração, e não de violência ou hostilidade. Ao enfatizar a paz como um "vestuário" a ser adotado, contribui para a construção dessa cultura, incentivando os torcedores a se conscientizarem sobre seu papel na promoção de um ambiente esportivo mais positivo e inclusivo.

Não escreva no livro.

svetikd/iStock/Getty Images

Torcedores manifestando predileção por seleções de diferentes países, na Sérvia, em 2018.

Uarlen Valerio/O Tempo/Folhapress

Torcida do Atlético Mineiro se manifesta contra o racismo em apoio ao jogador Tinga, do Cruzeiro, vítima de injúria racial em partida contra time peruano em 2014. O cartaz "No Galo, o preto e o branco sempre andaram juntos" reforça a luta contra o preconceito no futebol.

Movimento Toda Poderosa Corinthiana/Acervo do cedente

Torcedoras do Corinthians integrantes do Movimento Toda Poderosa Corinthiana.

Não escreva no livro.

Dudu Macedo/Fotoarena

Torcida do Atlético Mineiro com faixa contra o racismo, durante partida entre Atlético e Cruzeiro, pelo Campeonato Mineiro, em Belo Horizonte (MG), 2014.

a) O que as imagens têm em comum?

b) Identifique as reivindicações dos torcedores retratados. É possível afirmar que as imagens ilustram a cultura de paz? Justifique. Converse com os colegas e o professor sobre o assunto.

c) Todas as pessoas podem ajudar no combate a atitudes preconceituosas e racistas ou apenas os grupos afetados podem agir? Por quê?

d) Em sua opinião, as arquibancadas de eventos esportivos são um espaço para esse tipo de manifestação e debate? Justifique sua resposta.

Rejeitar a violência é um dos pilares da cultura de paz promovida pela Organização das Nações Unidades (ONU) desde os anos 2000. Além desse, existem outros cinco pilares: respeitar a vida, ser generoso, ouvir para compreender, preservar o planeta e redescobrir a solidariedade.

Johan Galtung, pesquisador norueguês pioneiro na pesquisa sobre violência e sobre estratégias de mediação de conflitos e promoção da paz, é uma das referências citadas nos documentos nacionais e internacionais sobre a cultura da paz. Para ele, a violência pode ser manifestar de três maneiras:

1. Violência direta: aquela que acontece explicitamente e com o objetivo de ferir física ou psicologicamente uma pessoa ou um grupo de pessoas.
2. Violência estrutural: são formas de violência presentes de maneira estrutural na sociedade, como as desigualdades socioeconômicas, educativas, culturais e de acesso a bens e serviços públicos que impedem o acesso equitativo a condições dignas de vida e existência das pessoas.
3. Violência cultural: apesar de ser bastante disseminada, essa forma de violência é muitas vezes sutil e silenciosa, como os preconceitos relacionados a marcadores sociais da diferença como classe social, gênero, cor da pele, crença, deficiência e orientação sexual.

Além de promover a cultura de paz nos esportes por meio do combate à violência direta, as torcidas, seleções e clubes de diferentes modalidades esportivas precisam se engajar em combater a violência cultural e estrutural. É importante lembrar que, além de ações presenciais nas arquibancadas, nos campos e nas quadras, as torcidas podem se engajar em combater os diferentes tipos de violência utilizando as novas tecnologias de informação e comunicação, a internet e as redes sociais, fazendo com que essa mensagem chegue a um número cada vez maior de pessoas.

3. a) Contribua para que os estudantes percebam que as imagens trazem torcedores, em clima de alegria e diversão, e que há convivência harmoniosa entre torcidas diferentes de campeonatos nacionais ou internacionais. É crucial que percebam que a união, o respeito e a tolerância estão implicados nas imagens de torcidas mistas. Amplie a discussão destacando a importância desses comportamentos cidadãos para a convivência em qualquer esfera da sociedade.

3. b) Espera-se que os estudantes mencionem que nas imagens mostradas há a preocupação com a cultura de paz e que argumentem usando como base o que veem: torcida mista durante jogo, torcedores de diferentes países juntos, torcida do Atlético Mineiro em campanha contra o racismo e torcedoras do Corinthians em movimento contra o machismo.

3. c) Espera-se que os estudantes respondam que todas as pessoas podem ajudar no combate a todo tipo de preconceito, apoiando os grupos afetados.

3. d) Resposta pessoal. Incentive os estudantes a argumentar com dados e fatos que já conhecem. Eles podem mencionar que os jogos de futebol, por terem muita audiência e muitos torcedores, são momentos oportunos para divulgar a paz.

4 **Agora que você refletiu sobre questões sociais que permeiam a prática esportiva, vamos praticar!**

Pesquisa e compartilhamento de ações e informações para o combate aos preconceitos pelos torcedores

Como fazer *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

- Com a turma toda, organize-se em quatro grupos.
- Cada grupo deve pesquisar iniciativas de torcidas em eventos nacionais ou internacionais relacionadas à busca por igualdade de direitos, combate a preconceitos e violências de toda natureza.
- Pesquise o assunto em fontes confiáveis e faça um levantamento das informações encontradas.
- Em dia previamente acordado com a turma e o professor, compartilhe as informações com os colegas e discuta o que pesquisaram. Esse material será importante para a promoção do Festival Esportivo Inclusivo, que vai incluir ativismo da torcida.
- Com base nessas iniciativas, cada grupo deve elaborar uma proposta de manifestação e conscientização por meio de cartazes, cânticos, bandeiras, etc. para explicitar o combate à violência estrutural e cultural no evento inclusivo que será realizado na escola.

Esportes de invasão: palco de inclusão e respeito à diversidade

Durante as discussões desta parada, você observou exemplos de ativismo das torcidas, tendo como exemplo os espectadores de partidas de futebol, um dos esportes de invasão mais populares do mundo.

Os esportes de invasão são aqueles em que duas equipes competem para alcançar um objetivo específico: invadir o território adversário para marcar pontos e, ao mesmo tempo, defender o próprio território para evitar que o adversário faça o mesmo. Esses esportes incluem modalidades populares como futebol, basquete, handebol e futsal, entre outros. Por exigirem contato físico intenso entre os praticantes, esses esportes exigem combinar ações corporais técnicas e táticas que não infrinjam o respeito ao adversário e que não se configurem como violência direta aos praticantes do time oposto.

Os esportes de invasão compartilham uma estrutura comum, independentemente da modalidade. Esses elementos essenciais, chamados de componentes invariantes, são fundamentais para a prática desses esportes. Vamos entender cada um deles com exemplos.

Invariantes dos esportes de invasão

- Presença de uma bola ou objeto similar: em todos os esportes de invasão, há um objeto principal que deve ser controlado, como a bola no futebol ou no basquete. Esse objeto é central para o jogo, pois é por meio dele que as equipes conseguem marcar pontos.
- Delimitação do espaço de jogo: o espaço no qual o jogo acontece é sempre delimitado, seja uma quadra, um campo, seja outro tipo de área. Por exemplo, no futebol, temos um campo com áreas específicas para ataque e defesa. No basquete, a quadra é dividida em zonas onde os jogadores devem se posicionar estrategicamente.
- Presença de companheiros de jogo e de oponentes: os esportes de invasão são coletivos, ou seja, você joga com outras pessoas, formando uma equipe. Ao mesmo tempo, há uma equipe adversária, que compete contra a sua, tentando impedir suas ações e tomar a bola para ela.
- Um alvo a atacar: o objetivo principal é atacar o alvo do adversário para marcar pontos. No futebol, esse alvo é o gol; no basquete, a cesta. Marcar um ponto significa ser bem-sucedido em invadir o território adversário e alcançar o objetivo.
- Um alvo a defender: enquanto tenta marcar pontos, sua equipe também precisa defender o próprio alvo. Isso significa evitar que o adversário invada sua área e marque pontos. No futebol, por exemplo, os jogadores tentam impedir que a bola entre no seu gol.
- Delimitação das ações por regras: todos os esportes de invasão têm regras específicas que determinam como deve se suceder o jogo. Essas regras garantem que a partida seja justa e organizada. Elas incluem desde as formas permitidas de movimentação da bola até as penalidades para infrações.

Não escreva no livro.

Além dos componentes invariantes, os esportes de invasão são caracterizados por princípios operacionais que guiam as ações dos jogadores tanto no ataque quanto na defesa.

Princípios operacionais de ataque

- Conservação individual e coletiva da bola: manter a posse da bola é essencial. Isso pode ser feito tanto por um jogador individualmente, driblando ou protegendo a bola, quanto coletivamente, passando a bola entre os colegas de equipe para mantê-la longe dos adversários.
- Progressão da equipe e da bola em direção ao alvo adversário: a equipe deve avançar no campo ou na quadra, movendo-se em direção ao alvo adversário. Isso envolve coordenar os movimentos da equipe para criar oportunidades de ataque.
- Finalização da jogada: o objetivo final do ataque é marcar pontos, seja chutando a bola ao gol no futebol ou arremessando-a na cesta no basquete.

Princípios operacionais de defesa

- Recuperação da bola: a equipe defensiva tenta recuperar a bola do adversário, seja interceptando um passe, seja desarmando um jogador.
- Impedir o avanço da equipe contrária e da bola em direção ao próprio alvo: um dos objetivos principais da defesa é bloquear o avanço da equipe adversária, impedindo que se aproxime de seu alvo.
- Proteção do alvo visando impedir a finalização da equipe adversária: proteger o alvo é essencial. Isso envolve posicionar-se estrategicamente para evitar que o adversário consiga finalizar a jogada e marcar pontos.

A prática dos esportes de invasão vai além de apenas saber as regras e técnicas. Um dos principais objetivos é aprender a jogar de forma coletiva, desenvolvendo a capacidade de comunicar-se com os colegas e adaptar-se a situações dinâmicas e interativas, envolvendo a combinação de suas ações individuais com os objetivos coletivos da equipe, contribuindo para o sucesso no jogo, ao mesmo tempo que respeita os adversários. Uma forma de praticar habilidades técnicas e táticas dos esportes de invasão são os jogos da escola (esporte reduzido e adaptado conforme a realidade e o contexto de cada comunidade escolar). Essa forma é inclusiva e pode ser recriada na escola para o Festival Esportivo Inclusivo.

5 **Agora, com toda a turma, você vai praticar um pouco do que aprendeu sobre os esportes de invasão.**

Jogos inspirados em habilidades dos esportes de invasão: futebol e basquete

Veja mais informações nas ***Orientações didáticas****.*

Como fazer

- Vocês vão precisar de uma quadra poliesportiva ou um espaço amplo, bolas de futsal, futebol, basquetebol, handebol ou bolas de borracha, trave de gol e tabela de basquete ou alvos criados com materiais adaptados, como cones, garrafas plásticas ou bambolês afixados em pontos altos da quadra.
- Sob orientação do professor, vivenciem os mesmos jogos com bolas das diferentes modalidades e reflitam sobre como as ações corporais se diferenciam.
- Procurem identificar também a presença dos elementos invariantes comuns aos esportes de invasão, bem como os princípios de ataque e defesa.
- Combinem entre si que todos devem se comprometer a promover a cultura de paz, rejeitando a violência e favorecendo a solidariedade e a inclusão durante as práticas.
- Durante a prática, realizar o registro por fotos ou vídeos das situações vivenciadas.

Como jogar 1 × 1

- Formem duplas: escolham um parceiro e peguem uma bola de basquetebol ou futsal.
- Distribuam-se pelo espaço: escolham quem começará com a posse de bola.
- Movimentem-se: quem estiver com a bola de basquete deve quicá-la enquanto se desloca. Quem estiver com a de futsal, deve conduzi-la com os pés.
- Tentem interceptar: cada um deve tentar interceptar a bola, mas sem realmente tomá-la do parceiro.

- Troquem de função: após alguns minutos, troquem de função entre si.
- Experimentem com outra bola: tentem a atividade com a bola de outra modalidade para sentir a diferença entre o controle da bola com as mãos e com os pés.

Como jogar 3 × 1

- Formem quartetos: juntem-se a outra dupla e formem um grupo com quatro pessoas.
- Escolham quem vai interceptar: um integrante do grupo será o responsável por tentar interceptar a bola.
- Passem a bola: os outros três devem passar a bola entre si, evitando que o interceptador consiga pegar a bola.
- Troquem de funções: revezem quem será o interceptador.

Como jogar "mãe da rua" com condução de bola

- Escolham a "mãe da rua": um de vocês deve ficar no centro da quadra.
- Posicionem-se nas extremidades: os outros jogadores devem se posicionar nas extremidades da quadra com uma bola.
- Troquem de lado: ao sinal do professor, atravessem a quadra conduzindo a bola com os pés, enquanto a "mãe da rua" tenta interceptar a bola de alguém.
- Novo papel: se a "mãe da rua" pegar a bola de alguém, essa pessoa passa a ser a nova "mãe da rua".

Como jogar "a bola é o pique"

- Escolham os pegadores: selecionem um ou mais pegadores.
- Passem a bola: cinco ou seis estudantes terão uma bola e devem passá-la para proteger seus colegas dos pegadores.
- Mantenham a posse: quem estiver com a bola não pode ser tocado pelo pegador. Passem rapidamente a bola para proteger os colegas.

Variações dos jogos com habilidades do futsal e do basquete

- Formem times: joguem em equipes de cinco pessoas em meia quadra ou quadra inteira.
- Experimentem novas regras: tentem variações, como jogar com duas bolas, determinar que gols de cabeça valem mais pontos ou exigir um número mínimo de passes antes de finalizar.
- Experimentem quatro gols: tentem jogar com quatro gols em vez de dois para desafiar as habilidades de ataque e defesa.

Jogo de passes

- Joguem em equipes: formem equipes de cinco integrantes.
- Passem a bola: realizem um número determinado de passes entre si, sem permitir que a outra equipe intercepte.
- Marquem pontos: cada vez que uma equipe completar o número de passes, ela marca um ponto.

Jogos de finalização

- Criem alvos: usem materiais alternativos, como caixas ou cestos como alvos.
- Arremessem: lancem a bola nos alvos, evitando pisar na área delimitada.
- Pontuação criativa: inventem diferentes formas de pontuar, dependendo da dificuldade do arremesso.

Jogo de marcação – "pega-pega com bola"

- Escolham um pegador: um jogador será o pegador, e os outros, os fugitivos.
- Mantenham a posse: os fugitivos devem passar a bola entre si para evitar serem tocados pelo pegador.
- Dividam a quadra: joguem simultaneamente em quatro partes da quadra, cada grupo em seu espaço.
- Durante as práticas, procurem identificar os princípios de ataque e defesa que estão sendo utilizados e como ganham especificidades quando experimentados com a bola nos pés e com a bola nas mãos.

Análise dos jogos

- Depois de experimentar alguns desses exemplos, criem outros jogos e modos de praticar habilidades técnicas e táticas com os colegas. Esse repertório de práticas pode compor o festival inclusivo que será organizado na seção *Desembarque*.
- Após cada experimentação, conversem entre si sobre as atitudes de jogadores e suas relações com a promoção da cultura de paz.
- Avaliem quais desses jogos ou outros criados pela turma podem ser incluídos no festival inclusivo.

Não escreva no livro.

Atletas como exemplos e líderes na transformação social

Leia os textos e reflita sobre as questões:

A Liga Nacional de Basquete (LNB) deu um passo pioneiro no combate ao racismo e ao preconceito no esporte no Brasil. Nesta quinta-feira, a entidade que promove o NBB lançou o Tratado Antirracista e Pela Diversidade, um acordo entre os 19 clubes do campeonato nacional. O documento, disponível no site da LNB, estabelece protocolos para casos de discriminação racial, violência contra a mulher, LGBTfobia, xenofobia e capacitismo em jogos da liga, orientando o acolhimento à vítima, a denúncia e o encaminhamento para julgamento, tanto na esfera civil quanto na esportiva.

[...]

BASTOS, Denise Thomaz; GUERRA, Marcos. NBB lança Tratado Antirracista para combater preconceito no basquete. *Portal Globo Esporte*. Publicado em 11 de abril de 2024. Disponível em: https://ge.globo.com/basquete/noticia/2024/04/11/nbb-lanca-tratado-antirracista-para-combater-preconceito-no-basquete.ghtml. Acesso em: 4 set. 2024.

Assessoria de Comunicação/Novo Basquete Brasil/Liga Nacional de Basquete

A Liga Nacional de Basquete (LNB) lança tratado antirracista em abril de 2024, em São Paulo, reunindo integrantes da entidade para combater o racismo e promover a diversidade no esporte.

Vinicius Jr. se pronuncia sobre punição por racismo na Espanha: "Tenham medo"

Condenação foi a primeira sentença por insultos racistas em um estádio na história do futebol espanhol

Vinicius Júnior se pronunciou sobre a prisão de três torcedores do Valencia por insultos racistas contra o jogador do Real Madrid [...]. Os três foram condenados a oito meses de prisão, banidos por dois anos dos estádios do Campeonato Espanhol e terão que arcar com os custos do processo.

"Muitos pediram para que eu ignorasse, outros tantos disseram que minha luta era em vão e que eu deveria apenas 'jogar futebol'. Mas, como sempre disse, não sou vítima de racismo. Eu sou algoz de racistas. Essa primeira condenação penal da história da Espanha não é por mim. É por todos os pretos", escreveu.

O atacante da Seleção Brasileira afirmou ainda: "Que os outros racistas tenham medo, vergonha e se escondam nas sombras. Caso contrário, estarei aqui para cobrar. Obrigado a La Liga e ao Real Madrid por ajudarem nessa condenação histórica. Vem mais por aí".

Lars Baron/Getty Images

Vinicius Júnior no jogo contra o Borussia Dortmund, pela final da Champions League, realizado no Estádio de Wembley, Reino Unido, em junho de 2024.

CNN. Vinicius Jr. se pronuncia sobre punição por racismo na Espanha: "Tenham medo". *Esportes*, 10 jun. 2024. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/esportes/futebol/futebol-internacional/vinicius-jr-se-pronuncia-sobre-punicao-a-racismo-na-espanha-tenham-medo/. Acesso em: 1º set. 2024.

6 Responda às questões a seguir no caderno.

a) Em sua opinião, qual é o papel de entidades esportivas e atletas no combate a preconceitos e na promoção da cultura de paz? **6. a)** Resposta pessoal.

b) Você acredita que há relações entre a violência observada nos estádios e a que acontece na sociedade em geral? Justifique. **6. b)** Resposta pessoal.

c) Quais estratégias práticas realizadas por entidades esportivas e atletas podem ser eficazes para rejeitar a violência e promover a cultura de paz no esporte? Reúna-se em grupo e elabore uma lista de possibilidades. Depois, compartilhe com o professor e os colegas dos demais grupos. Você pode criar a proposta utilizando a estrutura de uma tabela. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Ação (O que deve ser feito)	Agente (Quem deve fazer)	Descrição da ação (Como deve ser feita)
//	//	//
//	//	//
//	//	//

2ª PARADA

Profissão atleta: entre o sonho e a realidade

Luta e resistência no futebol feminino

Nesta parada, você vai aprofundar os conhecimentos sobre a profissão de atleta, refletir sobre esta temática e perceber que esse trabalho, muitas vezes envolto em holofotes e idealizações, também carrega desafios psicológicos e econômicos para as pessoas que escolhem seguir esse caminho.

1 **Leia os textos a seguir. Depois, responda às questões no caderno.**

Texto 1

[...]

Qual é o salário de um jogador de futebol no Brasil?

A porcentagem de jogadores que ganham salários milionários no país é baixa, isso porque a maior parte dos atletas recebem valores bem mais modestos do que as grandes estrelas que estão nas principais competições e principais clubes nacionais.

Como exemplo de quanto ganha um jogador de futebol no Brasil, de acordo com a Confederação Brasileira de Futebol (CBF), o salário médio de um jogador no território nacional é de R$ 5 mil.

Segundo listagem feita pela CBF, divulgada pela Indeed, confira a porcentagem de quanto ganha um jogador de futebol a cada faixa salarial.

55% dos jogadores ganham menos de R$ 1.000

33% dos jogadores ganham entre R$ 1.001 e R$ 5.000

5% dos jogadores ganham entre R$ 10.001 e R$ 50.000

4% dos jogadores ganham entre R$ 5.001 e R$ 10.000

1% dos jogadores ganham entre R$ 50.001 e R$ 100.000

1% dos jogadores ganham entre R$ 100.001 e R$ 200.000

1% dos jogadores ganham entre R$ 200.001 e R$ 500.000

A pesquisa da CBF também registrou 360.291 atletas, com cerca de 75% deles sendo categorizados como amadores e que não encontraram no futebol sua principal fonte de renda.

[...]

JORNAL DA PARAÍBA. Quanto ganha um jogador de futebol: confira os salários. Publicado em 1 nov. 2023. Disponível em: https://jornaldaparaiba.com.br/esportes/quanto-ganha-um-jogador-de-futebol. Acesso em: 2 set. 2024.

Texto 2

As donas da bola: existe desigualdade de gênero no futebol?

[...]

Ser hoje uma jogadora de futebol no Brasil não é uma tarefa fácil. Para conseguirem reconhecimento, as jogadoras seguem dando muito "chapéu" no preconceito, na discriminação e na desvalorização salarial.

Um exemplo claro disso é que as jogadoras ainda não são remuneradas e patrocinadas da mesma forma que os jogadores.

A nossa craque Marta, por exemplo, eleita seis vezes a melhor jogadora do mundo pela Fifa, chega a ter ganhos anuais de US$ 400 mil – de acordo com um levantamento do jornal espanhol "Marca".

Já Neymar, outro craque do futebol brasileiro, mas que nunca foi eleito melhor jogador do mundo, teve ganhos anuais apontados por um levantamento da "Forbes" que beiram US$ 50 milhões de dólares por ano.

Até mesmo as premiações entre as seleções masculina e feminina ainda não estão em pé de igualdade. No Mundial Feminino deste ano, a Fifa vai distribuir US$ 150 milhões entre as equipes – um valor que já é maior do que foi pago em 2019 – mas ainda bem menor o que os US$ 440 milhões pagos no Mundial Masculino no Qatar.

[...]

VIDICA, Letícia. As donas da bola: existe desigualdade de gênero no futebol? *Portal CNN Brasil*. Publicado em: 21 jul. 2023. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/esportes/futebol/as-donas-da-bola-existe-desigualdade-de-genero-no-futebol/. Acesso em: 2 set. 2024.

Não escreva no livro.

Texto 3

1. a) De acordo com o texto 1, a maioria dos jogadores brasileiros ganha menos de R$ 1.000.
1. b) Sim, há muita disparidade, pois apenas uma pequena porcentagem dos jogadores recebe salários altos. A maioria ganha muito menos, com 55% ganhando menos de R$ 1.000.

Federação de Futebol dos EUA vai pagar mesmos valores para seleções masculina e feminina

O acordo sem precedentes estabelece que, de agora em diante, nas seleções americanas de futebol, homens e mulheres passarão a receber o mesmo valor por cada jogo disputado, de amistosos a torneios oficiais

[...]

A Federação dos Estados Unidos é a primeira a acabar com essa diferenciação. O dinheiro dos mundiais passa agora a entrar no mesmo caixa; e é dividido igualmente entre atletas das duas seleções.

O grito por pagamentos iguais começou a ecoar em 2016, puxado pelas lideranças da equipe feminina, quatro vezes campeã mundial e dona de quatro ouros olímpicos. Gente como a capitã da seleção, Megan Rapinoe. Como os apelos não eram ouvidos, o caso foi parar nos tribunais em 2020, com as craques processando a própria federação por discriminação de gênero.

[...]

G1. Federação de Futebol dos EUA vai pagar mesmos valores para seleções masculina e feminina. Publicado em: 18 maio 2022. Disponível em: https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2022/05/18/federacao-de-futebol-dos-eua-vai-pagar-mesmos-valores-para-selecoes-masculina-e-feminina.ghtml. Acesso em: 2 set. 2024.

a) Segundo os dados do texto 1, quanto ganha a maioria dos jogadores brasileiros?
b) Pode-se dizer que há muita disparidade entre os salários dos jogadores de futebol? Por quê?
c) Como você avalia esse cenário? Qual as chances de um jovem do sexo masculino que decide ser atleta de futebol obter altos salários? E se for uma jovem mulher?
d) Em sua opinião, o que leva jovens a escolher ser futebolistas, apesar da pequena possibilidade de obtenção de altos salários, considerando os valores salariais de jogadores e jogadoras de futebol analisados anteriormente? Qual é o papel da mídia nessa escolha?
e) Qual é a sua visão sobre a disparidade salarial entre jogadores e jogadoras de futebol? Que ações poderiam ser adotadas para modificar essa situação, considerando a iniciativa apresentada no texto 3?

1. c) O cenário revela que as chances de um jovem homem ganhar altos salários no futebol são pequenas, já que a maioria dos jogadores recebe pouco. Para uma jovem mulher, as chances são ainda menores, devido à desvalorização das jogadoras e à disparidade salarial de gênero.
1. d) Muitos jovens escolhem ser futebolistas por paixão pelo esporte e pela esperança de altos salários, mesmo com a realidade apontando outra direção. A mídia, ao focar o *glamour* dos jogadores de sucesso, cria uma imagem distorcida da profissão.
1. e) A disparidade salarial entre jogadores e jogadoras reflete uma desigualdade de gênero que precisa ser corrigida. Iniciativas como a da Federação de Futebol dos EUA, que estabelece igualdade de pagamento, são fundamentais para mudar essa realidade.

2 **Agora, observe as imagens de algumas jogadoras da seleção brasileira de futebol com torcedores. Em seguida, discuta com os colegas as questões propostas.**

Elsa/Getty Images

A alagoana Marta (1986-) dando autógrafos a torcedores no Red Bull Arena, em Nova Jersey (NY), 2023.

2. a) Respostas pessoais. As jogadoras são símbolos de representatividade para muitas mulheres e esse é um fator que as aproxima. Quando mulheres se veem representadas no futebol, elas se identificam mais com o esporte e tendem a se aproximar das suas representantes. O futebol passa, então, a ser visto também como um esporte de mulheres e para mulheres.

ZUMA Press/Alamy/Fotoarena

Ludmila da Silva (1994-), mais conhecida como Ludmila, dando atenção a torcedores da seleção brasileira em São Paulo (SP), 2022.

a) Em relação aos torcedores, você acha que há mais homens ou mulheres torcendo pelas jogadoras da seleção brasileira? Em sua opinião, esse fato tem a ver com a questão da representatividade feminina? Por quê?

Não escreva no livro.

b) Uma maior representatividade no esporte poderia influenciar a questão do financiamento desigual para o futebol masculino e feminino? De que forma? **2. b)** Respostas pessoais.

c) Qual é a importância de jogadoras como Marta ocuparem os espaços de visibilidade no futebol?

#ficaadica

A representatividade se refere ao fato de alguém expressar os interesses de um grupo em determinados espaços sociais. Ela está profundamente relacionada à identidade pessoal e de grupo e impacta diretamente na autoestima, no senso de pertencimento e na luta por igualdade e reconhecimento. Dessa maneira, é necessário que haja representantes de grupos em diversos locais para que todos os interesses sejam conhecidos.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Marta Vieira da Silva (1986-), nascida em Dois Riachos, Alagoas, é uma atleta profissional de futebol, vencedora de seis prêmios de melhor jogadora do mundo. Conquistou títulos internacionais, como Champions League, Libertadores da América e Jogos Pan-Americanos. Em 2018, foi nomeada pela ONU Embaixadora da Boa Vontade para mulheres e meninas no esporte. Em 2024, foi imortalizada pela Federação Internacional de Futebol.

2. c) Marta é a grande figura do futebol feminino e muitos torcedores a têm como inspiração. Os lugares ocupados por ela foram, durante muito tempo, negados às mulheres. A conquista feminina de premiações no futebol fortalece e incentiva outras mulheres na compreensão de que todas as funções podem ser alcançadas e todos os espaços podem ser ocupados por elas.

3 **Agora que você refletiu sobre as questões econômicas que afetam a carreira dos atletas, tendo como exemplo os jogadores e as jogadoras de futebol, busque informações sobre a média de idade em que os atletas de diferentes modalidades costumam encerrar suas carreiras. Converse com os colegas e o professor: essa idade é a mesma em que profissionais de outras áreas costumam se aposentar? Como os atletas podem se organizam economicamente para a aposentadoria esportiva e para a transição para outras carreiras?**

3. Respostas pessoais.

A educação financeira é uma competência fundamental para o desenvolvimento de cidadãos conscientes e capazes de tomar decisões econômicas informadas. De acordo com a Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), é essencial que esse aprendizado comece desde cedo, ainda na escola, para que os indivíduos desenvolvam as habilidades necessárias para uma vida financeira equilibrada e com maior bem-estar. Entender como funcionam os conceitos financeiros, os riscos e as oportunidades de produtos e serviços disponíveis no mercado, bem como saber gerir as próprias finanças, são capacidades importantes para todas as pessoas. A OCDE define a educação financeira como o conhecimento e a compreensão de conceitos e riscos financeiros, bem como as habilidades e a confiança para aplicar esse conhecimento na prática. Esse processo envolve não apenas aprender a manejar dinheiro, mas também desenvolver a motivação para tomar decisões financeiras seguras e que considerem o futuro. A educação financeira é ainda mais importante para as pessoas que optam por carreiras nas quais a aposentadoria é mais precoce, como os atletas. Por isso, na Lei Geral do Esporte Nacional, promulgada no ano de 2023, há referência à importância de políticas públicas e de movimentações das entidades gestoras do esporte em promover ações para que os atletas sejam preparados para realizar a transição de carreira após a aposentadoria esportiva.

O texto legal destaca a importância de conciliar a prática esportiva com a educação formal ao longo da carreira dos atletas, garantindo que, ao término de suas atividades esportivas, eles possam ter acesso a outras áreas de trabalho, seja no próprio campo esportivo ou em diferentes setores. Essa regulamentação busca assegurar que o atleta não dependa exclusivamente da sua performance esportiva, criando uma via de transição para novas oportunidades profissionais e, assim, contribuindo para uma carreira mais sustentável e equilibrada. (BRASIL. Lei n. 14.597, de 14 de junho de 2023. Institui a Lei Geral do Esporte. Brasília, DF: Presidência da República, 2023.)

4 **Leia o texto a seguir e debata com os colegas.**

Preocupada com o pós-carreira, a Confederação Brasileira de Basketball (CBB) [...] vai oferecer um curso gratuito de gestão para atletas (adulto ou das categorias de base), treinadores e outros profissionais da modalidade. É mais uma iniciativa com o selo do CBB Cuida.

Serão videoaulas [...] que vão abordar diversos tópicos de uma forma customizada e que possa permitir aos atletas

Não escreva no livro.

conhecimento básico para tomarem decisões próprias de forma mais segura, permitindo que entendam os riscos e evitem armadilhas que muitos caem por falta de conhecimento.

[...]

A ex-jogadora Magic Paula aprova a iniciativa da CBB. Apesar de ter planejado o seu pós-carreira, a campeã do mundo e medalhista de prata olímpica pela seleção brasileira admite que seria muito mais fácil se tivesse oportunidade de aprender um pouco mais sobre gestão financeira. "Serão aulas para te orientar como você investir seu dinheiro, cuidar da sua saúde financeira. Como ter um pós-carreira melhor. Na minha época como jogadora sempre me preocupei com esse momento. O que investir, como investir o meu dinheiro, para ter uma vida digna no pós-carreira. Eu nunca tive essa oportunidade de ninguém me ensinando. Essa transição, que é a aposentadoria, é muito difícil", disse.

[...]

ISTOÉ. Em nova iniciativa, CBB oferece curso gratuito de gestão financeira aos atletas. Publicado em: 18 nov. 2020. Disponível em: https://istoe.com.br/em-nova-iniciativa-cbb-oferece-curso-gratuito-de-gestao-financeira-aos-atletas/. Acesso em: 5 set. 2024.

a) Com base no texto, o que você entende por educação financeira? **4. a)** Resposta pessoal.

b) Esse tipo de iniciativa é importante para os atletas? E para os jovens em geral? Por quê? **4. b)** Respostas pessoais.

Na 1ª Parada, junto com as discussões sobre o papel dos torcedores na prática esportiva, você ampliou conhecimentos sobre os elementos comuns entre os esportes de invasão como o futebol e o basquete e experimentou jogos que mobilizam os elementos técnicos e táticos comuns a esses esportes. Como você verificou, a presença de uma bola e de um alvo para atacar são elementos invariantes nos esportes de invasão.

5 **Agora, você vai experimentar uma proposta de circuito por estações para praticar algumas habilidades de controle de bola e de finalização em uma atividade de rotação por estações, que também poderá inspirar a organização do Festival Esportivo Inclusivo. Lembre-se de que a atividade deve ser planejada e adaptada para atender à diversidade dos participantes, considerando as diferentes habilidades, necessidades e interesses de cada um. A inclusão é fundamental para garantir que todos tenham a oportunidade de participar e se beneficiar da prática esportiva.**

Rotação por estações *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Materiais

- Bolas de futebol e de basquete
- Trave de futebol e cesta de basquete

Como fazer

- Com a turma toda, dividam-se em quatro grupos de trabalho. Cada grupo será responsável por criar uma estação do circuito. É fundamental que a organização dos grupos e a divisão de tarefas considerem a diversidade dos estudantes e suas potencialidades, valorizando as diferenças e promovendo a inclusão de todos. Cada estudante deve se sentir à vontade para contribuir com suas habilidades e participar ativamente da construção do circuito.
- O objetivo é que as estações envolvam habilidades de controle da bola e de finalização no alvo.
- No basquete, o controle de bola envolve o drible (quicar a bola) sem fixar os olhos nela, para manter a atenção em possíveis adversários que querem "roubar" a bola. O ritmo e a constância na altura da bola também são importantes. O manejo da bola é fundamental, como também saber trocar a bola de mão e circular a bola pelo corpo mantendo sua posse. As finalizações são os arremessos para a cesta que podem acontecer em deslocamento e na posição parada.
- No futebol, os jogadores devem manter a bola próxima aos pés enquanto se movem pelo campo ou quadra, dominando-a com precisão ao receber passes e realizando toques controlados para evitar colisões ou perda de posse. A qualidade dos passes é fundamental para manter o fluxo do jogo, e os jogadores precisam tomar decisões rápidas sobre como driblar, passar ou finalizar de acordo com o espaço disponível e a posição dos demais jogadores em campo. O chute em diferentes ângulos, com a bola em movimento e a bola parada, também é fundamental para a finalização.
- Relembre suas vivências anteriores e seja criativo nas propostas. Garanta também que

cada estação ofereça aos colegas opções ajustadas a diferentes níveis de habilidade e que colegas com deficiência também possam praticar.

Alguns exemplos de estações

O circuito será dividido em quatro estações:

- **Estação 1 –** Dribles no basquete: alternar a bola ao redor de si usando as mãos e praticando o controle em velocidade lenta e rápida.
- **Estação 2 –** Finalizações no basquete: praticar finalizações a partir de diferentes distâncias, usando o controle adequado do drible e ajustando o ângulo de arremesso.
- **Estação 3 –** Controle de bola no futebol: conduzir a bola, focando em mantê-la próxima aos pés e fazendo toques leves para manter o controle, explorando mudanças de direção e giros de forma livre pelo espaço, depois dois a dois em disputa pela bola.
- **Estação 4 –** Finalizações no futebol: receber um passe de um colega e finalizar ao gol, em diferentes ângulos.

#ficaadica

Faça um aquecimento como preparação para a vivência.

3ª PARADA

As tecnologias, a arbitragem e as redes sociais

Provavelmente, em sua trajetória nas aulas de Educação Física escolar, você já vivenciou alguns movimentos básicos da ginástica artística, especialmente os de solo, como os rolamentos para a frente e para trás, as paradas de mão e de cabeça e a estrela, tecnicamente chamada de roda, além de saltos, saltitos e giros. Você também pode ter brincado com essas habilidades desde criança, com seus amigos em casa ou em outros espaços de lazer, ou em outras práticas corporais que usam movimentos de solo, como a capoeira e a dança *breaking*.

Tente se recordar dessas experiências e de quais recursos você utilizou para aprender esses ou outros movimentos novos. Certamente, você prestou atenção em seus movimentos e tentou perceber em que pontos podia melhorar, como estender mais a perna, fazer mais força com o braço ou posicionar a cabeça de um modo mais adequado. Pode ser que um colega ou um professor tenham observado sua execução do movimento e o orientado sobre esses pontos. Todas essas ações são chamadas de *feedback*, que pode ser intrínseco, quando vem do próprio aprendiz, e extrínseco, quando é produzido por outras pessoas com ou sem o auxílio de tecnologias.

O *feedback* tem um papel fundamental no processo de aprendizagem esportiva. Ele envolve fornecer informações ao praticante sobre seu desempenho. Um recurso cada vez mais utilizado para facilitar o *feedback* em diferentes esportes é o uso de vídeos. Com o vídeo, o praticante pode observar a própria *perfor-mance*, o que facilita a compreensão dos pontos que precisam ser ajustados. Ver sua execução em tempo real ou após a prática possibilita que o atleta perceba erros que, muitas vezes, não consegue identificar no momento da ação. Além disso, o vídeo permite fazer uma análise detalhada do movimento com uso de aplicativos.

Um exemplo prático na ginástica artística é gravar o aprendiz tentando executara estrela (movimento em que o corpo gira lateralmente, com as mãos tocando o solo e os pés girando por cima do corpo). Após a gravação, o vídeo é reproduzido para o praticante observar a própria execução do movimento. Nesse momento, ele pode notar aspectos da execução, como a posição das mãos, a extensão das pernas ou o alinhamento do corpo durante o giro.

1 Vamos iniciar esta parada com uma proposta de experimentação utilizando uma tecnologia bastante acessível nos dias de hoje, a gravação de imagens em fotos e vídeos.

Feedback* em vídeo** *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas*.*

Como fazer

- Você e seus colegas, com supervisão do professor, vão organizar uma proposta de circuito por estações. Em cada estação, vocês vão praticar uma habilidade de ginástica artística em

Não escreva no livro.

duplas. Dentro de uma perspectiva inclusiva, cada estudante realizará a tarefa conforme suas potencialidades, considerando a valorização das diferenças e a construção de um ambiente de aprendizagem colaborativo e respeitoso.

- Enquanto um estudante executa o movimento, o outro deve gravar a execução em vídeo. Depois, vocês trocam de função. Ao final do circuito, todos terão a oportunidade de assistir às gravações e oferecer *feedback* construtivo com base nos vídeos.
- Forme uma dupla. Cada dupla passará por todas as estações.
- Em cada estação, um estudante executa a habilidade enquanto o outro grava o vídeo. Depois de um tempo determinado, vocês trocam as funções.
- Ao final de todas as estações, vocês poderão assistir aos vídeos para avaliar o que pode ser melhorado.

Estação de rolamento para a frente (cambalhota)

- O que fazer: execute o rolamento para a frente, começando de pé, agachando-se e rolando sobre os ombros.
- Dicas: mantenha o queixo encostado no peito para proteger o pescoço. Arredonde bem as costas e use as mãos para se impulsionar suavemente ao final.

Estação de rolamento para trás

- O que fazer: execute o rolamento para trás, começando de uma posição de agachamento e rolando sobre os ombros.
- Dicas: mantenha o queixo no peito e use os braços para dar suporte enquanto rola. Eleve bem o quadril para facilitar o movimento.

Estação de parada de mãos contra a parede

- O que fazer: faça a parada de mãos com o apoio da parede para ajudar no equilíbrio.
- Dicas: mantenha os braços estendidos e os ombros encaixados. Alinhe o corpo em uma linha reta dos pés às mãos.

Estação de ponte

- O que fazer: faça a ponte a partir de uma posição deitada de costas e empurre-se para cima usando as mãos e os pés.
- Dicas: mantenha o quadril elevado e as mãos firmes no chão. Tente formar um arco entre as mãos e os pés, mantendo o peito aberto.

Estação de estrela (aviãozinho)

- O que fazer: execute a estrela, começando de pé, inclinando o corpo para o lado e girando lateralmente com as mãos tocando o chão e as pernas passando por cima.
- Dicas: mantenha os braços e as pernas estendidos. Entre no movimento com uma perna à frente, apoiando as mãos no chão e girando o corpo lateralmente.
- Ajuda do colega: o colega pode ajudar guiando o quadril e as pernas, garantindo que o movimento seja fluido e controlado.
- Use o celular ou *tablet* para gravar a execução de cada habilidade.
- Use a câmera lenta já na gravação ou como recurso para assistir ao vídeo.

Análise em câmera lenta

- Assista ao vídeo e tente executar o movimento novamente. Ouça também dicas de sua dupla.
- Por fim, conversem sobre como foi a experiência. Usar a tecnologia de vídeo contribuiu para um melhor *feedback*?

Michael Reaves/Getty Images

Júlia Soares, Flávia Saraiva, Rebeca Andrade, Lorrane dos Santos e Jade Barbosa comemoram a medalha de bronze por equipes na ginástica artística durante os Jogos Olímpicos de Paris, 2024.

Ao longo do tempo, as tecnologias foram fundamentais para as transformações do esporte em diversos aspectos: a melhora do desempenho dos atletas, os avanços nas medidas de desempenho, o auxílio para a arbitragem e o modo como os treinadores apoiam o desenvolvimento de seus atletas, além de mudanças no modo como os torcedores acompanham os eventos esportivos.

2 **Agora, reflita sobre as questões a seguir e responda no caderno.**

a) Como as tecnologias influenciam a maneira como você pratica ou acompanha esportes? Quais tecnologias você já utilizou, seja como praticante, seja espectador? **2. a)** Respostas pessoais.

b) De que forma a utilização de tecnologias como câmeras, sensores e aplicativos de análise de desempenho pode melhorar a prática esportiva?

c) Reflita sobre a experiência de assistir a um jogo de futebol ou a uma competição de ginástica com o uso de *replay* e VAR. Como isso afeta sua experiência como espectador? Você acha que esses recursos proporcionam vantagens para os atletas e torcedores? Justifique.

d) Como o uso de tecnologias esportivas pode contribuir para a justiça e a equidade nas competições?

2. b) As tecnologias podem propiciar uma análise mais detalhada dos movimentos e do desempenho, possibilitando corrigir erros técnicos e acelerar o aprendizado e o rendimento. Sensores também ajudam a monitorar a saúde e os níveis de esforço durante o treino, permitindo ajustes no planejamento de acordo com as necessidades do praticante.
2. c) O uso do *replay* e do VAR, embora possa corrigir decisões, gera desafios em relação ao fluxo das competições, pois o tempo de interpretação dos vídeos e equipamentos tecnológicos pode não atender ao dinamismo das competições.
2. d) Ao monitorar o comportamento dos jogadores e revisar decisões polêmicas, essas tecnologias reduzem a chance de injustiças e aumentam a transparência, promovendo a equidade entre todos os competidores.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Jogos Olímpicos de Paris 2024: uma nova era tecnológica

Os Jogos Olímpicos de Paris 2024 experimentaram novos padrões para o uso de tecnologias no esporte, com avanços que vão desde a Inteligência Artificial (IA) até a implementação generalizada de arbitragem por vídeo. A IA foi utilizada não apenas para melhorar o desempenho dos atletas, mas também para otimizar o processo decisório, garantir a segurança e promover práticas sustentáveis durante as competições. Nessa competição, 75% das modalidades contaram com arbitragem por vídeo, incluindo esportes de invasão, como basquete, handebol e hóquei sobre grama, em que as câmeras registram as jogadas e podem ser consultadas em caso de dúvidas. O uso do VAR (*video assistant referee*), popularizado no futebol, se estendeu a outros esportes, como o judô. No vôlei de quadra e no vôlei de praia, as equipes puderam solicitar desafios para revisar jogadas, como marcações de bola dentro ou fora e toques na rede. A IA também foi utilizada para monitorar as redes sociais e proteger os atletas de ataques cibernéticos, além de melhorar a experiência dos espectadores, que contaram com recursos de realidade aumentada (AR – *augmented reality*) e realidade virtual (VR – *virtual reality*) e puderam acompanhar os jogos pela internet em dispositivos móveis.

VALE VISITAR

Para saber mais sobre a relação entre tecnologia e esporte:

- Leia o seguinte artigo de revisão: FERREIRA, Yuri Moreira *et al*. Utilização de tecnologia da informação no esporte: uma revisão sistemática sobre esporte 4.0. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, v. 16, n. 7, p. e4894-e4894, 2024. Disponível em: https://ojs.europubpublications.com/ojs/index.php/ced/article/view/4894. Acesso em: 6 set. 2024.
- Leia a reportagem: LANCE!. Revista *on-line*. Tecnologia no esporte: como as inovações estão mudando os jogos. Disponível em: https://www.lance.com.br/lancebiz/mercado-do-esporte/tecnologia-no-esporte-como-as-inovacoes-estao-mudando-os-jogos.html. Acesso em: 6 set. 2024.
- Ouça o *podcast* da Rádio da Universidade de São Paulo sobre o uso da inteligência artificial no esporte: https://youtu.be/rSVHo5981uk. Acesso em: 6 set. 2024.

Não escreva no livro.

Tecnologia e arbitragem nos esportes

Renato Assis/Fotoarena

Arthur Zanetti (1990-), atleta medalhista de ouro na prova de argolas da ginástica artística masculina, atua como árbitro no Troféu Brasil de Ginástica Artística, Rio de Janeiro, 2024.

A arbitragem nos esportes é fundamental para garantir que as competições ocorram de maneira justa, organizada e dentro das regras estabelecidas. Os árbitros são formados e certificados de acordo com normativas nas entidades esportivas e são responsáveis por agir de forma imparcial, garantir a aplicação das regras, solucionar conflitos e infrações e estabelecer punições previstas nos regulamentos de cada modalidade e dos tribunais esportivos. A arbitragem esportiva enfrenta diversos desafios e está frequentemente no centro de polêmicas.

Os árbitros precisam tomar decisões em frações de segundos, muitas vezes sob intensa pressão de atletas, treinadores, torcedores e da mídia. A natureza rápida de alguns esportes pode dificultar a visão clara de todos os eventos, levando a erros, mesmo entre árbitros experientes, colocando esses profissionais diante de pressões sociais e midiáticas. A introdução de tecnologias ajudou a reduzir erros, mas também gerou novos desafios. O tempo necessário para revisar lances por vídeo pode interromper o fluxo dos eventos esportivos, causando frustração entre atletas e torcedores. Além disso, mesmo com o auxílio da tecnologia, as decisões nem sempre são claras, o que pode aumentar as críticas ao sistema de arbitragem. Algumas regras esportivas deixam margem para interpretação, o que pode levar a decisões divergentes entre árbitros.

Leia os textos a seguir e reflita sobre as questões com os colegas.

Texto 1

Demora que lembra o VAR suscita angústia nos Jogos Olímpicos de Paris

Nas apresentações de ginástica artística, juízes levam uma eternidade para emitir as notas

[...]

O popularíssimo futebol, acompanhado dia a dia por milhões, desde a implementação do VAR (árbitro assistente de vídeo), gera dúvida jogo após jogo.

Ocorre um lance, o jogo para e, invariavelmente, pergunta-se: "Afinal, estão checando o quê?".

E o VAR traz ainda um problema enorme, frequentemente na verificação do gol, feita toda vez que a bola balança as redes: a demora, que parece interminável.

[...]

Aí, se há mudança na marcação original, quem comemorou efusivamente o gol se frustra; e quem não comemorou passa a festejar, tardiamente, seja jogador, seja torcedor.

[...] lembrei-me do VAR ao acompanhar Rebeca Andrade e companhia na ginástica artística.

É realizada a apresentação em determinado aparelho (no feminino, são quatro: barras, trave, salto e solo), a ginasta conclui sua série (corre, pula, dança, equilibra-se, dá piruetas, aterrissa etc.) e vai para a área anexa, à espera da nota.

[...]

Passa um minuto... a nota não vem. A ansiedade do espectador surge, e cresce a cada segundo. [...]

Passam dois minutos... a nota não vem. A ansiedade do espectador já virou angústia. A ginasta prossegue lá, estática, no mesmo lugar, até ela parece um pouco incomodada com a morosidade.

Passam três minutos! Uma eternidade. Aí, súbito, surge a nota.

[...]

Para quem assiste na TV (ou na internet), uma sensação de alívio, acompanhada de um "até que enfim!".

A ginástica não tem VAR. São setes os juízes que analisam dois itens (dificuldade e execução) em cada apresentação para emitir a nota.

Concluo que a análise deve ser extremamente minuciosa. Só isso para justificar tamanha lentidão.

CURRO, Luís. Demora que lembra o VAR suscita angústia nos Jogos Olímpicos de Paris. *Folha de S.Paulo*, 2 ago. 2024. Disponível em: https://www1.folha.uol.com.br/blogs/o-mundo-e-uma-bola/2024/08/demora-que-lembra-o-var-suscita-angustia-nos-jogos-olimpicos-de-paris.shtml#:~:text=E%20o%20VAR%20traz%20ainda,processo%2C%20mas%20nem%20sempre%20acelera. Acesso em: 5 set. 2024.

Texto 2

Romênia diz que propôs divisão e não quis 'tomar' medalha de americana na ginástica: 'Parem com ataques'

A final do solo da ginástica artística nas Olimpíadas de 2024 já teve 'dois resultados', um com a americana Jordan Chiles recebendo a medalha de bronze e o atual, com a romena Ana Barbosu no pódio – e nenhum deles parece ter agradado quaisquer partes. Mesmo 'beneficiando' sua atleta, a Federação Romena (FRG) disse que nunca quis 'tomar' a medalha da adversária e que o desfecho proposto foi de dividi-la.

Inicialmente, Chiles havia ficado em quarto lugar no aparelho com uma nota de 13.666, no entanto, a equipe americana pediu reavaliação da dificuldade de sua série, que foi aceita. Com isso, subiu para 13.766 e passou Barbosu, que fez 13.700. A Romênia, então, entrou com recurso, também aceito, e a nota voltou para 13.666, dando o bronze à sua competidora.

O argumento usado pela FIG (Federação Internacional de Ginástica) foi de que a reavaliação solicitada pelos Estados Unidos se deu após o limite estabelecido de um minuto. A USA Gymnastics, no entanto, contestou a decisão e disse ter evidências de que o pedido foi feito em 47 segundos, dentro da janela. Esse recurso foi negado, informou a Federação Americana, que agora recorrerá ao Tribunal Federal Suíço.

Com isso, a medalha é de Barbosu, mesmo que tenha sido Chiles que subiu no pódio e fez uma foto histórica com Rebeca Andrade e Simone Biles. Nem a ginasta, nem sua equipe, porém, se agradaram com o desfecho. Ana jogou a responsabilidade para "as pessoas no comando", enquanto a Federação Romena preferiria que Barbosu, Chiles e Sabrina Maneca-Voinea, também penalizada, ficassem com o bronze.

"A iniciativa de conceder medalhas de bronze a Jordan Chiles, Ana-Maria Barbosu e Sabrina Maneca-Voinea foi proposta pelos advogados da Federação Romena de Ginástica, com a aprovação prévia da Federação", manifestou-se a entidade em nota. "A liderança da FRG, por meio de seus representantes, tomou todas as medidas necessárias para chegar a esse consenso".

[...]

Toda a polêmica afetou, especialmente, Chiles, que deu uma pausa nas redes sociais com toda a repercussão negativa em seus perfis – algo repudiado justamente por sua adversária, Barbosu, que chamou os ataques de "ódio doloroso".

[...]

ROMÊNIA diz que propôs divisão e não quis 'tomar' medalha de americana na ginástica: 'Parem com ataques'. *ESPN*, 13 ago. 2024. Disponível em: https://www.espn.com.br/olimpiadas/artigo/_/id/14034321/romenia-diz-propos-divisao-e-nao-quis-tomar-medalha-americana-ginastica-parem-com-ataques. Acesso em: 13 set. 2024.

3. a) Para desempenhar suas funções, os árbitros devem ter conhecimento técnico do esporte e de suas regras específicas, equilíbrio psicológico e habilidades de comunicação para lidar com a pressão de atletas, treinadores e torcedores.

3 **Reúna-se com os colegas e discutam as seguintes questões, anotando suas reflexões no caderno.**

a) Qual é o papel da equipe de arbitragem nos esportes? Que conhecimentos um árbitro esportivo precisa dominar? Procure informações e converse com os colegas sobre o assunto.

Não escreva no livro.

b) No caso polêmico do bronze na ginástica, o árbitro de vídeo não foi utilizado. Você acha que esse recurso teria ajudado a resolver a polêmica?

c) O uso das tecnologias elimina a possibilidade de erros de arbitragem? Justifique.

d) O que aconteceu com a atleta Jordan Chiles nas redes sociais depois da polêmica em torno de sua medalha de bronze?

Inteligência artificial, esporte e redes sociais

Durante os Jogos Olímpicos de Paris 2024, o Comitê Olímpico Internacional (COI) implementou uma ferramenta de IA para proteger os atletas contra abusos cibernéticos nas redes sociais. A ferramenta de IA utilizada monitorou as interações *on-line*, identificando e apagando automaticamente postagens abusivas antes que chegassem aos atletas. Essa ação visou proteger os competidores de ataques que iam além de questões políticas, abrangendo todos os tipos de abuso, como ofensas raciais, sexistas e xenófobas.

Após os Jogos Olímpicos de Paris, o COI divulgou um relatório informando que o monitoramento alimentado por IA detectou mais de 8.500 publicações abusivas e de assédio direcionadas a atletas e membros das delegações nas redes sociais. Os ataques variaram desde insultos racistas até acusações relacionadas a questões de gênero, como no caso das atletas boxeadoras Imane Khelif (Argélia) e Lin Yu-Ting (Taiwan), injustamente acusadas de serem transexuais. O COI se comprometeu com ações futuras para combater a violência cibernética contra atletas e para a criação de uma linha de apoio confidencial voltada à saúde mental desses profissionais.

Leia o texto a seguir:

[...]

A inteligência artificial desempenha um papel crucial na análise de dados para a detecção de ameaças cibernéticas. Utilizando algoritmos avançados, a IA examina grandes volumes de dados em tempo real, identificando padrões suspeitos e atividades maliciosas [...].

[...] Essa capacidade é aprimorada pelo aprendizado contínuo com dados históricos, permitindo que a IA distinga entre comportamentos normais e ameaças genuínas.

[...]

Além de detectar ameaças, a IA também automatiza respostas a incidentes. Isso inclui o bloqueio de tráfego malicioso, isolamento de dispositivos comprometidos e notificação imediata às equipes de resposta a incidentes, economizando tempo e minimizando danos.

[...]

A utilização da inteligência artificial (IA) na segurança cibernética, apesar de trazer avanços significativos, apresenta desafios éticos que exigem atenção. Um dos principais problemas é o viés algorítmico, onde sistemas de IA podem perpetuar preconceitos existentes se treinados com dados enviesados. Além disso, a privacidade e a segurança dos dados são preocupações constantes, visto que o uso extensivo de informações pessoais pode resultar em violações de privacidade.

[...]

GRUPO ORANGEFOX. Segurança cibernética. Disponível em: https://orangefox.com.br/como-a-inteligencia-artificial-transforma-a-seguranca-cibernetica/. Acesso em: 6 set. 2024.

4 **Responda às questões a seguir no caderno.**

a) Você acha importante desenvolver mecanismos de monitoramento das redes sociais por tecnologias de inteligência artificial? Que riscos esse uso pode apresentar, segundo o texto?

b) Como você explica a presença de violência cibernética nas redes sociais?

c) O que pode ser feito para reduzir os comportamentos violentos nas redes sociais, tanto no esporte quanto em outras áreas?

d) Em sua opinião, como as plataformas de redes sociais, os atletas e os torcedores podem agir para promover um ambiente *on-line* mais saudável?

3. b) Resposta pessoal. Embora o árbitro de vídeo possa ajudar a tomar decisões mais precisas, também pode causar atrasos e frustrações para atletas e espectadores. Além disso, sempre haverá questões interpretativas que podem fugir ao controle do monitoramento tecnológico.

3. c) Não, pois, mesmo com o uso de recursos como o VAR, as decisões podem depender de interpretações subjetivas, principalmente quando as regras não são claras ou deixam margem para diferentes leituras.

3. d) Jordan Chiles foi alvo de ataques nas redes sociais, incluindo críticas e até mesmo racismo. Ela expressou sua tristeza e anunciou que faria uma pausa nas redes sociais devido aos ataques. Esse tipo de comportamento revela como as redes sociais podem amplificar situações de polêmica e prejudicar o bem-estar emocional dos atletas.

4. a) Resposta pessoal. Os riscos trazidos pelo texto referem-se a possíveis vieses que os algoritmos da inteligência artificial produzem, além do vazamento de informações pessoais.

4. b) A violência cibernética pode ser explicada, em boa medida, pela condição de anonimato que as redes sociais oferecem, o que encoraja comportamentos agressivos. A falta de empatia, a sensação de impunidade e a influência de discursos de ódio que se espalham facilmente *on-line* também são fatores que contribuem para a violência nas redes.

4. c) Medidas como a educação digital, campanhas de conscientização, uso de ferramentas tecnológicas de monitoramento e remoção de conteúdos abusivos, além da promoção de discussões públicas sobre o respeito *on-line* podem ajudar a reduzir os comportamentos violentos. A criação de políticas mais rígidas nas plataformas e a responsabilização legal de quem comete abusos também são fundamentais.

4. d) Resposta pessoal. Os estudantes podem inferir que as plataformas podem investir em ferramentas de monitoramento e bloqueio de conteúdos abusivos mais eficazes. Atletas e torcedores podem se posicionar contra a violência digital, usando suas vozes para promover o respeito e a inclusão. Além disso, campanhas de conscientização sobre o impacto negativo da violência *on-line* podem ser lançadas, incentivando o uso responsável das redes.

4ª PARADA

Pesquisa bibliográfica e o estudo do esporte como fenômeno cultural

Ao longo das três primeiras paradas deste capítulo, você reconheceu os profissionais que atuam para que o espetáculo esportivo aconteça e compreendeu o papel dos torcedores e como as tecnologias têm influenciado as competições e as interações do público com os esportes.

O fenômeno esportivo é também objeto da pesquisa científica, que aplica seus diferentes métodos à investigação de aspectos biológicos, psicológicos, filosóficos, econômicos, administrativos, pedagógicos, sociológicos, históricos e antropológicos dos esportes.

A ciência é feita de descobertas, de aspectos aceitos e aspectos recusados, de contradições, de debates, de discussão. Para que um novo trabalho científico seja produzido, é preciso eleger um tema que será visto como um problema científico. O cientista precisa, então, conhecer e articular o que já foi dito a respeito daquele problema.

Mas como saber em que ponto a ciência está em relação a um problema científico? As pesquisas com esse objetivo são chamadas de pesquisas bibliográficas e se apresentam em diferentes modalidades com as pesquisas do estado da arte, as revisões sistemáticas, integrativas e narrativas. Nesta parada, você vai aprender sobre essa prática de pesquisa e utilizá-la para levantar trabalhos científicos sobre temas relativos ao fenômeno esportivo.

Com base nessa investigação, você vai complementar e aprofundar aspectos estudados no capítulo e produzir uma intervenção social, divulgando para a comunidade um pôster científico, que será apresentado durante o festival esportivo planejado, desenvolvido e avaliado por você e os colegas na seção *Desembarque*.

1 **As pesquisas de levantamento bibliográfico do tipo estado da arte estão bastante consolidadas na área acadêmica. Conceitos divulgados por investigadores brasileiros desde os anos 2000 orientam os objetivos e métodos dessas investigações. Leia o texto a seguir, elaborado por duas pesquisadoras influentes nesse campo, e responda às questões no caderno.**

> As pesquisas de caráter bibliográfico, com o objetivo de inventariar e sistematizar a produção em determinada área do conhecimento (chamadas, usualmente, de pesquisas do estado da arte), [...], são, sem dúvida, de grande importância, pois pesquisas desse tipo é que podem conduzir à plena compreensão do estado atingido pelo conhecimento a respeito de determinado tema – sua amplitude, tendências teóricas, vertentes metodológicas. Essa compreensão do "estado do conhecimento" sobre um tema, em determinado momento, é necessária no processo de evolução da ciência, a fim de que se ordene periodicamente o conjunto de informações e resultados já obtidos, ordenação que permita a indicação das possibilidades de integração de diferentes perspectivas, aparentemente autônomas, a identificação de duplicações ou contradições e a determinação de lacunas ou vieses. [...]
>
> [...] Uma metodologia adequada para o levantamento e avaliação do conhecimento [...] deve, pois, prever um inventário da produção acadêmica e científica que identifique as diferentes perspectivas com as quais o estudo do tema vem sendo enriquecido ao longo das últimas décadas. [...]
>
> Assim, a metodologia utilizada para a pesquisa sobre o estado do conhecimento [...] caracteriza-se como um levantamento e uma avaliação da produção acadêmica e científica sobre o tema, à luz, primordialmente, de categorias que identifiquem, em cada texto e no conjunto deles, as facetas sob as quais o fenômeno vem sendo analisado.

SOARES, Magda B.; MACIEL, Francisca. Estado do conhecimento n. 1, Alfabetização. Brasília, DF: MEC/Inep/Comped, 2000. p. 9. Disponível em: https://estadoconhecimento.inep.gov.br/ojs3/index.php/estadoconhecimento/issue/view/410/47. Acesso em: 2 jun. 2024. p. 9.

a) De acordo com as autoras, o que é estado da arte e quais outros nomes são dados a essa pesquisa?
b) Por que esse tipo de pesquisa é importante para o conhecimento científico?
c) Qual é a característica principal na pesquisa do estado da arte?

1. a) De acordo com as autoras, pesquisa de estado da arte é uma investigação de caráter bibliográfico com o objetivo de inventariar e sistematizar a produção científica sobre determinado tema de uma área de conhecimento. Além de estado da arte, esse tipo de pesquisa recebe o nome de pesquisa do estado do conhecimento. Trata-se de uma revisão bibliográfica, nome pelo qual também pode ser conhecida (mas há outros tipos de pesquisa bibliográfica).
1. b) Essa pesquisa leva à compreensão do conhecimento acumulado sobre determinado problema, revelando amplitudes, tendências teóricas e vertentes metodológicas. Por meio do estado da arte, é possível saber o que ainda não foi estudado, mostrando caminhos para novas pesquisas e para o avanço do pensamento científico.
1. c) De acordo com o artigo, as principais características são o levantamento e a avaliação da produção acadêmica e científica sobre o tema escolhido para uma dada pesquisa. Ressalte para os estudantes que existem métodos para o levantamento: há muitas possibilidades de estudo e nem todos os trabalhos são efetivamente relevantes para as pesquisas.

Não escreva no livro.

2 **Para realizar uma pesquisa do estado da arte, é necessário organização e levantamento de dados bibliográficos. Leia a seguir dois resumos de artigos científicos de estado da arte de assuntos bastante diferentes. Depois, converse com os colegas sobre as questões.**

Texto 1

Produção acadêmica em futebol e futsal feminino: estado da arte dos artigos científicos nacionais na área da educação física

Este estudo tem como objetivo mapear a produção de artigos científicos nacionais sobre futebol e futsal feminino. Analisamos 38 periódicos da área da Educação Física, indexados pela Qualis Capes na área 21, que publicam estudos relacionados a esportes. Os 76 artigos encontrados foram enquadrados em nove categorias e divididos por ano de publicação. Os resultados mostraram que as primeiras publicações ocorreram no final da década de 1990, com um aumento significativo a partir do ano de 2008. Nesse mesmo período foi criada a *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, principal veículo de publicação sobre as modalidades. Encontramos uma distribuição homogênea de homens e mulheres como primeiros autores, sendo a coautoria majoritariamente masculina. Verificamos que os estudos sobre gênero representam, aproximadamente, um terço de toda a publicação sobre as modalidades. Esse resultado reforça a importância da discussão sobre o empoderamento feminino para o desenvolvimento do futebol e futsal feminino.

BARREIRA, Júlia *et al*. Produção acadêmica em futebol e futsal feminino: estado da arte dos artigos científicos nacionais na área da educação física. *Movimento*, v. 24, p. 607-618, 2022. Disponível em: https://www.scielo.br/j/mov/a/66XQWNKRKrDmm6XVywJrZZL/?format=html&lang=pt. Acesso em: 11 set. 2024.

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

Qualis Capes é um sistema de qualificação das revistas científicas brasileiras em categorias, após avaliação feita pela Coordenadoria de Aperfeiçoamento de Pessoa do Ensino Superior (Capes). A qualificação situa as revistas em categorias por área, entre Qualis A e Qualis C, avaliando critérios como periodicidade, fator de impacto no meio científico, entre outros.

Javier Borrego/Europa Press/Getty Images

Patri Guijarro e Emma Ramirez, na Liga Espanhola Feminina, em 2024. Uma pesquisa de estado da arte pode fornecer dados sobre a relevância dos estudos científicos voltados para o futebol feminino.

Texto 2

Com a evolução da Ginástica Artística Feminina (GAF), em decorrência do aumento do número de praticantes, da elevação do grau de dificuldade dos exercícios e da maior excelência na execução de elementos exigida pelo Código de Pontuação da modalidade, é possível afirmar que houve um aumento do risco de lesões. Apesar de as tecnologias e técnicas de movimentos prevenirem a sobrecarga de treinamento e amenizarem os impactos, a alta intensidade do treinamento, no alto rendimento esportivo, pode levar ao aumento de torções, rompimentos de ligamento e outros problemas. Assim, o presente projeto de pesquisa teve como objetivo investigar os tipos de lesões mais frequentes na GAF; de modo específico, investigou-se os métodos de prevenção e reabilitação das atletas para o esporte. Optou-se pela revisão de literatura a respeito do tema "lesões e medidas preventivas na GAF", por meio da busca de artigos e outros tipos de estudo nas bases de dados SCIELO Brasil (Scientific Electronic Library online), BIREME (Portal CAPES e Biblioteca Virtual de Saúde), Google Acadêmico e Pubmed (US National Library of Medicine National Institutes of Health). Foi observado um alto índice de lesões relatadas nas pesquisas estudadas, com ênfase em lesões nos membros inferiores, causadas, principalmente, por movimentos no aparelho solo. Sugere-se que para a amenização da situação haja um intenso trabalho interdisciplinar, envolvendo treinadores/as, fisioterapeutas, médicos/as, psicólogos/as e gestores/as, bem como pesquisadores/as.

ALMEIDA, Lia Ferro de. *Lesões e medidas preventivas na ginástica artística feminina*: uma revisão de literatura. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Educação Física.) Universidade Estadual Paulista, 2022. https://repositorio.unesp.br/bitstream/11449/238360/8/almeida_lf_tcc_rcla.pdf. Acesso em: 11 set. 2024.

a) Qual é o problema científico tratado em cada artigo?

b) Identifique três palavras-chave de cada texto. Você sabe como usar palavras-chave para fazer pesquisas na internet?

c) Em sua opinião, quais palavras-chaves foram utilizadas para as buscas de trabalhos científicos nos textos 1 e 2?

d) Por meio da análise dos resumos, identifique o objetivo de cada artigo e estabeleça quais são as diferenças entre eles.

e) Os resumos possibilitam identificar os resultados das pesquisas? Quais são eles? De que modo estão articulados à metodologia do estado da arte?

f) Ao ler os resumos científicos, é possível observar algum critério de seleção ligado à qualidade dos trabalhos pesquisados?

BALCÃO DE INFORMAÇÕES

A Capes é um órgão vinculado ao Ministério da Educação (MEC), do Governo Federal, e promove atividades fundamentais para a pesquisa científica no Brasil. Ela controla o estabelecimento e o desenvolvimento de programas de pós-graduação em instituições de Ensino Superior no país por meio de avaliações e concessão de bolsas para pesquisa para a formação de recursos humanos de alto nível. Além disso, promove o acesso à produção científica desses programas por meio do incentivo e da regulação das publicações. A Capes também investe na formação inicial e continuada de professores para a Educação Básica.

3 **Chegou o momento de você desenvolver uma pesquisa de estado da arte sobre temas relacionados ao esporte, incluindo e ampliando as problematizações que você vivenciou no capítulo. Forme grupos com os colegas e mãos à obra!**

Pesquisa de estado da arte *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas***.

Como fazer

O primeiro passo para a escrita de um trabalho científico é o delineamento de um problema científico. Você e os colegas, em grupos, vão definir o que querem descobrir no levantamento bibliográfico.

2. a) No texto 1, o problema científico é a produção acadêmica nacional sobre o futebol e o futsal feminino, analisando a evolução das publicações e a relação com questões de gênero. No texto 2, o problema científico é o aumento do risco de lesões na ginástica artística feminina (GAF), em decorrência da evolução técnica e do aumento da intensidade nos treinamentos, além das medidas de prevenção e reabilitação adotadas.
2. b) Texto 1: Futebol feminino, futsal feminino, empoderamento feminino. Texto 2: Lesões, ginástica artística, medidas preventivas. As palavras-chave devem ser termos que representem o foco central do estudo e podem ser usadas em ferramentas de busca acadêmicas.
2. c) Texto 1: Futebol feminino, futsal, gênero no esporte. Texto 2: Lesões em ginástica artística, prevenção de lesões, reabilitação de atletas.
2. d) No texto 1, o objetivo é tematizar o futsal feminino no Brasil, analisando a evolução das publicações e sua relação com a questão de gênero. No texto 2, o objetivo é investigar os tipos de lesão mais frequentes na ginástica artística feminina, com foco nas medidas preventivas e de reabilitação. O primeiro artigo foca a produção acadêmica e as questões de gênero no futebol e futsal feminino, enquanto o segundo se concentra nos aspectos de saúde e prevenção de lesões no esporte de alto rendimento, especificamente na ginástica artística.
2. e) Os resultados do texto 1 mostram um aumento na produção acadêmica a partir de 2008, com destaque para a criação de uma revista especializada, e uma distribuição equilibrada entre homens e mulheres como autores. Os estudos sobre gênero compõem cerca de um terço das publicações. Os resultados do texto 2 indicam que as lesões mais comuns na ginástica artística feminina ocorrem nos membros inferiores, principalmente nos exercícios de solo. A prevenção exige uma abordagem interdisciplinar envolvendo profissionais de saúde e técnicos.
2. f) Sim, ambos os artigos mencionam o uso de bases de dados respeitadas e a seleção de artigos publicados em revistas científicas indexadas e avaliadas por critérios de qualidade, como o Qualis Capes.

Não escreva no livro.

Definindo o tema de interesse do grupo

- Antes de começar a pesquisa, dividam-se em grupos, conforme o interesse que os temas do capítulo geraram ou temas que foram levantados no decorrer das experimentações e das discussões que cada estudante trouxe. Pensem na diversidade de temas que podem ser abordados no estudo do esporte, como as diferenças de gênero, a violência das torcidas, o uso das tecnologias para a aprendizagem e para a arbitragem, questões éticas da arbitragem, experiências dos atletas durante as competições, riscos da violência cibernética para a carreira dos atletas.

Delineando o problema científico

- Após escolher o tema de interesse, o grupo deve se reunir em uma roda de conversa para debater o problema de pesquisa, o qual deve refletir uma questão relevante e específica dentro do tema escolhido. Para ajudar a delimitar o problema, o grupo pode fazer as seguintes perguntas:

    a) Como as barreiras de gênero afetam a participação e o desenvolvimento de atletas mulheres em modalidades tradicionalmente dominadas por homens?

    b) De que forma a violência das torcidas impacta a segurança e a integridade de eventos esportivos no Brasil?

    c) O uso do VAR reduziu os erros de arbitragem no futebol? Quais são os impactos sobre a experiência dos jogadores e dos torcedores?

    d) Quais dilemas éticos os árbitros enfrentam ao decidir entre seguir estritamente as regras ou considerar o contexto de um evento esportivo?

    e) Quais são as consequências da violência cibernética na saúde mental e na carreira de atletas de alto rendimento?

Levantamento de fontes e trabalhos: fazendo buscas

- Com o problema definido, o próximo passo é levantar fontes confiáveis. O grupo deve usar palavras-chave relevantes relacionadas ao problema de pesquisa para buscar artigos, livros e estudos em bases de dados acadêmicas e outras fontes confiáveis. Por exemplo:

    a) Diferenças de gênero no esporte: gênero no esporte, mulheres no esporte, desigualdade de gênero, participação feminina no esporte.

    b) Violência das torcidas: violência nas torcidas, segurança nos estádios, impacto da violência no esporte, comportamento das torcidas.

    c) Uso de tecnologias na arbitragem: VAR no futebol, tecnologia e arbitragem, impacto do VAR, erros de arbitragem e tecnologia.

    d) Questões éticas da arbitragem: ética na arbitragem esportiva, dilemas éticos no esporte, decisões arbitrárias, justiça esportiva.

    e) Violência cibernética: violência cibernética no esporte, abuso *on-line* de atletas, proteção de atletas nas redes sociais, *cyberbullying* no esporte.

#ficaadica

Quanto mais específicas e alinhadas aos propósitos da pesquisa forem as palavras-chave, maiores são as chances de encontrar as informações relevantes para o levantamento das informações.

- Agora é o momento de procurar trabalhos científicos em plataformas de indexação. Nessas plataformas, vocês poderão encontrar livros, teses, dissertações, artigos, relatórios, trabalhos de conclusão de curso, resumos em anais de congressos acerca do tema que o grupo está pesquisando. Observe algumas plataformas a seguir.

Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações.

Scientific Electronic Library Online (SciELO [Biblioteca Científica Eletrônica Online]).

IBICT – Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia.

- Você pode também acessar o sistema de teses, dissertações e artigos das universidades e instituições de Ensino Superior da sua região.
- Há outras opções, como Portal de Periódicos da Capes (disponível em: http://www.periodicos.capes.gov.br/; acesso em: 2 jun. 2024).
- Observe que nessas bases você pode definir filtros de busca, como o tipo de trabalho, a data de publicação, as áreas de atuação, etc.
- Para viabilizar a pesquisa no tempo escolar, defina com o professor e os colegas os filtros a serem aplicados. Uma boa dica é focar a atenção nos trabalhos mais recentes.

Sistematizando e quantificando o material encontrado

- Selecionem, entre os resultados encontrados, aqueles que interessam à pesquisa.
- Leiam os títulos e resumos para realizar uma triagem dos materiais que realmente atendem aos objetivos do levantamento bibliográfico.
- Após selecionarem os materiais, façam a leitura e a organização das informações verbais dos textos. Lembrem-se de buscar no texto as informações que respondem ao problema de pesquisa do grupo.

Não escreva no livro.

Por exemplo, se o problema de pesquisa do grupo for "quais são as consequências da violência cibernética na saúde mental e na carreira de atletas de alto rendimento?", é preciso extrair do texto as descobertas científicas que relatam como a violência cibernética afeta a saúde mental dos atletas. É importante também verificar as metodologias utilizadas por cada pesquisador, descrever se há pontos comuns e mais citados entre os materiais selecionados ou se há controvérsias ou poucos achados sobre o tema nos textos lidos.

- Para essa tarefa, vale a pena retomar procedimentos de fichamento, síntese e análise de texto.
- Verifiquem as linhas de pesquisa existentes sobre o tema e se os dados coletados são suficientes para traçar um panorama do tema pesquisado.
- Registrem as fontes encontradas utilizando alguma norma para padronizar a referência.

BAGAGEM

A apresentação das referências bibliográficas costuma seguir o padrão definido pela Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) ou por normas técnicas básicas definidas por instituições de ensino. Observe um modelo que pode ser usado:

1. **Livros: SOBRENOME DO(S) AUTOR(ES), Prenome(s). *Título*: subtítulo. Nome do Tradutor (se houver). Edição. Local: Editora, ano.**

   Exemplo: MELLO, Patrícia Campos. *A máquina do ódio*: notas de uma repórter sobre *fake news* e violência digital. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

2. **Trabalhos publicados em periódicos (artigos, resenhas, relatórios, entrevistas): SOBRENOME DO(S) AUTOR(ES), Prenome(s). Título do trabalho: subtítulo. *Título do periódico*, local, volume, número, página inicial e final do artigo, período e data de publicação. Caso o texto esteja disponível na internet, inserir, ao final da referência, as seguintes informações: Disponível em: endereço do *site*. Acesso em: dia, mês (abreviado), ano.**

   Exemplo: DA CUNHA, Leandro Reinaldo. Atletas transgênero e esportes de elite: uma revisão científica. *Revista Direito e Sexualidade*, p. 190-198, 2023. Disponível em: https://periodicos.ufba.br/index.php/revdirsex/article/view/55196. Acesso em: 7 set. 2024.

Lendo e registrando

- Com base no material encontrado e na sistematização que vocês fizeram, é o momento de elaborar um relatório que apresente o estado da arte do problema científico. O relatório deve apresentar as partes indicadas a seguir.
  a) **Apresentação**: apresentação do problema científico e da pergunta proposta pelo grupo para a pesquisa de estado da arte. Descrição do levantamento, exposição das fontes usadas, metodologia de trabalho, artigos científicos selecionados e critérios utilizados.
  b) **Resultados:** explicação da sistematização que o grupo fez acerca de todos os artigos encontrados, critérios de seleção e divisão e quantificação. Estabelecimento de um panorama sobre os estudos e apresentação dos resultados parciais obtidos: o que é possível concluir com base na quantificação e sistematização dos dados?
  c) **Conclusões:** explanação breve sobre o saldo do processo e do levantamento todo. O que os estudos puderam evidenciar até o momento e o que falta ainda investigar?

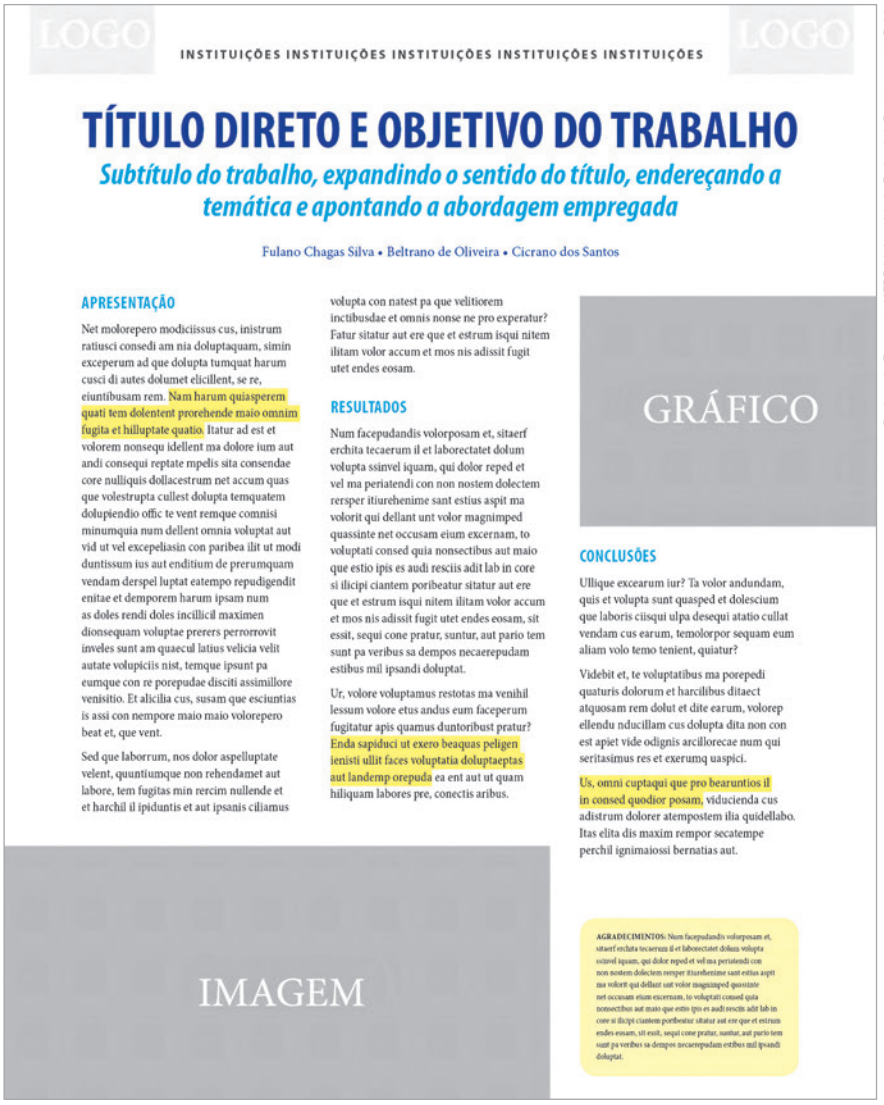
4 **Os grupos devem produzir um pôster para divulgar a pesquisa do estado da arte sobre o esporte nas diferentes perspectivas distribuído aos participantes do Festival Esportivo Inclusivo, a ser realizado na seção *Desembarque*.**

Confecção do pôster

Como fazer

- Aproveitando a estrutura do relatório que o grupo produziu, é preciso agora elaborar uma disposição do texto na página, seguindo critérios visuais: qual será o tamanho físico do pôster? Quantas colunas serão necessárias? Haverá imagens? Qual tamanho de letra (corpo) é necessário para que o pôster seja visível?

- Com base nessas questões, formulem um *layout* para o pôster.



Projeto de Extensão UFRB/Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

BAGAGEM

Pôsteres acadêmicos ou científicos são cartazes produzidos com a função de divulgar informações sobre pesquisas concluídas ou em andamento em eventos de divulgação científica como congressos, seminários e simpósios, etc. Os pôsteres costumam ser impressos e pendurados em locais predeterminados pelos organizadores dos eventos por onde o público vai circular. A comunicação em pôsteres pressupõe a presença de quem realizou a pesquisa para complementar as informações, já que ele é bastante sucinto.

- Utilizando um editor de texto e inserindo as informações necessárias, dê forma ao pôster, colocando também as imagens. O relatório deve ser consultado para a escolha do que for essencial.
- Revisem a versão inicial do pôster, atentando-se para a quantidade de informações inseridas, a qualidade e a pertinência das imagens e o *layout*. Se necessário, façam reformulações. Confiram as questões relativas à norma-padrão da língua (concordâncias verbal e nominal, regências verbal e nominal) e às convenções da escrita (paragrafação, ortografia e pontuação).
- O pôster pode ser apresentado em formato digital (TV, projetor, ***notebook***) ou impresso em tamanho menor/preto e branco para reduzir custos. Verifiquem com a escola a possibilidade de apoio na impressão ou parcerias com empresas locais. O importante é que o público possa lê-lo em algum local bem visível no dia do torneio. Além disso, organizem uma escala para que tenha sempre uma dupla de estudantes para oferecer explicações sobre o processo da pesquisa aos interessados.
- Se possível, no dia do evento, façam uma projeção do pôster para aumentar as possiblidades de visualização. Outra forma de ampliar o acesso das informações é publicar o pôster em suas redes sociais e nas redes sociais da escola.

VALE VISITAR

Leiam algumas dicas que podem tornar o pôster ainda mais adequado ao público no dia do evento: DANTAS, Lys M. V; OLIVEIRA, Adriano A. *Como elaborar um pôster acadêmico*. Cachoeira: Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, 2015. Disponível em: https://www.ufrb.edu.br/gestaopublica/images/phocadownload/materialdidatico/como_elaborar_pster.pdf. Acesso em: 2 jun. 2024.

Não escreva no livro.

DESEMBARQUE

FESTIVAL ESPORTIVO INCLUSIVO

Após aprofundar seus conhecimentos sobre os esportes, os profissionais envolvidos, o papel dos torcedores e as questões de uso de tecnologias, além das experimentações relativas aos esportes de invasão e à ginástica artística, você e os colegas vão organizar um festival esportivo inclusivo na escola integrado à apresentação de pôsteres de revisão de literatura estado da arte. O intuito é aplicar os conhecimentos ampliados no capítulo e agir agora com protagonismo comunitário com vistas a promover a maior conscientização dos estudantes de outras turmas da escola.

Agora é hora de colocar a mão na massa e pensar em soluções. Reúnam-se em grupos e informem-se sobre o que vocês vão fazer a seguir. *Veja mais informações nas **Orientações didáticas**.*

Evento	Festival Esportivo Inclusivo.
Situação	Um festival esportivo inclusivo vai ser realizado na escola. A turma, com o auxílio do professor, vai decidir as propostas de modalidades e os jogos como vivenciado no capítulo. Lembrando de garantir que essa escolha seja inclusiva, ou seja, que as experimentações que farão parte do festival sejam adequadas a diferentes níveis de habilidade e interesses dos estudantes da escola, além de contemplar os colegas com deficiência.
Tema	Festival esportivo inclusivo.
Objetivos	1) Realizar um festival esportivo inclusivo na escola, considerando os vários aspectos envolvidos na promoção de um evento. 2) Vivenciar a gestualidade das diferentes formas de praticar esportes de interesse dos estudantes na escola.
Quem é você	Organizador do festival esportivo; praticante; jogador; narrador; comentarista; repórter; divulgador dos folhetos produzidos pela turma.
Para quem	Para as turmas de Ensino Médio da escola (participantes e torcedores).
Tipo de produção	1) Entre os colegas de turma. 2) Entre as turmas do Ensino Médio da escola.

SeventyFour/iStock/Getty Images

Adaptar o esporte às necessidades de cada indivíduo é essencial para promover a inclusão e garantir que todos tenham a oportunidade de praticar atividades físicas e se beneficiar de seus efeitos positivos.

Não escreva no livro.

Organizando o festival

Você sabe a diferença entre um festival esportivo, um campeonato e um torneio? O festival esportivo é um evento que promove a participação, a celebração e a integração dos participantes com um enfoque recreativo, educacional e/ou cultural. Sua estrutura geralmente não envolve competição formal, mas sim uma variedade de atividades e modalidades esportivas, como jogos amistosos, apresentações culturais e demonstrações. O foco do festival é a inclusão e a valorização da prática esportiva, independentemente de quem vence ou perde. Já o campeonato tem como objetivo determinar o melhor time ou atleta em uma modalidade específica após várias partidas ou provas. O foco do campeonato é a competição formal e sistemática para estabelecer os campeões. Já o torneio é uma competição de caráter eliminatório ou por fases, com o objetivo de determinar um vencedor em um período mais curto. Sua estrutura pode ser organizada em formato eliminatório (mata-mata) ou de grupos, de modo que os competidores avancem à medida que vençam seus adversários.

É importante que você saiba essas diferenças para propor um festival que realmente esteja pautado pela inclusão, celebração e participação. Para isso, relembre os conceitos estudados e as pesquisas realizadas ao longo deste capítulo e utilize-os para planejar um evento que valorize a participação de todos, independentemente de suas habilidades físicas ou limitações.

1. **Definam, coletivamente e com a mediação do professor, as modalidades esportivas, atividades lúdicas e culturais que vão fazer parte do estival. Pensem também em como serão as inscrições e quem poderá participar.**
2. **Contabilizem quantos estudantes vão atuar como praticantes, torcedores, equipe de divulgação, narradores, repórteres, pois a ideia é simular o envolvimento dos diferentes profissionais estudados no capítulo na organização do Festival. Definam também como os grupos serão organizados: só com meninos, só com meninas, grupos mistos, atividades individuais ou em duplas?**
3. **O planejamento do evento deve começar com a definição clara dos objetivos, como promover a inclusão, combater preconceitos e utilizar o esporte como uma ferramenta de transformação social. Em seguida, é importante dividir as tarefas, formando comitês com os estudantes para organizar diferentes áreas, como esportes, ginástica, torcida, mídias sociais, logística e segurança. Para garantir a inclusão, as atividades devem ser acessíveis a todos os estudantes, incluindo aqueles com deficiência ou diferentes níveis de habilidade. Adaptações nos jogos, como rodízio de participantes, podem ser feitas para nivelar essas diferenças. Além disso, é interessante buscar parcerias, convidando ativistas da comunidade, ONGs e demais professores da escola. A logística também precisa ser organizada, definindo os horários dos jogos e apresentações, preparando os espaços, como quadras e palcos para a ginástica, e garantindo a supervisão adequada em todas as atividades.**
4. **Decidam, com a orientação do professor, a duração de cada atividade e os tempos de intervalos, quem formará a arbitragem e as regras gerais do Festival.**
5. **O desenvolvimento do evento pode começar com a organização de um festival de esportes de invasão, como torneios de futebol e basquete, com regras adaptadas para promover maior inclusão. Nesse formato, cada time pode ter jogadores de diferentes níveis de habilidade e gêneros, garantindo uma experiência mais equitativa. Além disso, apresentações de ginástica, como ginástica de solo, devem ser planejadas para mostrar a diversidade corporal e as diferentes habilidades dos participantes, sempre destacando a importância da inclusão e do esporte como ferramenta de inclusão social. Vocês podem definir a escolha de músicas para as apresentações de ginástica, uniformes, bandeiras para as torcidas que expressem temas como a igualdade de gênero e o combate à violência e à ciberviolência nos esportes.**
6. **Procurem criar jogos e provas lúdicas, que envolvam tanto competidores quanto torcedores. Essas atividades mais recreativas podem ajudar a promover a interação e a cooperação entre os participantes. A atuação das torcidas também deve ser incentivada, com campanhas que promovam a igualdade de gênero, o combate ao racismo e a inclusão de pessoas com deficiência. As torcidas podem utilizar cartazes, bandeiras e cânticos que reforcem essas mensagens de igualdade.**
7. **Vocês podem incorporar ações nas redes sociais, utilizando *posts* e *hashtags* que promovam a inclusão e o respeito. Estudantes podem ser incentivados a criar vídeos e postagens que mostrem o impacto transformador do esporte na realidade social, ampliando o alcance das ideias de inclusão e respeito para além do evento.**
8. **Verifiquem se na escola há o material necessário para a realização do Festival ou se é preciso confeccionar algum item. Algumas possibilidades são: quadra ou campo, bolas, redes para as traves, uniformes das equipes, apitos, faixas para os torcedores, microfone, caixas de som, campo.**

Organizando o dia do evento

1. **Para divulgar o evento na escola, confeccionem cartazes com o nome do Festival, data, local e horário. Insiram imagens que chamem a atenção para os possíveis expectadores-torcedores. Elaborem também tabelas com o detalhamento dos horários dos jogos para serem distribuídas às pessoas que prestigiarem o evento.**

Não escreva no livro.

Observem o exemplo:

8h00 - 8h30 – Abertura oficial do evento

- Boas-vindas e discurso de abertura: escolha um ou mais estudantes que possam abrir o evento ressaltando a importância da inclusão, do respeito e da transformação social no esporte.
- Atividade inicial de integração: um pequeno jogo ou dinâmica para integrar os participantes de diferentes turmas com foco no esporte como transformação social.

8h30 - 10h00 – Torneio de futebol (esporte de invasão)

- Organize os times com misto de habilidades e gêneros. Garanta que todos os jogadores participem ativamente, com rodízios regulares para equilibrar as habilidades. Oriente cada torcida a criar *slogans* e cânticos que promovam o combate ao racismo e à desigualdade de gênero ou outras temáticas relevantes.

10h00 - 10h30 – Pausa para lanche

- Durante a pausa, a equipe de mídias sociais do evento pode coletar vídeos curtos e depoimentos dos participantes sobre o que inclusão e respeito significam no esporte.

10h30 - 12h00 – Apresentações de ginástica artística e rítmica

- Apresentações de grupos múltiplos: estudantes com diferentes níveis de habilidade realizam coreografias colaborativas.

12h00 - 13h00 – Almoço e intervalo

- Exposição de *banners* produzidos na revisão de literatura de estado da arte.

13h00 - 14h30 – Torneio de basquetebol (esporte de invasão)

- Com a dinâmica inclusiva e de torcidas ativistas, assim como realizado anteriormente na prática do futebol.

14h30 - 15h00 – Jogos criados pelos estudantes

- Com foco na integração, solução de problemas e participação de todos. Lembrem-se de alguns exemplos vivenciados na primeira parada.

15h00 - 16h00 – Painel interativo e redes sociais

- Grupos de estudantes debatem e criam conteúdos para as redes sociais, com vídeos e fotografias promovendo a transformação social por meio do esporte. Criação de uma *hashtag* oficial para o evento (por exemplo: #EsporteTransforma #InclusaoNoEsporte) e desafio de engajamento.

16h00 - 17h00 – Encerramento e premiação

- Times e torcidas que se destacaram na promoção da inclusão e no combate aos preconceitos recebem prêmios simbólicos (por exemplo: troféus de melhor campanha, time mais inclusivo).

Rodada final de reflexão

- Todos os participantes se reúnem em círculo para compartilhar reflexões sobre o evento e o que aprenderam sobre inclusão e respeito.

2 **Agora é a hora da turma definir os responsáveis pela cobertura do evento: narradores, repórteres, responsáveis pelas redes sociais do evento, etc.**

a) O escolhido para narrar um jogo deve:

I. considerar que está narrando para um público de televisão, já que os torcedores do Festival Esportivo Inclusivo vão ouvi-lo enquanto acompanha as imagens do jogo;

II. familiarizar-se com o nome dos jogadores dos dois times envolvidos no jogo que vai narrar, fazendo, se necessário, uma lista de apoio;

III. pedir a participação do comentarista sempre que houver uma jogada que, em sua avaliação, mereça ser destacada;

IV. pedir a participação do repórter para informar substituições ou outros acontecimentos que envolvam o comportamento de jogadores, técnicos ou torcedores;

V. seguir as orientações de narração de TV.

Narração de TV

- Defina um grito de gol, pois será sua principal marca como narrador.
- Alongue a sílaba tônica de uma palavra quando quiser destacá-la na narração.
- Para uma narração de TV, cadencie o ritmo e não se preocupe em descrever detalhadamente todos os lances, pois a imagem já traduz os movimentos do jogo para o espectador (diferentemente da narração para rádio, por exemplo, em que o ritmo é acelerado e os detalhes de posicionamento dos jogadores e do andamento da

jogada são importantes, já que o ouvinte não vê os lances). Caso haja pessoas com deficiência, adapte o discurso para que todos possam acompanhar o jogo.

b) O escolhido para comentar um jogo deve:

I. familiarizar-se, assim como o narrador, com o nome dos jogadores dos dois times envolvidos, fazendo, se necessário, uma lista de apoio;

II. comentar o jogo apenas quando for acionado pelo narrador;

III. estabelecer um diálogo com o narrador, buscando responder aquilo que lhe foi perguntado;

IV. fazer anotações sobre jogadas que tenham chamado especialmente a sua atenção, a fim de fazer comentários com maior segurança.

c) O escolhido para ser repórter de um jogo deve:

I. familiarizar-se, assim como o narrador e o comentarista, com o nome dos jogadores dos dois times envolvidos no jogo;

II. informar os espectadores apenas quando for acionado pelo narrador;

III. ficar atento aos acontecimentos da partida, bem como aqueles no entorno, sobretudo às eventuais substituições;

IV. entrevistar, ao final do jogo, pelo menos um jogador de cada time, para saber a avaliação que eles fazem da partida;

V. divulgar por escrito as suas impressões dos jogos e trechos das entrevistas nas redes sociais da escola e/ou da turma.

Avaliando o aprendizado

- Após a realização do festival, reúna-se com os colegas e o professor e converse sobre como foi o evento. Quais foram os pontos positivos? Houve pontos negativos? O que você mudaria se fosse fazer o festival novamente?

ENTRETENIMENTO A BORDO

Para conhecer mais a história do futebol, faça uma visita virtual ao Museu do Futebol, disponível em: https://www.museudofutebol.org.br/pagina/exposicoes-virtuais. Acesso em: 7 jul. 2024.

Centro de Referência do Futebol Brasileiro (CRFB)/Museu do Futebol

MUSEU DO FUTEBOL

Editora Peirópolis/Arquivo da editora

- Você gostaria de ler as emoções do futebol de rua por meio de imagens? O fotógrafo Caio Vilela eternizou momentos inesquecíveis das chamadas "peladas", observados durante suas andanças pelo Brasil, no livro *Futebol-arte*: do Oiapoque ao Chuí (Criciúma: Grão Editora, 2013).

Warner Bross Pictures/ID/BR

- Quer conhecer como o líder sul-africano Nelson Mandela motivou a seleção de seu país durante o Campeonato Mundial de Rugby? Assista a *Invictus* (2h14min), lançado em 2009 e dirigido por Clint Eastwood, filme baseado em fatos que destaca o poder do esporte como ferramenta de transformação social e de inclusão.

Actual Films/ID/BR

- O documentário *Atleta A* (1h43min), lançado em 2020 e dirigido por Bonni Cohen e Jon Shenk, aborda o escândalo de abuso sexual no time de ginástica dos Estados Unidos e como as atletas encontraram forças para expor a verdade. O filme trata de questões de poder, abuso e da importância do esporte como um espaço seguro para o desenvolvimento humano.

Não escreva no livro.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Vamos avaliar a viagem que você fez ao mundo dos esportes? Para isso, organizem-se em uma roda e conversem sobre as questões organizadas a seguir. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

FOTOGRAFIAS DA VIAGEM: AVALIAÇÃO

Responda às questões a seguir no caderno.

1. Quais são os principais profissionais envolvidos na organização de um evento esportivo?
2. Como as desigualdades de gênero afetam os profissionais que atuam com esportes?
3. Quais são os princípios comuns aos esportes de invasão?
4. Em sua opinião, quais são as principais ações necessárias para que os espaços onde ocorrem eventos esportivos sejam pacíficos e que valorizem as diferenças?
5. Qual é a realidade financeira dos jogadores de futebol no Brasil?
6. O futebol feminino já tem uma estrutura adequada para as atletas brasileiras? Por quê?
7. Quais tecnologias podem ser utilizadas para melhorar a arbitragem?
8. Quais são os benefícios do uso de *feedback* em vídeo nas aulas de ginástica artística?
9. Quais foram as estratégias utilizadas na seção *Desembarque* do capítulo para produzir um festival esportivo inclusivo na escola?

SELFIES DA VIAGEM: AUTOAVALIAÇÃO

Responda às questões a seguir no caderno. Respostas pessoais. *Veja mais informações nas* ***Orientações didáticas****.*

1. Como você avalia sua participação nas atividades relacionadas aos esportes de invasão e ginástica artística?
2. Você achou interessante vivenciar as diferentes invariantes e os princípios operacionais dos esportes de invasão?
3. Qual é a importância dos torcedores nos eventos esportivos? É possível construir uma cultura de paz nos estádios?
4. Em sua opinião, é possível existir equidade salarial no futebol masculino e feminino? E em outras modalidades esportivas?
5. O esporte pode ser uma plataforma de luta contra o racismo, o machismo, a homofobia e todas as formas de discriminação? Por quê?
6. A reflexão sobre o papel das tecnologias nos esportes contribuiu para você rever os usos que faz de tecnologias e redes sociais quando se trata de praticar, torcer ou comentar os esportes?
7. As reflexões em torno do planejamento da carreira e da educação financeira na vida de atletas profissionais levaram você a considerar esses temas em seu projeto de vida?
8. Você gostou de realizar a pesquisa de estado da arte? Destaque aspectos positivos e negativos da realização da atividade.
9. Como foi organizar um festival esportivo inclusivo na escola? De qual momento dessa atividade você mais gostou?
10. Como você avalia a sua contribuição e a da turma na produção da atividade e a reação do público?

TRANSCRIÇÃO DOS ÁUDIOS

Faixa 2

"Asa branca"

Quando oiei' a terra ardendo
Qual fogueira de São João
Eu preguntei' a Deus do céu, uai
Por que tamanha judiação?
Eu preguntei' a Deus do céu, uai
Por que tamanha judiação?

Que braseiro, que fornaia'
Nenhum pé de prantação'
Por farta' d'água perdi meu gado
Morreu de sede meu alazão
Por farta' d'água perdi meu gado
Morreu de sede meu alazão

Inté' mesmo a asa branca
Bateu asas do sertão
Entonce' eu disse: adeus, Rosinha
Guarda contigo meu coração
Entonce' eu disse: adeus, Rosinha
Guarda contigo meu coração

Hoje longe, muitas légua
Numa triste solidão
Espero a chuva cair de novo
Pra mim vortar' pro meu sertão
Espero a chuva cair de novo
Pra mim vortar' pro meu sertão

Quando o verde dos teus óio'
Se espaiar' na prantação'
Eu te asseguro, não chore, não, viu
Que eu vortarei', viu, meu coração
Eu te asseguro, não chore, não, viu
Que eu vortarei', viu, meu coração

GONZAGA, Luiz. Asa branca. Belo Horizonte: Letras, c2003-2024. Disponível em: https://www.letras.mus.br/luiz-gonzaga/47081/. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 3

"Ana Maria"

Eu dei um beijo
Eu dei um beijo
Eu beijei Ana Maria
Por causa disso
Eu quase entrava numa fria

Ana Maria tinha dono e eu não sabia
Mas quem diria pra bem dizer
Foi sem querer, mas terminou em confusão
A solução foi confundir o coração
Daí então fiquei na vida de ilusão

Agora adeus, Ana Maria
Deus te guarde para o amor
No céu Santa Maria
Aqui na terra o seu amor

Ana Maria
Ai como eu queria dar outro beijo
Matar o meu desejo
Ai como eu queria, Ana Maria
Quanta alegria por seu querer
Beijar a sua boca e ser de você

Eu dei um beijo, eu dei um beijo
Eu beijei Ana Maria
Por causa disso eu quase entrava numa fria
Ana Maria tinha dono e eu não sabia
Mas quem diria, pra bem dizer
Foi sem querer, mas terminou em confusão
A solução foi confundir o coração
Daí então troquei na vida de ilusão
Agora adeus, Ana Maria

Deus te guarde para o amor
No céu Santa Maria
Aqui na terra o seu amor
Ana Maria
Ai como eu queria dar outro beijo
Matar o meu desejo
Ai como eu queria, Ana Maria
Quanta alegria por seu querer
Beijar a sua boca e ser de você

CANTADOR, Santanna O. *Ana Maria*. Belo Horizonte: Letras, c2003-2024. Disponível em: https://www.letras.mus.br/santanna/138164/. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 4

"Se quiser é assim"

Se você quiser vai ser assim
Iê, iê, iê, iê, iêeeeeee...
Me ame, mas me deixe livre

Quem disse que eu preciso de um amor assim:
Que pega no meu pé, que quer mandar em mim,
Que quer prender as rédeas do meu coração,
Que corta minhas asas se eu quiser voar,
Que eu nao tenho tempo, nem de me explicar,
Que morre de ciúmes se eu quiser sair,
Que quer adivinhar até meus pensamentos,
Uôu, uôu, uôu, uôu, uôuuuuuu...

Quem disse que eu preciso de um amor assim:
Eu sou um bicho solto, sou um furacão

Não escreva no livro.

Bem longe dos seus olhos, sou um gavião
Eu disse pra você quando me conheceu
Eu nao sou de ninguém e nunca serei seu
Ainda não nasceu mulher pra me amarrar
E me deixar igual a um bobo apaixonado
Uôu, uôu, uôu, uôu, uôuuuuuu...

Se você quiser vai ser assim

Iê, iê, iê, iê, iêeeeeee...
Me ame, mas me deixe livre

Se você quiser o meu amor
Uôu, uôu, uôu, uôu, uôuuuuuu...
Fique, mas não chore, por favor!

CALCINHA PRETA. *Se quiser é assim*. Belo Horizonte: Letras, c2003-2024. Disponível em: https://www.letras.mus.br/calcinha-preta/523278/. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 5

"Alavantu Anahiê"

No alumiar das fogueiras de junho meus olhos vão mais que brilhar
Vão ser a própria fogueira e eu fogareira que vou atiçar
A gente é feita de brasa e costela que encosta demais vai ferver
Porque o respeito foi feito pro alavantú e pro anahiê

Meu corpo inteiro se coça se o som da palhoça começa a esquentar
Não me segure na mão que eu sou feito rojão e vou sempre soltar
Tiro de bacamarteiro ou um baque de alfaia de maracatu
Porque o respeito foi feito pro anahiê e pro alavantú

Não venha me dizer
Por onde devo andar
Eu quero me perder não vem prender meu calcanhar
Só venha atrás de mim
Se for me acompanhar
Forró só presta assim
Dança um tiquinho, puxa outro par

Não venha me dizer
Por onde devo andar
Eu quero me perder não vem prender meu calcanhar
Só venha atrás de mim
Se for me acompanhar
Forró só presta assim

Dança um tiquinho, puxa outro par

Meu corpo inteiro se coça se o som da palhoça começa a esquentar
Não me segure na mão que eu sou feito rojão e vou sempre soltar
Tiro de bacamarteiro ou um baque de alfaia de maracatu
Porque o respeito foi feito pro anahiê e pro alavantú

Não venha me dizer
Por onde devo andar
Eu quero me perder não vem prender meu calcanhar
Só venha atrás de mim
Se for me acompanhar
Forró só presta assim
Dança um tiquinho, puxa outro par

Não venha me dizer
Por onde devo andar
Eu quero me perder não vem prender meu calcanhar
Só venha atrás de mim
Se for me acompanhar
Forró só presta assim
Dança um tiquinho, puxa outro par

AYDAR, Mariana; MESTRINHO; LINHARES, Juliana; MORAES, Isabela. *Alavantu Anahiê*. Belo Horizonte: Letras, c2003-2024. Disponível em: https://www.letras.mus.br/mariana-aydar/alavantu-anahie-part-mestrinho-juliana-linhares-e-isabela-moraes/. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 8

"Pelo telefone"

O chefe da polícia
Pelo telefone mandou me avisar
Que lá na carioca
Tem uma roleta para se jogar

O chefe da polícia
Pelo telefone mandou me avisar
Que lá na carioca
Tem uma roleta para se jogar

Ai, ai, ai
É deixar mágoas pra trás, ó rapaz
Ai, ai, ai
Fica triste se és capaz e verás

Tomara que tu apanhes
Pra nunca mais fazer isso
Tirar amores dos outros

E depois fazer teu feitiço

Ai, se a rolinha, sinhô, sinhô
Se embaraçou, sinhô, sinhô
É que a avezinha, sinhô, sinhô
Nunca sambou, sinhô, sinhô
Porque este samba, sinhô, sinhô
É de arrepiar, sinhô, sinhô
Põe perna bamba, sinhô, sinhô
Mas faz gozar, sinhô, sinhô

O peru me disse
Se o morcego visse
Não fazer tolice
Que eu então saísse
Dessa esquisitice
De disse-não-disse

Ah! Ah! Ah!
Aí está o canto ideal, triunfal
Ai, ai, ai
Viva o nosso carnaval sem rival

Se quem tira o amor dos outros
Por Deus fosse castigado
O mundo estava vazio
E o inferno habitado

Queres ou não, sinhô, sinhô
Vir pro cordão, sinhô, sinhô
É ser folião, sinhô, sinhô
De coração, sinhô, sinhô
Porque este samba, sinhô, sinhô
De arrepiar, sinhô, sinhô
Põe perna bamba, sinhô, sinhô
Mas faz gozar, sinhô, sinhô

Quem for bom de gosto
Mostre-se disposto
Não procure encosto
Tenha o riso posto
Faça alegre o rosto
Nada de desgosto

Ai, ai, ai
Dança o samba
Com calor, meu amor
Ai, ai, ai
Pois quem dança
Não tem dor nem calor

DONGA. *Pelo telefone*. Belo Horizonte: Letras, c2003-2024. Disponível em: https://www.letras.mus.br/donga/1120957/. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 9

"Marinheiro só"

Eu não sou daqui
Marinheiro só
Eu não tenho amor
Marinheiro só
Eu sou da Bahia
Marinheiro só
De São Salvador
Marinheiro só

Eu não sou daqui
Marinheiro só
Eu não tenho amor
Marinheiro só
Eu sou da Bahia
Marinheiro só
De São Salvador
Marinheiro só

Marinheiro marinheiro
Marinheiro só
Quem te ensinou a nadar
Marinheiro só
Foi o tombo do navio
Marinheiro só
Ou foi o balanço do mar
Marinheiro só

Marinheiro marinheiro
Marinheiro só
Quem te ensinou a nadar
Marinheiro só
Foi o tombo do navio
Marinheiro só
Ou foi o balanço do mar
Marinheiro só

Lá vem, lá vem
Marinheiro só
Como ele vem faceiro
Marinheiro só
Todo de branco
Marinheiro só
Com o seu bonezinho
Marinheiro só

Todo de branco
Marinheiro só
Com o seu bonezinho
Marinheiro só

Marinheiro marinheiro
Marinheiro só
Quem te ensinou a nadar
Marinheiro só
Foi o tombo do navio
Marinheiro só
Ou foi o balanço do mar
Marinheiro só

Lá vem, lá vem
Marinheiro só
Como ele vem faceiro
Marinheiro só
Todo de branco
Marinheiro só
Com o seu bonezinho
Marinheiro só

Marinheiro marinheiro
Marinheiro só
Quem te ensinou a nadar
Marinheiro só
Foi o tombo do navio
Marinheiro só
Ou foi o balanço do mar
Marinheiro só

Eu não sou daqui
Marinheiro só
Eu não tenho amor
Marinheiro só
Eu sou da Bahia
Marinheiro só
De São Salvador
Marinheiro só

Não escreva no livro.

Eu não sou daqui
Marinheiro só
Eu não tenho amor
Marinheiro só
Eu sou da Bahia
Marinheiro só
De São Salvador
Marinheiro só

MARINHEIRO só. Disponível em: http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/me000588.pdf. p. 17. Acesso em: 12 out. 2024.

Faixa 10

"Balanço do mar"

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Que eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Que eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Que eu vi a sereia brilhar

O marinheiro segura o barco
Que a morena já vai embarcar
E o remador que rema a canoa
Olha lá, olha o balanço do mar

O marinheiro segura o barco
Que a morena já vai embarcar
E o remador que rema a canoa
Olha lá, olha o balanço do mar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

As águas doces do rio Paraguaçu
Tem o canal que vai à pedra da baleia
Lá tem o farol onde é a morada
De Nanã, Oxum, Iemanjá numa sereia

As águas doces do rio Paraguaçu
Tem o canal que vai à pedra da baleia
Lá tem o farol onde é a morada
De Nanã, Oxum, Iemanjá numa sereia

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

Em fevereiro eu vou festejar
Levo perfumes, flores ao mar
E cantarei para homenagear
Nanã, Oxum e a rainha Iemanjá

Em fevereiro eu vou festejar
Levo perfumes, flores ao mar
E cantarei para homenagear
Nanã, Oxum e a rainha Iemanjá

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

As águas doces do rio Paraguaçu
Tem o canal que vai à pedra da baleia
Lá tem o farol onde é a morada
De Nanã, Oxum, Iemanjá numa sereia

As águas doces do rio Paraguaçu
Tem o canal que vai à pedra da baleia
Lá tem o farol onde é a morada
De Nanã, Oxum, iemanjá numa sereia

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Foi no balanço do mar
Eu vi a sereia brilhar

FREITAS, A. O. *Balanço do mar (feat. Samba de Dona Dalva)*. Intérpretes: Mestre Navegantes; Ana Olga Freitas e Dalva Damiana de Freitas. Disponível em: https://open.spotify.com/intl-pt/track/0eoNTrOVmkeXFr7vZIMCWj. Acesso em: 12 out. 2024. Letra transcrita pelos autores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS COMENTADAS

ANDRADE, Rodrigo de Oliveira. Fazendo pesquisa na escola. *Revista Pesquisa Fapesp*, São Paulo, ed. 280, jun. 2019. Disponível em: https://revistapesquisa.fapesp.br/fazendo-pesquisa-na-escola/. Acesso em: 2 out. 2024.

O artigo aborda a pré-iniciação científica no Ensino Médio, destacando a importância da prática de pesquisa acadêmica para estudantes.

BONI, Valdete; QUARESMA, Sílvia Jurema. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. *Em Tese*: revista eletrônica dos pós-graduandos em Sociologia Política da UFSC, Florianópolis, v. 2, n. 1, p. 68-80, jan./jul. 2005. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027. Acesso em: 2 out. 2024.

O artigo explora a entrevista como técnica de pesquisa social, oferecendo orientações práticas ao entrevistador.

BRITO, Celso de. *A roda do mundo:* a Capoeira Angola em tempos de globalização. Curitiba: Appris, 2017. 221 p.

O livro combina uma etnografia sobre a Capoeira Angola com uma análise sobre as interações globais e culturais dessa prática.

BRUNO, Leonardo. *Canto de rainhas:* o poder das mulheres que escreveram a história do samba. 1. ed. Rio de Janeiro: Agir, 2021. 510 p.

A obra apresenta a evolução do samba e o papel transformador das mulheres no impacto cultural e social do samba no Brasil.

CAVALLARI, Guilherme. *Manual de* trekking *& aventura*. Gonçalves: Kalapalo, 2008.

O livro indica itens necessários para a prática do *trekking*, como roupas, calçados, mochilas, e estabelece relações diretas entre o meio ambiente e o ecoturismo.

ELLSWORTH, Abigail. *Pilates:* anatomia ilustrada – guia completo para praticantes de todos os níveis. Barueri: Manole, 2014.

O livro apresenta instruções de cada exercício do pilates para praticantes de níveis iniciante, intermediário e avançado, além de dicas de como exercitar-se com segurança.

ENTRE um café, uma prosa com Isabel Marques. Petrolina: TV Caatinga, 2019. 1 vídeo (19 min 26 s). Disponível em: https://portais.univasf.edu.br/videos/tv-caatinga/entre-um-cafe-uma-prosa-com-isabel-marques. Acesso em: 26 ago. 2024.

No vídeo, a bailarina Isabel Marques aborda uma perspectiva de dança voltada para a criação e o desenvolvimento da linguagem da dança no ambiente formal de ensino.

FARIAS, Airton de. *Uma história das copas do mundo:* futebol e sociedade. Fortaleza: Armazém da Cultura, 2015. v. 1. 548 p.

O livro contextualiza historicamente o maior evento de futebol do mundo, desde sua primeira edição em 1930 até os dias atuais, analisando a relação entre o futebol e os contextos políticos e sociais.

FREITAS, Vanilto Alves de. *O processo de transmissão da* breakdance*:* técnicas corporais presentes na dança do movimento Hip-Hop. 2004. Monografia (Bacharelado em Ciências Sociais) – Faculdade de Filosofia, Artes e Ciências Sociais, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2004. Disponível em: http://www.lakka.com.br/wp-content/uploads/2017/11/O-PROCESSO-DE-TRANSMISSAO-DA-BREAKDANCE.pdf. Acesso em: 14 set. 2024.

A monografia apresenta estudos sobre técnicas corporais e processos de transmissão do *breakdance*, além de contextualizar o movimento *Hip-Hop*.

GUERINI, Diego. *O maratonista six star finisher:* a jornada do primeiro brasileiro a correr, em apenas oito meses, as 6 principais maratonas do mundo abaixo de três horas. São Paulo: SGDZ Books, 2024. 142 p.

O autor relata sua jornada ao completar as seis principais maratonas do mundo em menos de três horas cada, enfocando o preparo físico e psicológico.

INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). *Indígenas*. Disponível em: https://indigenas.ibge.gov.br/. Acesso em: 2 out. 2024.

O portal do IBGE oferece informações detalhadas sobre a realidade indígena no Brasil, sendo uma fonte essencial para conhecer as condições atuais e históricas dessas comunidades.

MACHADO, Giancarlo Marques Carraro. *A cidade do* skate*:* sobre os desafios da citadinidade. São Paulo: Hucitec, 2022.

O livro aborda como a prática do *skate* desafia a organização dos espaços urbanos, discutindo o papel dos esqueitistas na luta pelo direito dos jovens de usufruírem dos espaços das cidades.

MAGUIRE, Peter; GRACIE, Rickson. *Respire:* uma vida em movimento. Tradução: Gabriela Colicigno. São Paulo: Harper Collins, 2021. Edição padrão.

Não escreva no livro.

O livro narra a trajetória do campeão de jiu-jítsu Rickson Gracie, mesclando a história da família Gracie com as próprias conquistas no esporte. A obra destaca a filosofia do jiu-jítsu como uma forma de desenvolvimento pessoal, oferecendo lições sobre superação e equilíbrio entre corpo e mente.

MELO, Caio Marlon Alves *et al*. Dores musculoesquelética na região cervical, torácica alta relacionada a postura indevida e uso prolongado do aparelho celular, uma revisão de literatura. *Revista Cathedral*, v. 2, n. 1, 2020. Disponível em: http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/94. Acesso em: 3 out. 2024.

Neste artigo de revisão bibliográfica, é possível aprofundar conhecimentos sobre os riscos do uso prolongado de celulares.

MELO, Victor Andrade de. *Dicionário do esporte no Brasil:* do século XIX ao início do século XX. Campinas: Autores Associados, 2007. 184 p.

O livro apresenta a história das práticas esportivas no Brasil, desde o século XIX até o início do século XX, tratando de fatos históricos, incluindo a influência das imigrações inglesa e alemã na difusão das atividades esportivas no país.

MESQUITA JUNIOR, Paulo Fernando. *Organização de eventos esportivos*. [*S. l.*: *s. n.*], 2024. Disponível em: https://www.unijales.edu.br/library/downebook/id:873. Acesso em: 2 out. 2024.

A apresentação fornece orientações sobre o planejamento e a gestão de eventos esportivos, abordando desde a definição de comissões até aspectos logísticos e cerimoniais, sendo essencial para organizadores e profissionais da área.

MINISTÉRIO DA CIDADANIA. Secretaria Especial do Esporte. Jogos dos povos indígenas. Brasília, DF, [20--]. Disponível em: http://arquivo.esporte.gov.br/index.php/institucional/esporte-educacao-lazer-e-inclusao-social/jogos-indigenas/163-ministerio-do-esporte/jogos-dos-povos-indigenas. Acesso em: 2 out. 2024.

Nesse *link*, você acessa o acervo de arquivos sobre os Jogos dos Povos Indígenas.

NUNOMURA, Myrian (org.). *Fundamentos das ginásticas*. São Paulo: Fontoura, 2023.

A obra foi escrita por professores e treinadores que apresentam possibilidades para o ensino de diferentes tipos de ginástica, incluindo a ginástica artística e rítmica.

PEREIRA, Dimitri Wuo; ARMBRUST, Igor. *Pedagogia da aventura:* os esportes radicais, de aventura e de ação na escola. São Paulo: Fontoura, 2023.

O livro apresenta como os esportes radicais e de aventura podem ser adaptados para o contexto escolar, propondo uma abordagem que envolve desafio, emoção e interação com o meio ambiente.

RIBEIRO, Ana Cristina; CARDOSO, Ricardo. *Dança de rua*. Campinas: Átomo, 2011. 144 p.

O livro apresenta em profundidade a cultura *hip-hop* por meio da dança e dos estilos que a compõem, incluindo a disseminação das danças urbanas no Brasil.

RIBEIRO, Djamila. *Pequeno manual antirracista*. São Paulo: Companhia das Letras, 2019. 136 p.

O livro apresenta onze lições para compreender as origens do racismo e formas de combatê-lo. Além disso, oferece reflexões sobre temas como negritude, branquitude e violência racial, enfatizando a urgência da luta contra as desigualdades estruturais.

SÃO PAULO (SP). *Biblioteca Virtual do Governo do Estado de São Paulo*. Disponível em: http://www.bibliotecavirtual.sp.gov.br/. Acesso em: 2 out. 2024.

A Biblioteca Virtual do Governo de São Paulo fornece *links* para dicionários, livros digitais e recursos que auxiliam pesquisas escolares.

SILVA, Inácio Crochemore Mohnsam da *et al*. Espaços públicos de lazer: distribuição, qualidade e adequação à prática de atividade física. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Pelotas, v. 20, n. 1, p. 82-92, jan. 2015. Disponível em: https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/4609/4240. Acesso em: 30 set. 2024.

O artigo mostra como os espaços públicos são alternativas para a ampliação e a democratização do acesso a locais adequados à prática de atividades físicas, considerando aspectos como conforto e adequação às práticas corporais.

SILVA, Paula Cristina da Costa; COLA, Ananda Carvalho; MARTINS, Mariana Zuaneti. Sozinhas no pico?: suportes e barreiras para o surfe praticado por mulheres. *Corpoconsciência*, Cuiabá, v. 28, p. e17220-e17220, 2024. Disponível em: https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/17220/13509. Acesso em: 12 out. 2024.

O artigo analisa os fatores que apoiam e dificultam a prática do surfe por mulheres, destacando o papel de incentivos familiares e a influência da comunidade.

SILVA, Tarcízio; STABILE, Max (org.). *Monitoramento e pesquisa em mídias sociais:* metodologias, aplicações e inovações. São Paulo: Uva Limão, 2016. Disponível em: https://www.ibpad.com.br/wp-content/uploads/2016/12/Monitoramento-e-pesquisa-em-midias-sociais.pdf. Acesso em: 2 out. 2024.

O livro reúne perspectivas sobre monitoramento de mídias sociais, incluindo metodologias, métricas e ferramentas.

UNESCO. *Diretrizes em educação física de qualidade (EFQ) para gestores de políticas*. Brasília, DF: Unesco, 2015. 86 p. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231963. Acesso em: 3 out. 2024.

O documento apresenta diretrizes elaboradas pela Unesco para apoiar gestores na implementação de políticas inclusivas de educação física de qualidade. Você pode utilizá-lo para se engajar em ações de valorização da Educação Física na sua escola.

UNESCO. *The power of sports values*. *O poder dos valores do esporte*. Brasília, DF: Unesco, 2016. 36 p. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245433. Acesso em: 2 out. 2024.

Em versão bilíngue inglês/português, o livro apresenta o papel transformador do esporte em promover valores como igualdade, respeito e solidariedade, destacando o impacto positivo das práticas esportivas em diversas comunidades ao redor do mundo.

UNESCO. *Um mundo totalmente novo, repensado pelas mulheres*. Brasília, DF: Unesco, n. 2, jul./set. 2020. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373788_por. Acesso em: 3 out. 2024.

A edição de julho-setembro de 2020 da revista *O Correio da Unesco* explora o impacto da pandemia de covid-19 sob a perspectiva das mulheres, destacando desigualdades de gênero e o papel central das mulheres na linha de frente da crise.

VARELLA, Drauzio. *Correr:* o exercício, a cidade e o desafio da maratona. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.

O médico Drauzio Varella apresenta um panorama da história das corridas e reflete sobre como a prática da corrida influenciou sua vida.

WILSON, Jamia. *Jovens, talentosos e negros*. Ilustrações de Andrea Pippins. Tradução: Nina Rizzi. São Paulo: VR Editora, 2021.

O livro descreve as histórias de 52 personalidades negras que marcaram a história, incluindo líderes, artistas e atletas, servindo como uma fonte de inspiração para os leitores.

Não escreva no livro.

MANUAL DO PROFESSOR

APRESENTAÇÃO

CARA PROFESSORA, CARO PROFESSOR,

Este volume de Educação Física foi desenvolvido com base em nossas experiências práticas e acadêmicas, que incluem a docência na Educação Básica e no Ensino Superior e a atuação na gestão de políticas curriculares e de formação continuada de educadores. Nessa trajetória, buscamos sempre estabelecer diálogos constantes com os colegas da área, escutando e propondo ações de colaboração em prol da melhoria da Educação Física escolar.

Reconhecendo a importância da Cultura Corporal de Movimento para os jovens e para uma educação integral no Ensino Médio, este volume integra as aulas de Educação Física ao desenvolvimento de competências como autonomia, pensamento crítico, comunicação, colaboração e criatividade, além de incentivar a responsabilidade social e o engajamento comunitário. Os estudantes são incentivados a refletir sobre como as práticas corporais influenciam seus projetos de vida e a sociedade.

As propostas apresentadas incentivam os estudantes a explorar as manifestações da Cultura Corporal de Movimento — brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura — integrando vivências práticas e o entendimento de seus aspectos históricos, sociais e culturais. Eles são convidados a investigar, analisar e discutir os discursos, valores e representações associados a essas manifestações, reconhecendo-as como parte do patrimônio cultural de diferentes grupos sociais e como expressões culturais contemporâneas. Além disso, as atividades propostas possibilitam o reconhecimento e a valorização das manifestações locais e regionais da Cultura Corporal de Movimento e suas relações com diferentes esferas sociais.

Nosso objetivo é, primeiramente, assegurar que a aprendizagem dos estudantes seja significativa, de maneira que eles possam desenvolver habilidades para aplicar e refletir criticamente sobre a Cultura Corporal de Movimento. Assim como contribuir para a formação de indivíduos conscientes capazes de usufruir, produzir e transformar essa cultura, assumindo uma postura ética e crítica diante de desafios sociais que venham a afetá-los. Por fim, promovemos a integração entre as práticas corporais e as linguagens, com suas diversas formas de expressão, incentivando os estudantes a elaborar discursos críticos e autorais que representem suas experiências corporais e culturais.

Este Manual explica a base teórico-metodológica da obra e orienta nossa proposta pedagógica para o ensino de Educação Física, em consonância com o marco legal do Ensino Médio brasileiro. Ele também detalha a estrutura da obra, fornecendo orientações gerais e específicas para o desenvolvimento didático-pedagógico dos capítulos que compõem o volume, incluindo sugestões de atividades complementares e referências bibliográficas comentadas para maior aprofundamento. Nosso objetivo é fornecer a você, professora e professor, recursos que enriqueçam suas aulas e fortaleçam o aprendizado dos estudantes. Esperamos que a dedicação e o cuidado empregados na elaboração deste material se reflitam positivamente no seu trabalho e em toda a comunidade escolar.

Bom trabalho!

As autoras

SUMÁRIO

EMBARQUE NO MP - FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICO-METODOLÓGICA 292

Conheça o volume 292
Seções 292
Boxes 292
Objetos educacionais digitais 292
Organização temática 292
O marco legal do Ensino Médio e a Educação Física 295
A BNCC no volume 295
O trabalho com as competências gerais, com as específicas e as habilidades 296
As culturas juvenis na BNCC 297
A área de Linguagens e suas Tecnologias 298
Temas Contemporâneos Transversais (TCTs) 300
Currículos para além da BNCC 301
A Educação Física no currículo do Ensino Médio 301
O trabalho com as competências gerais 303
O trabalho com as competências específicas 304
Abordagem teórico-metodológica de Educação Física no volume 305
Estratégias e procedimentos didático-pedagógicos 307
Metodologias ativas e o papel do professor 307
Argumentação 308
Pensamento computacional 308
Leitura inferencial 309
Análises críticas, criativas e propositivas 309
Práticas de pesquisa 310
Diversidade e inclusão nas aulas de Educação Física 310
Avaliação das aprendizagens 311
Avaliação deste volume no contexto da área de Linguagens 313
Mapeando conhecimentos em grupos de diferentes perfis 313
Avaliação em Educação Física 314
A interdisciplinaridade e o currículo integrado no volume 315
Planejamento das aprendizagens 316
Planejamento participativo 317
Como integrar o volume de Educação Física ao planejamento? 318
Sugestão de cronograma 318
Organização bimestral, trimestral e semestral 319
Bibliografia comentada 320

DESEMBARQUE NO MP - ORIENTAÇÕES DIDÁTICAS 323

Capítulo 1 - Cultura corporal de movimento e vida em sociedade 323
Capítulo 2 - Danças e práticas corporais de aventura: culturas juvenis em foco 334
Capítulo 3 - Experiência esportiva: múltiplas conexões 341
Capítulo 4 - Envelhecimento ativo, saúde coletiva e ginástica 349
Capítulo 5 - Brincadeiras e jogos: múltiplos significados 356
Capítulo 6 - No ritmo da capoeira e do samba de roda 363
Capítulo 7 - Práticas corporais: nações e culturas 370
Capítulo 8 - Esporte: espetáculo de multidões 378

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICO-METOLÓGICA

CONHEÇA O VOLUME

O volume é composto de oito capítulos que se estruturam em cinco seções: **Abertura**, **Embarque**, **Na estrada**, **Desembarque** e **Retrospectiva da viagem**. Conheça cada uma delas.

Seções

Na **Abertura**, um breve texto, uma imagem e a apresentação dos objetivos do capítulo convidam o estudante a se engajar na temática abordada.

A seção **Embarque** promove a ativação dos conhecimentos prévios dos estudantes, por meio da leitura de imagens – **Foco na imagem** – e textos – **Foco no diálogo** – e de questões orientadoras para discussões em grupo e produção de registros.

A seção **Na estrada** é o coração do capítulo e é composta de subseções nomeadas como **paradas**. Cada **parada** aprofunda e consolida tematizações relativas aos diferentes objetos de conhecimento da Educação Física, em articulação com a temática do capítulo e com a produção final realizada no **Desembarque**.

A seção **Desembarque** tem como objetivo levar os estudantes a consolidar todo o conhecimento construído ao longo do capítulo, assumindo um papel ativo na produção de gêneros e eventos que sistematizam e expressam suas aprendizagens. Essas propostas destacam o caráter plural, histórico e dialógico do conhecimento, contribuindo para a construção de uma sociedade mais inclusiva, respeitosa e empática. Muitas dessas atividades contam com o apoio de tecnologias digitais e o uso de diferentes linguagens, enriquecendo as possibilidades de expressão dos estudantes.

A seção **Retrospectiva da viagem**, que finaliza o capítulo, é dedicada à retomada das aprendizagens por meio de questões orientadoras, subdividida em duas subseções: **Fotografias da viagem**, em que os estudantes avaliam os conhecimentos construídos, e ***Selfies* da viagem**, em que contam com questões de autoavaliação.

Boxes

Roteiro

Apresenta as informações sobre o que os estudantes vão fazer ao realizar a viagem.

#ficaadica

Apresenta uma dica, uma informação complementar ou um esclarecimento que pode ajudar os estudantes na execução de uma atividade.

Bagagem

Retoma e aprofunda conceitos que os estudantes aprenderam no Ensino Fundamental, além de ampliar e sistematizar conhecimentos conforme são mobilizados nas atividades.

Balcão de informações

Apresenta explicações e curiosidades adicionais sobre pessoas, lugares, obras ou qualquer aspecto relativo aos estudos desenvolvidos nas atividades, para ampliar o conhecimento dos estudantes.

Vale visitar

Traz sugestões de *sites* com artigos, reportagens, filmes, vídeos e outros materiais, permitindo aos estudantes ampliar seu repertório de informações sobre o tema estudado. O acesso a esses conteúdos pode motivá-los a buscar outras fontes de informação, incentivando a autonomia na busca por novos conhecimentos.

Entretenimento a bordo

Apresenta indicações de livros, *sites*, filmes, séries e outras produções culturais relacionadas à temática do capítulo, com o objetivo de oferecer aos estudantes materiais complementares que ampliem seus conhecimentos de forma divertida e prazerosa.

Objetos educacionais digitais

Esta coleção também é enriquecida com materiais digitais: três *podcasts*, três vídeos, dois carrosséis de imagem, três infográficos e um mapa clicável, além de uma coletânea de áudios, que visam ampliar o repertório conceitual e cultural dos estudantes e que estão diretamente relacionados aos temas apresentados.

Os áudios possuem transcrições ao final do Livro do Estudante, enquanto vídeos e *podcasts* possuem legendas e transcrições nos próprios objetos digitais, para fins de acessibilidade.

Organização temática

Em cada capítulo, um ou mais **Temas Contemporâneos Transversais** (TCTs) são explorados, por meio das atividades: Meio ambiente; Educação para o consumo; Ciência e tecnologia; Trabalho; Educação fiscal; Educação financeira; Saúde; Educação nutricional e alimentar; Cidadania e civismo; Direitos da criança e do adolescente; Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso; Educação em direitos humanos; Educação para o trânsito; Educação para a valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras; e Diversidade cultural. São também exploradas **práticas de linguagens nos cinco campos de atuação social**: campo da vida pessoal, campo jornalístico-midiático, campo das práticas de estudo e pesquisa, campo de atuação na vida pública e campo artístico-literário. No quadro a seguir você tem a visão geral do volume.

CAPÍTULOS	PARADAS	TCTS	CAMPOS DE ATUAÇÃO	PRODUÇÕES FINAIS
1. Cultura Corporal de Movimento e vida em sociedade	1ª Parada: O que é a Cultura Corporal de Movimento? 2ª Parada: O fenômeno esportivo 3ª Parada: Redes sociais e os padrões de beleza 4ª Parada: Marcadores sociais da diferença e práticas corporais: o balé em foco	Multiculturalismo (Diversidade Cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) Saúde (Saúde e Educação alimentar e nutricional) Cidadania e Civismo (Educação em direitos humanos e Vida familiar e social) Ciência e tecnologia (Ciência e tecnologia) Economia (Trabalho)	Vida pessoal Práticas de estudo e pesquisa Jornalístico-midiático Atuação na vida pública Artístico-literário	Criação de perfil em rede social para promover ciberativismo relacionado a questões sociais que permeiam a Cultura Corporal de Movimento.
2. Danças e práticas corporais de aventura: culturas juvenis em foco	1ª Parada: Representatividade das juventudes no *breaking* 2ª Parada: Forró: tradição e transformação 3ª Parada: Direito a cidades sustentáveis: ciclismo e *skate* 4ª Parada: Práticas corporais de aventura na natureza e ativismo socioambiental	Meio ambiente (Educação ambiental e Educação para o consumo) Cidadania e civismo (Educação para o trânsito)	Vida pessoal Jornalístico-midiático Práticas de estudo e pesquisa	Criação de campanha publicitária de conscientização sobre o papel das práticas corporais no respeito à diversidade e na promoção da sustentabilidade socioambiental.
3. Experiência esportiva: múltiplas conexões	1ª Parada: Movimento Olímpico: educação e megaeventos 2ª Parada: Paralimpíadas: inclusão ou exclusão? 3ª Parada: As mulheres e as competições esportivas: histórias de luta! 4ª Parada: Atletismo, ciência e desempenho 5ª Parada: Prática esportiva: ações necessárias para atletas	Cidadania e civismo (Educação em direitos humanos) Ciência e tecnologia (Ciência e tecnologia) Saúde (Educação alimentar e nutricional)	Vida pessoal Artístico-literário Jornalístico-midiático Atuação na vida pública	Organização de festival cinematográfico sobre o mundo esportivo.
4. Envelhecimento ativo, saúde coletiva e ginástica	1ª Parada: Existem diferentes maneiras de envelhecer 2ª Parada: Direito à saúde: atividade física é para todos 3ª Parada: Diferentes perspectivas sobre as práticas corporais 4ª Parada: Projeto de vida: da adolescência à velhice	Cidadania e civismo (Educação em direitos humanos e Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso) Saúde (Saúde) Multiculturalismo (Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras)	Vida pessoal Práticas de estudo e pesquisa	Evento na escola para conhecer as práticas corporais de idosos da comunidade.

CAPÍTULOS	PARADAS	TCTS	CAMPOS DE ATUAÇÃO	PRODUÇÕES FINAIS
5. Brincadeiras e jogos: múltiplos significados	1ª Parada: A relevância social das brincadeiras e dos jogos 2ª Parada: Jogos eletrônicos: saúde e lazer entre crianças e jovens 3ª Parada: Jogos cooperativos 4ª Parada: Brincadeiras e jogos de matrizes africanas	Multiculturalismo (Diversidade cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) Cidadania e civismo (Educação em direitos humanos, Vida familiar e social, Direitos da criança e do adolescente e Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso)	Vida pessoal Práticas de estudo e pesquisa	Desenvolvimento e comunicação de pesquisa documental sobre brincadeiras e jogos.
6. No ritmo da capoeira e do samba de roda	1ª Parada: Capoeira e samba de roda: patrimônios culturais imateriais da humanidade 2ª Parada: Capoeira: origens e práticas contemporâneas 3ª Parada: O samba de roda: origens e práticas contemporâneas 4ª Parada: Combatendo preconceitos e estereótipos das práticas de capoeira e samba de roda	Multiculturalismo (Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras)	Artístico-literário Práticas de estudo e pesquisa Vida pessoal Atuação na vida pública	Criação de evento multicultural para a comunidade.
7. Práticas corporais: nações e culturas	1ª Parada: A resistência das práticas corporais indígenas 2ª Parada: Judô no Brasil 3ª Parada: Beisebol: esporte nacional nos EUA 4ª Parada: *Badminton*: do continente asiático para o mundo	Multiculturalismo (Diversidade cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) Cidadania e civismo (Educação em direitos humanos, Direitos da criança e do adolescente)	Jornalístico-midiático Atuação na vida pública Práticas de estudo e pesquisa	Criação de *podcast* sobre práticas corporais de diferentes povos e nações.
8. Esporte: espetáculo de multidões	1ª Parada: Torcida: uma das estrelas do esporte 2ª Parada: Profissão atleta: entre o sonho e a realidade 3ª Parada: As tecnologias, a arbitragem e as redes sociais 4ª Parada: Pesquisa bibliográfica e o estudo do esporte como fenômeno cultural	Economia (Trabalho e Educação financeira) Cidadania e civismo (Educação em direitos humanos)	Práticas de estudo e pesquisa Atuação na vida pública Jornalístico-midiático	Criação de festival esportivo inclusivo.

Ao longo volume, são propostas atividades que desenvolvem as dez competências gerais da Educação Básica, as sete competências específicas de Linguagens e suas Tecnologias para o Ensino Médio[1] e suas respectivas habilidades relacionadas à Educação Física, conforme indicações da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). São indicadas também possibilidades interdisciplinares

1 Neste Manual do Professor, em alguns casos, vamos usar **CG** para nos referir às competências gerais e **CE** para aludir às específicas.

com componentes da área de Linguagens e suas Tecnologias, além de habilidades de outras áreas do conhecimento. A apresentação e justificativa desses elementos serão objeto do item **A BNCC no volume**.

Agora que você já foi apresentado ao volume, vamos explorar como as propostas didáticas sugeridas se alinham ao marco legal do Ensino Médio brasileiro, cumprindo suas premissas, princípios e objetivos.

O MARCO LEGAL DO ENSINO MÉDIO E A EDUCAÇÃO FÍSICA

Nos últimos anos, o marco legal do Ensino Médio brasileiro passou por reformulações que geraram debates políticos intensos, impactando a rotina escolar. Alterações na carga horária e na organização curricular, com a flexibilização do currículo e a divisão em uma parte dedicada à Formação Geral Básica, definida pela BNCC, e outra voltada à formação diversificada, provocaram mudanças constantes nas políticas educacionais da União, dos estados e municípios.

Em 2024, uma nova legislação foi aprovada e entrará em vigor a partir de 2025. Trata-se da Lei nº 14.945, de 31 de julho de 2024, que altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB), a fim de definir diretrizes para o Ensino Médio, e as Leis nºs 14.818, de 16 de janeiro de 2024, 12.711, de 29 de agosto de 2012, 11.096, de 13 de janeiro de 2005, e 14.640, de 31 de julho de 2023. De acordo com esse marco legal, o currículo do Ensino Médio deve ser composto de formação geral básica (com 2.400 horas) e itinerários formativos (com carga mínima de 600 horas).

Neste volume, são apresentadas propostas de Educação Física que integram a formação geral básica do estudante. O conteúdo segue as diretrizes desse marco legal, pois as propostas foram elaboradas para incluir metodologias investigativas, conexão com a vida comunitária e social, valorização do trabalho como componente formativo e a articulação entre diferentes áreas do conhecimento. Além disso, promove situações de aprendizagem que permitem aos estudantes compreender o papel da Educação Física e da Cultura Corporal de Movimento em seus projetos de vida, considerando aspectos físicos, cognitivos, socioemocionais e comunitários.

Vale visitar

Para se manter mais informado sobre as mudanças recentes no Ensino Médio, acesse e leia a publicação do Ministério da Educação (MEC). Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/noticias/2024/agosto/o-que-muda-no-ensino-medio-a-partir-de-2025. Acesso em: 27 out. 2024.

Você também pode consultar a lei na íntegra. Disponível em: https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2024/lei-14945-31-julho-2024-796017-publicacaooriginal-172512-pl.html. Acesso em: 10 out. 2024.

A BNCC NO VOLUME

A BNCC é um documento normativo que define as aprendizagens essenciais que todo estudante têm o direito de desenvolver ao longo das diferentes etapas e modalidades da Educação Básica. Como referência nacional, esse documento atua como um importante guia para a construção dos currículos e propostas pedagógicas das redes e instituições de ensino dos estados, do Distrito Federal e dos municípios. Seu objetivo é evitar a fragmentação das políticas educacionais, fortalecer a colaboração entre as três esferas de governo e orientar o a melhoria da qualidade educacional no país. Para garantir o desenvolvimento dessas aprendizagens, a BNCC estabelece dez competências gerais. No documento, competência é entendida como:

> [...] a mobilização de conhecimentos (conceitos e procedimentos), habilidades (práticas, cognitivas e socioemocionais), atitudes e valores para resolver demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho. (Brasil, 2018, p. 8).

As competências gerais da BNCC concretizam os direitos de aprendizagem no âmbito pedagógico. Elas se inter-relacionam nas três etapas da Educação Básica, que, por sua vez, combinam-se "na construção de conhecimentos, no desenvolvimento de habilidades e na formação de atitudes e valores, nos termos da LDB" (Brasil, 2018, p. 9). Veja, no esquema a seguir, como essas competências podem ser sintetizadas por meio de ícones e palavras-chave.

Fonte: NOVAS Competências da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). *Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP)*. Disponível em: http://inep80anos.inep.gov.br/inep80anos/futuro/novas-competencias-da-base-nacional-comum-curricular-bncc/79. Acesso em: 5 out. 2024.

As competências e habilidades da BNCC estão construídas em uma estrutura frasal composta de dois períodos verbais que explicitam os processos cognitivos envolvidos e os objetos do conhecimento mobilizados. Desse modo, as competências sempre asseguram uma ação em determinado contexto, objetivando uma finalidade. Além da sintetização temática, é possível decompor cada uma das competências gerais no sentido de se compreender o que propõem (ação em um contexto) e para que propõem (objetivo da ação). Veja a seguir um quadro em que cada competência é dividida.

COMPETÊNCIA	O QUÊ?	PARA QUÊ?
1. Conhecimento	Valorizar e utilizar os conhecimentos sobre o mundo físico, social, cultural e digital	Entender e explicar a realidade, continuar aprendendo e colaborar com a sociedade
2. Pensamento científico, crítico e criativo	Exercitar a curiosidade intelectual e utilizar as ciências com criticidade e criatividade	Investigar causas, elaborar e testar hipóteses, formular e resolver problemas e criar soluções
3. Repertório cultural	Valorizar as diversas manifestações artísticas e culturais	Fruir e participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural
4. Comunicação	Utilizar diferentes linguagens	Expressar-se e partilhar informações, experiências, ideias, sentimentos e produzir sentidos que levem ao entendimento mútuo
5. Cultura digital	Compreender, utilizar e criar tecnologias digitais de forma crítica, significativa e ética	Comunicar-se, acessar e produzir informações e conhecimentos, resolver problemas e exercer protagonismo e autoria
6. Trabalho e projeto de vida	Valorizar e apropriar-se de conhecimentos e experiências	Entender o mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas à cidadania e ao seu projeto de vida com liberdade, autonomia, criticidade e responsabilidade
7. Argumentação	Argumentar com base em fatos, dados e informações confiáveis	Formular, negociar e defender ideias, pontos de vista e decisões comuns, com base em direitos humanos, consciência socioambiental, consumo responsável e ética
8. Autoconhecimento e autocuidado	Conhecer-se, compreender-se na diversidade humana e apreciar-se	Cuidar de sua saúde física e emocional, reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas
9. Empatia e cooperação	Exercitar a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos e a cooperação	Fazer-se respeitar e promover o respeito ao outro e aos direitos humanos, com acolhimento e valorização da diversidade, sem preconceitos de qualquer natureza
10. Responsabilidade e cidadania	Agir pessoal e coletivamente com autonomia, responsabilidade, flexibilidade, resiliência e determinação	Tomar decisões com base em princípios éticos, democráticos, inclusivos, sustentáveis e solidários

Fonte: DIMENSÕES e desenvolvimento das competências gerais da BNCC. Movimento pela Base Nacional Comum; Center for Curriculum Redesign. Disponível em: http://movimentopelabase.org.br/wp-content/uploads/2018/03/BNCC_Competencias_Progressao.pdf. Acesso em: 23 set. 2024.

No Ensino Médio, as competências gerais se desdobram em **competências específicas** para cada uma das quatro áreas determinadas pela LDB: Linguagens e suas Tecnologias, Matemática e suas Tecnologias, Ciências da Natureza e suas Tecnologias e Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. Essas competências específicas explicitam como as competências gerais se expressam em cada área. Para que as competências específicas de área sejam desenvolvidas, a cada uma delas é relacionado também um conjunto de **habilidades**, que expressam as aprendizagens indispensáveis que devem ser garantidas aos estudantes nessa etapa da Educação Básica. Mais informações sobre o modo como essas habilidades são articuladas no volume de Educação Física podem ser encontradas nas **Orientações específicas**.

O trabalho com as competências gerais, com as específicas e as habilidades

A organização da BNCC em torno do desenvolvimento de competências e habilidades representa uma mudança importante nas práticas de ensino-aprendizagem, já que o ensino tradicionalmente orientado para o cumprimento de sequências de conteúdos passa a se organizar também em função do desenvolvimento de habilidades e competências cognitivas e socioemocionais. Isso não significa prescindir dos conteúdos conceituais historicamente construídos, mas sim de valorizá-los como conhecimentos em ação que se conectam a procedimentos, atitudes e valores que os estudantes colocam a serviço de

seus projetos de vida e da sociedade, exercitando a cidadania e o protagonismo diante das demandas de suas comunidades e contextos socioculturais. Na prática, além das explicações e demonstrações conceituais, ou da prática pela prática, é necessário criar situações didáticas em que os estudantes sejam estimulados a relacionar, comparar e combinar informações, inferir, analisar, sintetizar, sistematizar e aplicar procedimentos e conceitos, pautando-se nos valores e na ética democrática.

Além do desenvolvimento das dez competências gerais, o trabalho proposto no volume de Educação Física busca proporcionar também o desenvolvimento das competências específicas da área de Linguagens e suas Tecnologias e de habilidades relacionadas a esse componente curricular. Aqui, vale destacar algumas das principais diferenças ao se trabalhar com as competências gerais, as competências específicas e as habilidades. As competências gerais estão voltadas à formação ampla e integral dos jovens e correspondem à mobilização de conhecimentos, habilidades (práticas, cognitivas e socioemocionais), atitudes e valores para resolver demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho. Essas competências gerais devem ser trabalhadas durante toda a Educação Básica de modo contínuo e gradual, para que os estudantes consigam desenvolvê-las satisfatoriamente.

No Ensino Médio, como etapa final da Educação Básica, espera-se que os estudantes possam enxergar o desenvolvimento pleno dessas competências. As competências específicas, por sua vez, variam ao longo das etapas de escolarização e de acordo com as áreas e componentes curriculares. Na elaboração dos currículos, é possível enfatizar ou aprofundar determinadas competências específicas considerando elementos socioculturais, ambientais ou econômicos do contexto em que a escola está inserida, por exemplo. Já as habilidades, que também podem ser entendidas como expectativas de aprendizagem ou o que os estudantes devem aprender, são mobilizadas de modo mais localizado a fim de que se adquiram determinadas competências; além disso, elas enfocam objetos de conhecimento e processos cognitivos mais específicos para cada área de conhecimento e componente curricular. O trabalho gradativo com as habilidades prepara, de forma espiralada, o desenvolvimento das competências específicas e das competências gerais.

Para desenvolver a **CG 7**, por exemplo, que tem como foco, no componente curricular Educação Física, a argumentação, é possível convidar os estudantes a debater um tema de relevância social relacionado à Cultura Corporal de Movimento. Para se preparar para esse debate, os estudantes deverão mobilizar as práticas previstas na habilidade **EM13LGG303**, analisando diferentes argumentos e opiniões para sustentar suas próprias posições. Esse trabalho também poderá envolver a interdisciplinaridade com Língua Portuguesa na mobilização da habilidade **EM13LP05**. Ao fazer isso, os estudantes também vão contemplar a **CE 3** da área de Linguagens e suas Tecnologias, que enfoca a construção da autonomia dos estudantes nas práticas de compreensão e de produção nas diferentes linguagens.

Um exemplo de mobilização da **CG 7**, da **CE 3** e das habilidades **EM13LGG303** e **EM13LP05** está no capítulo **4**, que trata do envelhecimento ativo, saúde coletiva e ginástica. Na 1ª Parada, ao ler um artigo de opinião sobre o envelhecimento na sociedade contemporânea, os estudantes refletem e desenvolvem argumentos sobre a importância de combater os estereótipos imputados à velhice. Já na 2ª Parada, eles são convidados a construir argumentos sobre como fenômenos sociais e econômicos influenciam o direito à saúde e as práticas corporais, com base na leitura de um artigo científico, para debater as diferenças entre os conceitos tradicionais e o conceito ampliado de saúde. Além disso, realizam uma entrevista sobre as barreiras para a prática de atividades físicas em sua comunidade. Durante esse processo, eles aprendem a defender suas ideias com base em fatos, dados e informações, analisando como a desigualdade social afeta a prática de atividades físicas e o direito à saúde. Essas aprendizagens promovem maior consciência sobre o cuidado de si e dos outros, com foco no direito social à saúde.

Para promover o desenvolvimento das competências gerais, das competências específicas e das habilidades, propomos que os estudantes participem de modo ativo em todas as propostas, desde a leitura e produção de textos de múltiplas semioses, passando pelas discussões, dinâmicas e atividades de experimentação, até a construção de intervenções, práticas de pesquisa, mapeamento de problemas da comunidade e organização de eventos que demandem ações criativas e inovadoras. Um exemplo disso pode ser visto no capítulo **6**, *No ritmo da capoeira e do samba de roda*, especificamente na seção **Desembarque**, em que os estudantes, depois de ter refletido sobre as implicações da capoeira e do samba de roda na manutenção e no desenvolvimento da identidade afro-brasileira e sua importância como resistência cultural no passado e no presente ao longo do **Embarque** e das paradas, são convidados a refletir sobre a luta e o protagonismo das mulheres na Cultura Corporal de Movimento e, por fim, devem organizar um evento envolvendo a comunidade, a fim de promover a valorização das práticas culturais afro-brasileiras e o combate a preconceitos. Essa atividade fomenta o protagonismo dos estudantes na busca por soluções que respeitem e valorizem o patrimônio cultural na comunidade em que vivem.

A **CE 5** de Linguagens e suas Tecnologias está diretamente ligada às especificidades da Educação Física no currículo do Ensino Médio, embora também seja objeto do trabalho integrado com os demais componentes curriculares, os quais podem e devem promover a consolidação e aprofundamento de aprendizagens relativas às práticas corporais. Na seção **A Educação Física no currículo do Ensino Médio** você irá reconhecer ainda mais como se dá a diferenciação entre o trabalho com competências gerais, competências específicas e habilidades ao longo das propostas didáticas sugeridas no volume.

Vale visitar

Assista ao vídeo explicativo sobre as dez competências gerais da Educação Básica apresentadas na BNCC. Disponível em: https://youtu.be/-wtxWfCI6gk. Acesso em: 5 out. 2024.

As culturas juvenis na BNCC

A consideração das múltiplas juventudes no currículo do Ensino Médio é uma das premissas da BNCC contemplada no volume. As **culturas juvenis**, de acordo com Dayrell e Carrano (2014), representam a forma como os jovens se comportam e se comunicam e no modo como expressam suas identidades e opiniões, por meio de linguagens culturais. Em diferentes contextos sociais, o sentido de pertencimento a um grupo somado aos impulsos pessoais de expressão de subjetividade levou, por exemplo, os jovens a ocupar espaços públicos para produzir e expressar suas culturas. Assim, tais espaços passaram a ser entendidos como locais de uso coletivo ou espaços sociais que potencializam os encontros, as trocas e a expressão de suas culturas. E os jovens passaram a se reunir nesses lugares não só para compartilhar ideias com seus pares e fruir de manifestações artísticas, mas também para produzir músicas, vídeos, programas de rádios comunitárias, eventos culturais, entre outras formas de expressão, entre elas as diversas práticas corporais.

Por meio da produção dos grupos a que pertencem, muitos jovens recriam as possibilidades de entrada no mundo cultural deixando de lado a figura do espectador passivo, ou seja, como produtores e criadores ativos. Por meio das práticas da Cultura Corporal de Movimento que criam, dos eventos culturais ou festivais que promovem, eles colocam em pauta, no cenário social, o lugar do jovem (Dayrell; Carrano, 2014, p. 116).

Assim, os jovens estabeleceram uma nova relação com o consumo de bens culturais, tornando-se protagonistas em seus meios, e criaram novas formas de atuar na sociedade. Tudo isso indica que é salutar aproximar-se das culturas juvenis, acolhendo suas diversas modalidades de expressão, em uma educação que visa ao protagonismo e à autonomia.

Uma diferença importante é que muitos jovens do século XXI estão utilizando diversas formas de interação multimidiática e multimodal, como em aplicativos educativos, de entretenimento e, principalmente, nas redes sociais. Nesse contexto, um elemento fundamental a ser considerado é a desigualdade de acesso às tecnologias. Enquanto algumas pessoas sentem que o uso excessivo das telas intensificou o imediatismo, o individualismo e a solidão, outras se sentem excluídas justamente por não terem acesso a esses recursos e à internet.

Se antes já não era possível falar de uma juventude, no singular, hoje, após a publicação da BNCC e com o apoio de diversos estudos nas áreas de educação, psicologia e sociologia, torna-se essencial reconhecer as individualidades. Um jovem de periferia de uma metrópole, por exemplo, provavelmente tem necessidades distintas de um jovem que vive na área rural de um pequeno município. Há uma diversidade de jovens e juventudes no Brasil e no mundo – basta considerar fatores como gênero, local de residência, cor de pele e a cultura da comunidade em que estão inseridos. Por isso, essa obra dialoga com diferentes formas de promover culturas juvenis, respeitando os perfis variados de jovens que frequentam as escolas do Ensino Médio no Brasil.

Cesar Diniz/Pulsar Imagens

As culturas juvenis são muito variadas e devem ser respeitadas em toda a sua diversidade. Na foto, jovem se diverte desenhando em transparência no Festival de Cultura Paulista Tradicional, em Iguape (SP), 2024.

A área de Linguagens e suas Tecnologias

Compreendendo que a organização por áreas fortalece as relações entre os componentes curriculares e contextualiza o aprendizado para uma melhor compreensão e intervenção na realidade, a BNCC do Ensino Médio define a área de Linguagens e suas Tecnologias como composta dos componentes curriculares de Língua Portuguesa, Arte, Educação Física e Língua Inglesa. Essa área deve consolidar e ampliar as competências e habilidades desenvolvidas no Ensino Fundamental. Desse modo, na última etapa da Educação Básica, o foco está: na ampliação da autonomia, do protagonismo e da autoria nas diferentes práticas de linguagens; na identificação e na crítica aos diferentes usos das linguagens, com capacidade de explicitação de seu papel no estabelecimento de relações; na apreciação e participação em diversas manifestações artísticas e culturais; e no uso criativo das mídias.

Das sete competências específicas de Linguagens e suas Tecnologias, as **CE 1**, **2**, **3** e **7** contemplam aprendizagens que atravessam os componentes da área, enquanto as **CE 4**, **5** e **6** definem aprendizagens relativas aos saberes historicamente construídos acerca das Línguas, da Educação Física e da Arte, respectivamente. Essa organização visa atender a algumas especificidades dos componentes da área sem deixar de lado o caráter integrador, pois todas as competências e habilidades da área podem ser trabalhadas em seus diferentes componentes curriculares.

Além das competências específicas de área e suas habilidades, a BNCC detalha as habilidades de Língua Portuguesa e de Matemática, componentes curriculares que devem ser oferecidos nos três anos do Ensino Médio.

De modo geral, nessa etapa da Educação Básica, a área de Linguagens e suas Tecnologias implica o desenvolvimento de competências e habilidades que permitam aos estudantes mobilizar e articular conhecimentos dos componentes curriculares que a constituem, simultaneamente ao desenvolvimento de dimensões socioemocionais, em situações de aprendizagem significativas e relevantes para sua formação integral.

Considerando essa organização por áreas, este volume explora a Educação Física de maneira específica, aprofundando a abordagem na área de Linguagens e suas Tecnologias. Além disso, a Educação Física é trabalhada sob uma perspectiva interdisciplinar, dialogando tanto com os componentes curriculares da área de Linguagens e suas Tecnologias quanto com os demais componentes das outras áreas do conhecimento.

Vale visitar

Para consultar a BNCC e acessar o texto completo das competências e habilidades da área de Linguagens e suas Tecnologias, visite o *site* oficial. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/escola-em-tempo-integral/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal.pdf. Acesso em: 28 set. 2024.

A articulação dos componentes curriculares da área de Linguagens e suas Tecnologia, no Ensino Médio, se dá pela promoção de competências e habilidades comuns nos diferentes componentes da área e pelo trabalho integrado com práticas de linguagens de diferentes **campos de atuação social**. A BNCC do Ensino Médio define cinco campos: da vida pessoal, de atuação na vida pública, das práticas de estudo e pesquisa, jornalístico-midiático e artístico-literário. Esses campos, que são contemplados no volume, estão em conexão com as práticas de linguagens mobilizadas pelos estudantes para apropriação, fruição e produção de discursos acerca das práticas corporais. Entende-se que esses campos de atuação contemplam dimensões formativas importantes de uso da linguagem na escola e fora dela, bem como criam condições para uma formação que visa à atuação dos estudantes em atividades do dia a dia, no espaço familiar e escolar, na produção do conhecimento e da pesquisa, no exercício da cidadania, inteirando-se dos fatos do mundo e opinando sobre eles, na atuação na vida pública com proposta de pautas de discussão e soluções de problemas e, ainda, para uma formação estética, vinculada à experiência de leitura e escrita de textos artísticos multissemióticos.

A organização das aprendizagens em campos de atuação social na área de Linguagens e suas Tecnologias ainda não é comum na formação dos docentes de Educação Física, por isso podem surgir algumas dificuldades para adequar o planejamento de aulas e atender às orientações da BNCC. A seguir você compreenderá como essa proposta foi materializada ao longo do volume.

A organização do ensino das linguagens em campos de atuação foi influenciada pelos estudos da linguística aplicada, para os quais as situações de aprendizagem das linguagens devem se aproximar das práticas sociais e não do estudo da estrutura das linguagens. Isso significa, por exemplo, mudar o foco das aulas de Língua Portuguesa, do ensino centrado na gramática normativa para o trabalho com práticas sociais da língua falada, da escrita e da leitura, ou mudar o foco das aulas de Arte, dos aspectos estruturais (das técnicas) das artes visuais para a apreciação e produção críticas em situações de uso. Esse modo de compreender o ensino das linguagens se relaciona com a perspectiva cultural da Educação Física adotada na BNCC. Nessa visão, o foco não está nas técnicas corporais (a estrutura da linguagem ou a "gramática" dos movimentos), mas na vivência e reflexão sobre as práticas sociais que se manifestam prioritariamente pela linguagem corporal, ou seja, nas práticas sociais da Cultura Corporal de Movimento que circulam na sociedade em diferentes campos de atuação e por meio de diferentes gêneros textuais.

[...] Gêneros e formas diversas de produções vinculadas à apreciação de obras artísticas e produções culturais (resenhas, *vlogs* e *podcasts* literários, culturais etc.) ou a formas de apropriação do texto literário, de produções cinematográficas e teatrais e de outras manifestações artísticas (remidiações, paródias, estilizações, videominutos, *fanfics* etc.) continuam a ser considerados associados a habilidades técnicas e estéticas mais refinadas (Brasil, 2018, p. 503).

Os campos de atuação orientam a seleção de gêneros, práticas, atividades e procedimentos em cada um deles, embora se reconheça que existe trânsito entre os campos, de modo que alguns gêneros incluídos em um possam ser referenciados a outros. Uma reportagem científica, por exemplo, transita tanto pelo campo jornalístico-midiático como pelo campo das práticas de estudo e pesquisa, por causa da divulgação científica. Uma resenha crítica, por sua vez, pode transitar pelo campo jornalístico-midiático, pelo campo artístico-literário e/ou pelo campo das práticas de estudo e pesquisa. O mais importante é considerar que a divisão por campos tem

[...] uma função didática de possibilitar a compreensão de que os textos circulam dinamicamente na prática escolar e na vida social, contribuindo para a necessária organização dos saberes sobre a língua e as outras linguagens, nos tempos e espaços escolares (Brasil, 2018, p. 85).

O **campo da vida pessoal** é o que funciona como "espaço de articulações e sínteses das aprendizagens de outros campos postas a serviço dos projetos de vida dos estudantes". (Brasil, 2018, p. 502). Nele, privilegiam-se as práticas de linguagem relacionadas à ampliação do saber sobre si, considerando-se as condições que cercam a vida contemporânea e as condições juvenis no Brasil e no mundo.

Gerson Gerloff/Pulsar Imagens

Jovens indígenas kaingang jogando futebol em Salto do Jacuí (RS), 2022.

O **campo de atuação na vida pública** está centrado na ampliação da participação dos estudantes em diferentes instâncias da vida pública. Essa participação inclui, entre outras ações: debater ideias de forma qualificada e ética; conscientizar-se de direitos e deveres; reclamar direitos não respeitados pelas instâncias pública e privada; compreender satisfatoriamente interesses que movimentam a esfera política, em seus diferentes níveis; acompanhar o desempenho de políticos, bem como o desenvolvimento de projetos e políticas públicas, sobretudo aqueles vinculados às juventudes; experimentar vivências significativas e contextualizadas de exercício do protagonismo juvenil.

Renato Soares/Pulsar Imagens

Indígenas kuikuro da aldeia Ipatse em apoio à causa LGBTQIA+, no Parque Indígena do Xingu, em Gaúcha do Norte (MT), 2023.

O **campo das práticas de estudo e pesquisa**, por sua vez, visa ao trabalho com os gêneros e as habilidades envolvidos na leitura/escuta e produção de textos de diferentes áreas do conhecimento e com as habilidades relacionadas à análise, síntese, reflexão, problematização e pesquisa, tais como: delimitação da questão ou problema; seleção de informações; definição das condições de coleta de dados para pesquisas; tratamento dos dados e informações; realização de diferentes tipos de pesquisas; formas de uso e socialização de resultados e análises. Além disso, foca o uso competente da língua e das outras semioses e convida os estudantes a desenvolverem uma atitude investigativa e criativa em relação a elas.

Sergio Pedreira/Pulsar Imagens

Estudantes consultando livro na biblioteca do Colégio Estadual Senhor do Bonfim, em Salvador (BA), 2018.

O **campo jornalístico-midiático** objetiva a leitura de textos produzidos nas instâncias midiáticas, incentivando a compreensão dos fatos e das circunstâncias principais neles relatados, bem como o reconhecimento da impossibilidade de neutralidade absoluta . Dessa maneira, incentiva o estudante a: checar a veracidade de informações; identificar diferentes pontos de vista diante de questões polêmicas de relevância social; avaliar os argumentos utilizados e se posicionar em relação a

eles de forma ética, reconhecendo e denunciando discursos de ódio e que envolvam desrespeito aos direitos humanos. Além disso, espera-se que nesse campo os jovens sejam capazes de produzir textos jornalísticos variados, considerando seus contextos de produção e características dos gêneros, de analisar estratégias linguístico-discursivas utilizadas pelos textos de publicidade e propaganda e de refletir sobre necessidades e condições de consumo.

César Diniz/Pulsar Imagens

Adolescente indígena da etnia xavante tirando foto com telefone celular na Aldeia Bom Sucesso, Terra Indígena Sangradouro, em General Carneiro (MT), 2020.

O **campo artístico-literário** volta-se para a formação do leitor literário e para o desenvolvimento da fruição, por meio da ampliação do contato e da análise mais fundamentada de manifestações culturais e artísticas em geral.

Daniel Cymbalista/Pulsar Imagens

Jovens apreciando fotografias sobre a origem do futebol no Brasil no Museu do Futebol, em São Paulo (SP), 2019.

Exemplos do trabalho com os campos de atuação podem ser encontrados no capítulo **6**. O campo artístico-literário está presente na apreciação de elementos artísticos da capoeira e do samba de roda, bem como na estética dos movimentos e na composição com ritmo e expressão dos praticantes, além da apreciação de obras de artes visuais e literária que abordam a capoeira. O campo das práticas de estudo e pesquisa é enfocado pela prática de pesquisa conhecida como estado de arte ou revisão de literatura. No âmbito do campo da vida pessoal, são trabalhadas discussões sobre consciência corporal e tomada de decisões frente ao preconceito racial e religioso. O campo de atuação na vida pública está presente na análise de excertos de artigos da Constituição e da Lei contra discriminação e preconceito.

No capítulo **2** o campo da vida pessoal é trabalhado por meio da análise de como os jovens utilizam as práticas corporais para se expressar e se engajar em causas sociais, sendo os estudantes convidados a refletir sobre sua própria participação na sociedade. Esse capítulo incentiva a construção de projetos de vida que valorizem a inclusão, a diversidade, a justiça social e a preservação ambiental, além de promover o autoconhecimento e a busca por um estilo de vida saudável e equilibrado. O campo jornalístico-midiático é mobilizado por meio da análise da cobertura da mídia sobre movimentos culturais juvenis e lutas sociais. Dessa forma, os estudantes desenvolvem um olhar crítico sobre o papel da comunicação na construção de narrativas e na formação da opinião pública. A produção de campanha oferece aos estudantes a oportunidade de se tornarem protagonistas na comunicação de suas ideias e valores. O campo de práticas de estudo e pesquisa é trabalhado ao incentivar a pesquisa sobre o *rap* indígena.

No capítulo **1**, o campo de atuação da vida pessoal é explorado por meio de práticas de linguagem que focam a construção da identidade e sua relação com marcadores sociais, além da autopercepção sobre a imagem corporal e o uso das redes sociais. As escolhas pessoais no campo do lazer ativo também são analisadas sob a perspectiva do bem-estar.

O campo das práticas de estudo e pesquisa é abordado por meio de práticas de linguagens no contexto escolar e acadêmico, incentivando os estudantes a desenvolver práticas de pesquisa. Exemplos incluem o mapeamento de trajetórias de atletas e bailarinos, a pesquisa sobre movimentos sociais e a análise crítica de como as práticas esportivas e corporais refletem questões sociais e culturais. Nesse campo, também são explorados artigos e estudos que discutem a influência da mídia em questões de saúde, como distúrbios alimentares e gordofobia. Essa abordagem estimula a leitura crítica e o desenvolvimento de uma visão mais consciente e crítica sobre as informações consumidas.

O campo jornalístico-midiático é trabalhado por meio da análise crítica de como os discursos midiáticos influenciam as práticas corporais e a percepção do corpo, promovendo o desenvolvimento de uma consciência crítica sobre o consumo de mídia, tanto informativa quanto publicitária. Também são discutidos a mídia esportiva e seus impactos no comportamento dos espectadores e dos atletas, refletindo sobre a cobertura de grandes eventos esportivos e a idealização de corpos e performances.

O campo de atuação na vida pública é abordado por meio da leitura de textos normativos, convidando os estudantes a refletir sobre a legislação esportiva e as normas que regulam o esporte, com foco no acesso equitativo e nas políticas públicas de inclusão. As discussões sobre interseccionalidade incentivam os estudantes a compreender e participar de movimentos sociais que lutam por direitos e inclusão, promovendo a reflexão sobre ações coletivas e a importância de vozes ativas na luta contra racismo, machismo e outras formas de opressão e segregação. Esse capítulo também inclui práticas de linguagens voltadas para a produção final, em que os estudantes são convidados a exercer ciberativismo por meio da criação de perfis nas redes sociais sobre temas abordados.

Ainda no capítulo **1**, o campo artístico está presente pela apreciação do balé e da trajetória de bailarinos(as) negros(as) e suas contribuições para essa arte, tradicionalmente elitista. A produção artística é valorizada não apenas como expressão estética, mas também como um meio de resistência e inclusão social.

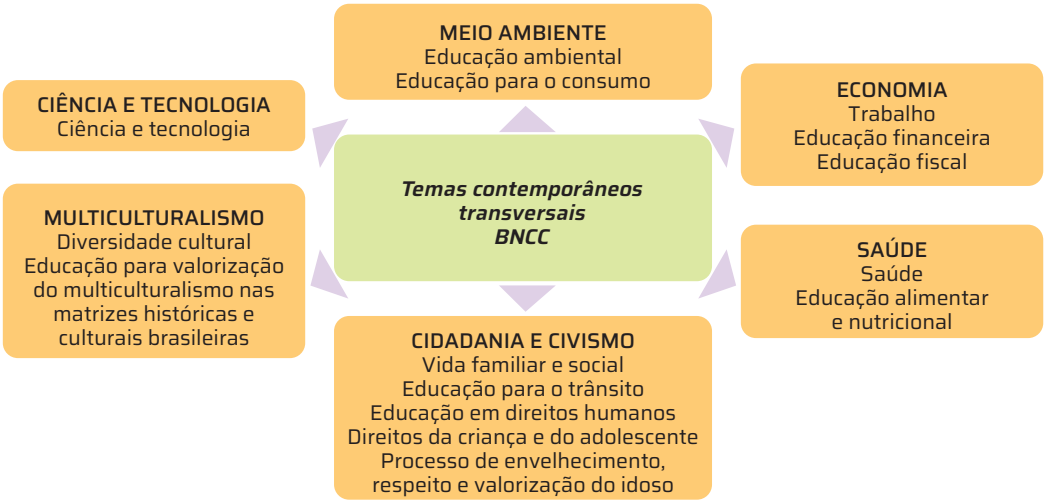
Temas Contemporâneos Transversais (TCTs)

A primeira sistematização de TCTs no currículo das escolas brasileiras foi apresentada no documento dos Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental (Brasil, 1997). De acordo com a proposta atual de implantação de TCTs no currículo do Ensino Médio, "a transversalidade é um princípio que desencadeia metodologias modificadoras da prática pedagógica, integrando diversos conhecimentos e ultrapassando uma concepção

fragmentada, em direção a uma visão sistêmica" (Brasil, 2019), por isso os TCTs podem e devem ser trabalhados em todos os componentes curriculares do Ensino Médio de forma transversal. Os TCTs abordam questões sociais relevantes e incorporam problemáticas que impactam a vida em sociedade em escala local, regional e global. A transversalidade pode ser aplicada no currículo, no projeto político-pedagógico e/ou nos planos de aulas. O trabalho com os TCTs visa reformular os currículos do Ensino Médio, trazendo para o ambiente escolar a realidade vivida pelos estudantes e desenvolvendo propostas educativas mais integradas e contextualizadas que superem a fragmentação e a falta de sentido do conhecimento escolar.

A BNCC orienta que as escolas, sistemas e redes de ensino, e aqui incluímos os materiais didáticos neles utilizados, incorporem aos currículos e às propostas pedagógicas, resguardadas suas respectivas esferas de autonomia e competência, "a abordagem de temas contemporâneos que afetam a vida humana em escala local, regional e global, preferencialmente de forma transversal e integradora" (Brasil, 2018, p. 19).

Os TCTs, na BNCC, apontam para seis macroáreas temáticas – Cidadania e civismo, Ciência e tecnologia, Economia, Meio ambiente, Multiculturalismo e saúde – que visam atender às demandas sociais, garantindo espaço para a construção da cidadania na escola:



Ao longo do volume de Educação Física, todas essas macroáreas são trabalhadas de forma contextualizada e integrada, no contexto da área de Linguagens e suas Tecnologias e, também, quando pertinente, em diálogo com as demais áreas de conhecimento da BNCC, como você pôde observar na seção **Conheça o volume**. Nas **Orientações específicas** deste Manual, há informações mais detalhadas sobre os temas mobilizados em cada capítulo.

Vale visitar

Para entender o percurso histórico que resultou na inserção dos TCTs na BNCC, acesse o documento completo no endereço indicado. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/implementacao/contextualizacao_temas_contemporaneos.pdf. Acesso em: 25 set. 2024.

Currículos para além da BNCC

A rede pública de ensino abriga estudantes com diferentes perfis econômicos, sociais, políticos, identitários e de instrução. Por isso, para que os objetivos de aprendizagem sejam significativos para cada grupo específico (em cada escola, ano e turma), é preciso que esses objetivos sejam definidos com base no que se conhece de cada estudante, Dessa forma, evita-se recorrer a práticas de massificação e homogeneização na turma, promovendo, em vez disso, a equidade na educação. A equidade, conforme apresentado na BNCC, explicita, significa e reconhece que as necessidades dos estudantes variam, ou seja, não há um estudante exatamente igual a outro.

Ao fazer as escolhas curriculares, é papel de cada rede considerar amplamente a comunidade que a integra. Além disso, cabe às escolas e aos professores adaptar esse currículo para dialogar com a realidade dos estudantes e incentivar seu interesse pela aprendizagem. Assim, a equidade se explicita em cada decisão pelos atores que compõem cada rede estadual e municipal de ensino, bem como pelas comunidades escolares. Essas decisões devem, necessariamente, dialogar com os diferentes perfis culturais e socioeconômicos presentes em cada sala de aula. Reconhecemos que essa não é uma tarefa fácil. Nesse sentido, é fundamental o engajamento, a colaboração e o respeito mútuo, para garantir melhores resultados nas aprendizagens e promover uma cultura de paz na comunidade escolar e em seu entorno.

Vale visitar

Cada estado possui um currículo específico. Para consultar o currículo do estado em que você atua, acesse o *link* indicado. Disponível em: https://observatorio.movimentopelabase.org.br/indicadores-novo-ensino-medio-curriculo/. Acesso em: 5 out. 2024.

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO CURRÍCULO DO ENSINO MÉDIO

Segundo a BNCC, para atingir seus objetivos, os currículos do Ensino Médio precisam estar sintonizados com os jovens e os desafios da sociedade contemporânea, superar a fragmentação disciplinar, ou seja, a falta de sentido do currículo escolar, e construir abordagens pedagógicas que estimulem a aplicação dos conhecimentos à vida real, valorizando o protagonismo dos estudantes. Dessa forma, esses princípios também devem estar presentes nas aulas de Educação Física.

Nessa perspectiva, no Ensino Médio, os estudantes deverão ter a oportunidade de refletir sobre a inserção das práticas corporais em seus projetos de vida. Nesse contexto, mais importante do que dominar técnicas esportivas, como tradicionalmente se configurou o currículo de Educação Física no Ensino Médio, é fundamental que os estudantes reconheçam as práticas corporais como modos de expressão pessoal, com sentido para a vida solidária e cidadã.

Estudos têm demonstrado que o Ensino Médio tem sido a etapa da Educação Básica na qual os estudantes mais se distanciam das aulas de Educação Física. A repetição de conteúdos esportivos, a falta de conexão das aulas com as experiências corporais das culturas juvenis e a preocupação com o futuro levam os jovens a se desinteressarem pelas aulas. Por isso, assim como os demais componentes do currículo, as aulas de Educação Física devem incorporar o diálogo e participação deles.

A integração das aulas de Educação Física à área de linguagens não é uma novidade da BNCC, pois já aparece no marco legal do Ensino Médio, desde o final dos anos 1990, dialogando com os movimentos de renovação pedagógica da Educação Física, que ampliaram os olhares sobre o objeto de estudo da área, rompendo com o foco nos aspectos biológicos e nas práticas esportivas de rendimento para compreender as práticas corporais no âmbito da cultura.

A organização em área não exclui os referenciais teóricos, as metodologias e as especificidades da Educação Física para a formação dos jovens do Ensino Médio, mas evidencia o esforço em tratar o conhecimento acerca das práticas corporais em conexão com as aprendizagens das demais linguagens.

As aulas de Educação Física abordam um campo da cultura especialmente importante para a formação dos estudantes do Ensino Médio, a Cultura Corporal de Movimento. Seus diferentes conteúdos, como esportes, danças, lutas, ginásticas, jogos e práticas corporais de aventura, já trabalhados no Ensino Fundamental, são apropriados e transformados pelas culturas juvenis, representando formas de socialização, expressão de identidades e campos de luta que eles encontram para manifestar seus lugares sociais, suas vozes, independentemente da comunidade escolar e da família. No entanto, toda Cultura Corporal de Movimento é também objeto da cultura de massa ou de grupos culturais que nem sempre estão comprometidos com a propagação de valores da sociedade democrática, justa e inclusiva, por isso é necessário tematizar a Cultura Corporal de Movimento em sala de aula. A diferença é que no Ensino Médio as capacidades crescentes de abstração e autonomia intelectual permitem explorar novos elementos das práticas corporais, suas bases científicas e culturais, que irão fornecer aos estudantes condições de fazer escolhas como praticantes e como espectadores das práticas corporais.

Na área de linguagens, as aulas de Educação Física contribuem para ampliar conhecimentos e pensar criticamente as produções culturais que se manifestam pela linguagem corporal. Como todas as produções discursivas do ser humano, a linguagem corporal não se produz isolada das demais linguagens, dos contextos de vida e cultura. Suas formas de produção são dinâmicas e integradas a discursos nas diferentes linguagens observadas no dia a dia.

A BNCC do Ensino Fundamental prevê o contato com diferentes práticas corporais, sugerindo inclusive objetos de conhecimento para cada bloco de habilidades. Já a BNCC do Ensino Médio optou por não apresentar habilidades e objetos de conhecimento para cada ano do Ensino Médio, pois, com os estudantes, o professor terá de definir as práticas que serão abordadas e as competências da área a serem trabalhadas, para então construir habilidades e objetivos de aprendizagem de cada unidade temática. O importante é que esses jovens possam ampliar seus conhecimentos pesquisando e praticando atividades da Cultura Corporal de Movimento que façam sentido para eles, em processos de planejamento participativo com o docente. O período do Ensino Médio é um momento de refletir sobre as próprias escolhas; quanto mais opções os estudantes explorarem, maiores serão as chances de se identificarem com as práticas corporais e compreenderem a si e à cultura na qual estão inseridos.

A capacidade de se expressar por meio da linguagem corporal também é um elemento a ser cuidado no trabalho da área de linguagens. A equipe de docentes, com o professor de Educação Física apoiando o trabalho, deve prover situações de aprendizagem em que os estudantes experimentem a linguagem corporal em atividades integradas aos demais componentes curriculares.

O compromisso da educação com o pleno desenvolvimento da pessoa fortalece o papel das aulas de Educação Física no currículo escolar, já que não é possível pensar em pleno desenvolvimento sem considerar a dimensão corporal dos estudantes. As práticas corporais, objetos de conhecimento das aulas de Educação Física, são expressões do sujeito inteiro, imerso na cultura e protagonista dela, por isso é preciso que as aulas considerem as corporeidades, vozes, culturas, pontos de vista, pensamentos e emoções dos estudantes, bem como seus modos autorais de praticar e significar os diferentes conteúdos da Cultura Corporal de Movimento.

Nessa visão, o currículo do Ensino Médio deve romper com a tradição de considerar prioritariamente a dimensão intelectual dos estudantes e incluir as dimensões corporais, cognitivas, afetivas, sociais, éticas, políticas e culturais. Atendendo a esses preceitos, a Educação Física no Ensino Médio deve mobilizar gestos, emoções, pensamentos e valores que constituem as práticas da Cultura Corporal de Movimento, transpondo as visões "biologizantes" e tecnicistas de corpo e do movimento para tratar pedagogicamente as práticas corporais no âmbito cultural.

No Ensino Médio, o estudo desse componente dá continuidade e reforça o compromisso com a formação para a criticidade, a autonomia e a consciência social. O intuito é formar jovens que possam usufruir, produzir e analisar diferentes práticas da Cultura Corporal de Movimento, reconhecendo os gestos e discursos construídos por diferentes grupos culturais, bem como os processos de negociação de sentidos marcados pela diversidade e pelo desafio de ampliar a coerência entre os valores democráticos, os direitos humanos, o combate às desigualdades e a presença concreta das práticas corporais na sociedade. Inclui-se nesse compromisso a formação ética e responsável que possibilita aos jovens com diferentes perfis fazer escolhas conscientes sobre as práticas corporais ao longo de seus projetos de vida e na sociedade.

A Cultura Corporal de Movimento é um importante modo de expressão e identidade das culturas juvenis. Manifestando-se nos diferentes esportes, danças, lutas, ginásticas, jogos e brincadeiras e nas práticas corporais de aventura, os jovens se posicionam e manifestam valores que os representam e os colocam em contato com a cultura de massa, que muitas vezes propaga conceitos e práticas que não são condizentes com o campo democrático e com a emancipação crítica das juventudes; por isso o papel das aulas de Educação Física se torna importante, não para impor valores e práticas, mas para, partindo do mapeamento das práticas culturais juvenis e dos modos de interação dos jovens com a Cultura Corporal de Movimento, trazer problematizações e possibilidades de ampliação cultural, criticidade e conscientização.

Vale destacar que as aulas precisam garantir momentos de prazer, bem como processos lúdicos e de apreciação sensível

das práticas corporais, além de reconhecer essas práticas como expressões culturais de diferentes grupos que convivem na sociedade. Além disso, a Educação Física também deve: incorporar e discutir o papel das novas tecnologias digitais na circulação de práticas e discursos da Cultura Corporal de Movimento; favorecer o autoconhecimento e o cuidado com a saúde física e emocional; combater preconceitos; e desenvolver a empatia, a colaboração e o diálogo na solução de conflitos.

O trabalho com as competências gerais

Na obra, o desenvolvimento da **CG 1** é contemplado por meio de situações didáticas que promovem o acesso a conhecimentos historicamente construídos sobre as práticas corporais, reconhecendo seus valores culturais e históricos de forma crítica e valorizando a pluralidade e as relações entre passado, presente e futuro. Isso é exemplificado no capítulo **2**, em que os estudantes são incentivados a reconhecer o forró como manifestação cultural em uma perspectiva histórica, ampliando o conhecimento sobre essa dança e seus significados sociais, tanto em seu contexto original quanto contemporâneo. Nesse processo, eles identificam as vertentes do forró tradicional e do forró universitário.

O pensamento crítico, a curiosidade e pensamento científico descritos na **CG 2** são mobilizados ao incentivar os estudantes a refletir sobre as práticas corporais, compreendendo os sentidos produzidos e negociados no contexto sociocultural, incluindo os conhecimentos científicos. Isso pode ser observado no capítulo **3**, em que os estudantes analisam conhecimentos científicos que apoiam a criação de tecnologias assistivas para a participação de pessoas com deficiência, em práticas esportivas. O trabalho com a CG 2 também ocorre por meio das diferentes práticas de pesquisa promovidas ao longo do volume, como a revisão de literatura realizada no capítulo **6**. A abordagem da curiosidade intelectual e do pensamento científico também pode ser notada no capítulo **3**, quando os estudantes discutem o papel da ciência no estudo das práticas esportivas.

A **CG 3** é trabalhada em diferentes momentos da obra, especialmente pela fruição e valorização da Cultura Corporal de Movimento. No capítulo **2**, a **CG 3** é mobilizada pela fruição e valorização do forró enquanto manifestação artítico-cultural brasileira. Esse mesmo enfoque se dá no capítulo **6**, que trata de capoeira e samba de roda. Ao tratar as práticas corporais como manifestações do repertório cultural, o volume articula o desenvolvimento da **CG 3** com a fruição e valorização da Cultura Corporal de Movimento, entendendo as práticas corporais como expressões significativas de identidades e valores socioculturais.

O volume promove o desenvolvimento da **CG 4**, ao incentivar o uso e reconhecimento das práticas corporais como linguagens que transmitem valores e identidades, como pode ser observado na seção **Embarque** do capítulo **5**, em que os estudantes observam imagens de jogos e brincadeiras tradicionais, reconhecendo-os com linguagens que carregam aspectos sociais e identidades.

O trabalho com a **CG 5** acontece na medida em que, para compreender os processos de negociação de significados nas práticas corporais, é necessário refletir sobre como elas se transformam e se disseminam no ambiente digital, apoiando os estudantes a perceberem como a cultura digital influencia a forma como as práticas corporais são apresentadas, ressignificadas e apropriadas pelos jovens, além de discutir a importância de uma perspectiva crítica e democrática no uso das mídias digitais para expressar e negociar essas práticas. Esse trabalho pode ser notado no capítulo **1**, quando os estudantes são convidados a analisar criticamente o papel das mídias sociais na propagação de padrões de beleza.

A articulação com a **CG 6** se desenvolve no volume ao incentivar que os estudantes vivenciem situações de trabalho em equipe e a construção de um projeto de vida que valorize o respeito à diversidade e a cooperação, compreendendo e valorizando as práticas corporais em uma perspectiva democrática e inserindo-a em seus projetos de vida. Esse trabalho pode ser observado no capítulo **5**, na abordagem dos jogos cooperativos, ao promover o pensamento sobre o papel da cooperação em seus projetos de vida e na sociedade.

As atividades propostas no volume incentivam os estudantes a refletirem criticamente sobre os significados das práticas corporais, suas origens e implicações sociais. Essa reflexão é essencial para desenvolver uma argumentação fundamentada, como previsto na **CG 7**, permitindo que os estudantes reconheçam as práticas como representações de valores culturais e utilizem esse conhecimento para defender ideias ou pontos de vista de forma argumentativa e respeitosa. Exemplo dessa mobilização pode ser encontrado no capítulo **8**, em que os estudantes são estimulados a argumentar sobre o papel das torcidas no desenvolvimento do fenômeno esportivo, sustentando argumentos sobre a cultura de paz no esporte.

As propostas para as aulas de Educação Física descritas no volume também se relacionam com o desenvolvimento do autoconhecimento e do autocuidado, previsto na **CG 8,** uma vez que as práticas corporais envolvem o reconhecimento do próprio corpo como um meio de expressão e identidade. Ao compreender os sentidos e valores das práticas corporais, os estudantes podem desenvolver uma percepção mais profunda sobre como elas influenciam sua relação consigo mesmos, com sua saúde e bem-estar, como pode ser observado no trabalho desenvolvido na 3ª Parada do capítulo **1**, em que os estudantes são convidados a analisar criticamente os padrões de beleza disseminados nas mídias e redes sociais e a identificar riscos para a saúde como o desenvolvimento de distúrbios alimentares e de autoimagem.

A vivência das práticas corporais, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade, está intimamente ligada ao desenvolvimento da empatia e cooperação previstas na **CG 9**, bem como o trabalho com direitos humanos, o respeito e a valorização da diversidade. Isso pode ser notado no capítulo **6**, em que os estudantes são convidados a refletir sobre o respeito e valorização da Cultura Corporal de Movimento de matrizes afro-brasileiras.

O trabalho com a **CG 10** é focado, no volume, em articulação com a **CG 5**, por meio do trato pedagógico e da vivência das práticas corporais em uma perspectiva democrática, conectada ao desenvolvimento da responsabilidade e da cidadania, conforme pode ser notado na seção **Embarque** do capítulo **2**, pois os estudantes são convidados a agir de acordo com princípios éticos, democráticos, inclusivos e solidários ao reconhecer a participação de jovens transgênero e mulheres negras nas práticas corporais, identificando suas formas de resistência e busca por inclusão social. Esse trabalho também está presente na 4ª Parada, em que os estudantes analisam iniciativas de jovens atletas de surfe na preservação ambiental, além do aprofundamento de discussões sobre os impactos do lixo plástico nos oceanos. Esse trabalho também pode ser observado no capítulo **1**, na 2ª Parada, pois as atividades incentivam os estudantes a assumirem uma postura ética e solidária ao discutir os valores simbólicos do esporte, como a cooperação, a inclusão e o respeito às diferenças.

O trabalho com as competências específicas

Competência específica 1

A **CE 1** é trabalhada no volume por meio de situações de aprendizagem que ajudam os estudantes a compreender o funcionamento da linguagem corporal e os discursos que a envolvem. Ao observar gestos, sentidos e significados atribuídos às práticas corporais, os estudantes aprendem a produzi-las, apreciá-las e analisá-las. Um exemplo desse desenvolvimento ocorre na 3ª Parada do capítulo **1**, quando são abordados temas como imagem corporal, distúrbios alimentares, práticas de ginástica de condicionamento físico e a influência das redes sociais nos padrões de beleza. As atividades promovem uma análise dos preconceitos e das ideologias presentes nos discursos na mídia, incentivando uma compreensão crítica sobre como essas questões afetam a saúde mental e física dos jovens.

Competência específica 2

A **CE 2** é desenvolvida por meio da análise dos processos de legitimação das práticas corporais de diferentes grupos e suas relações com marcadores sociais, como renda, gênero, sexualidade, etnia, idade, deficiência e local de moradia, ou pela intersecção entre esses fatores. Esse trabalho também engloba a identificação e o respeito pela diversidade de corpos e formas de expressão cultural relacionadas às práticas corporais, incentivando os estudantes a perceber e combater mecanismos de opressão e silenciamento de grupos culturais marginalizados. Além disso, promove a experimentação das práticas corporais de modo inclusivo. Na 2ª Parada do capítulo **3**, por exemplo, os estudantes são incentivados a questionar as oportunidades oferecidas às pessoas com deficiência em termos de financiamento, divulgação e acesso à prática esportiva, seja com fins educacionais, de lazer ou competitivo. As atividades propõem que eles conheçam os esportes paralímpicos e seus atletas, reconheçam a prática esportiva como um direito e ampliem seus conhecimentos sobre formas de praticar uma Educação Física inclusiva.

Competência específica 3

Nas aulas de Educação Física, o desenvolvimento dessa competência é favorecido por meio da discussão e do combate a todas as formas de preconceito, discriminação e desrespeito aos direitos humanos nas práticas da Cultura Corporal de Movimento, além da proposição de intervenções que considerem os direitos humanos, a consciência socioambiental, o consumo responsável e o uso autoral e autônomo das práticas corporais. Um exemplo disso ocorre no capítulo **2**. Esse capítulo aborda práticas como ciclismo, *skate* e surfe, conectando-se diretamente à educação ambiental e ao consumo consciente. Na 3ª Parada, os estudantes conhecem como o ciclismo e o *skate* podem atuar como ferramentas de transformação, entendendo seu papel na reivindicação por cidades mais acolhedoras, seguras e sustentáveis. Já na 4ª Parada, coletivos de surfistas são apresentados como exemplos de ativismo ambiental, promovendo campanhas de conscientização e ações junto ao poder público para defender a proteção ambiental. Nesse ponto, os estudantes são incentivados a levantar informações sobre os impactos ambientais do surfe e a desenvolver uma campanha publicitária de conscientização.

Competência específica 4

No campo da Educação Física, o trabalho com essa competência envolve considerar o papel da linguagem verbal na produção de discursos em práticas corporais em diferentes campos de atuação humana, como o campo jornalístico-midiático e o campo das práticas de estudo e pesquisa. Esse trabalho pode incluir práticas que abordem os modos específicos de interação verbal nas práticas corporais, a produção de textos de gêneros relacionados à Cultura Corporal de Movimento, a análise de expressões verbais que evidenciam preconceitos, bem como a exploração dos recursos publicitários associados à indústria cultural do esporte. Além disso, abrange a produção de conteúdos como vídeos, *blogs*, postagens em redes sociais, história em quadrinhos, charges e relatórios de pesquisa que propaguem conhecimentos e valores relacionados às práticas corporais. Exemplos dessa competência podem ser encontrados no **Desembarque** do capítulo **5**. Nesse capítulo, os estudantes realizam uma análise documental de jogos e brincadeiras e produzem um relatório de pesquisa para compartilhar os resultados com a comunidade, contribuindo para a valorização da cultura lúdica como forma de lazer. Ao longo do conteúdo, são problematizados aspectos como o tipo de linguagem utilizada no discurso, as circunstâncias de sua produção e sua finalidade. A autoria do documento é destacada como uma expressão de posicionamento individual, e a análise do discurso é aplicada para explorar como essas falas refletem percepções pessoais sobre o mundo.

Competência específica 5

Essa competência coloca em destaque o objeto de estudo da Educação Física, incentivando os demais componentes da área de Linguagens e suas Tecnologias a participar de discussões sobre a Cultura Corporal de Movimento. Seu desenvolvimento envolve integrar à área e às aulas de Educação Física oportunidades de experimentação, compreensão e análise conjunta das práticas corporais, vistas como produções culturais cujo objetivo é promover projetos de vida e de sociedade emancipadores, comprometidos com a democracia e o respeito à diversidade. O capítulo **4**, por exemplo, incentiva os estudantes a reconhecer seu protagonismo no processo de envelhecimento ativo, valorizando e integrando práticas corporais em seu projeto de vida. São propostas reflexões sobre a importância de atitudes individuais e, principalmente, de projetos coletivos que contribuam para uma sociedade com leis que assegurem uma estrutura adequada para garantir o direito à saúde e ao lazer a todos. Com base na identificação das desigualdades sociais, propõe-se que a turma se engaje ativamente na busca de soluções para as barreiras socioeconômicas enfrentadas pela comunidade no entorno da escola, como forma de fomentar os princípios democráticos e incentivar uma atuação pautada pela responsabilidade coletiva.

Competência específica 6

Essa competência específica conecta a Educação Física à dimensão do conhecimento sensível e da arte, envolvendo o trabalho com objetos de conhecimento artístico e literário que se integram à Cultura Corporal de Movimento. Isso inclui a dança, a expressão corporal no teatro, as relações entre corpo, ritmo e música, os modos de sentir e comunicar as práticas corporais com recursos da fotografia, artes plásticas e audiovisual, bem como a apreciação estética das práticas corporais em diferentes contextos históricos e culturais. No capítulo **6**, *No ritmo da capoeira e do samba de roda*, os estudantes são instigados a se apropriar dessas manifestações culturais, compreendendo a disputa por sua legitimidade ao longo da história brasileira. As atividades propostas incentivam a apreciação dos elementos artísticos da capoeira e do samba de roda, destacando a estética dos movimentos e a composição rítmica e expressiva dos praticantes. Além disso, os estudantes também analisam a influência de artistas e ativistas

afro-brasileiros na legitimação e valorização dessas manifestações culturais. A apreciação e análise de obras de arte que retratam a capoeira e o samba de roda é incentivada; além da análise de um trecho do romance *Capitães da areia*, de Jorge Amado. Ao final, eles organizam um evento cultural para a comunidade.

Competência específica 7

A **CE 7** está diretamente conectada aos novos modos de apreciação e produção de práticas corporais mediadas por tecnologias digitais. Isso implica incluir no currículo de Educação Física momentos para debater de que maneira as tecnologias digitais influenciam no modo como as pessoas aprendem e praticam atividades corporais. Atualmente, os jovens acessam novas práticas por meio de canais de vídeo, acompanham eventos esportivos via transmissões *on-line,* utilizam aplicativos e jogos esportivos, compartilham suas práticas em redes sociais, debatem o uso de tecnologias na arbitragem dos esportes e observam a aplicação de tecnologias assistivas por atletas de paradesportos. Um exemplo da abordagem dessa competência pode ser observado no capítulo **8**. Nele, os estudantes refletem e experimentam o uso do vídeo como recurso para facilitar o *feedback* em diferentes esportes. Além disso, são estimulados a pensar sobre o uso de tecnologias em competições, como o VAR (sigla para a expressão em inglês *Video Assistant Referee* ou, em tradução livre, árbitro assistente de vídeo), para revisar decisões polêmicas em campeonatos de futebol, ou o uso da Inteligência Artificial (IA) nos Jogos Olímpicos de Paris em 2024.

Nas aulas de Educação Física, as práticas corporais são manifestações da linguagem corporal e dos significados que ela carrega. Ao vivenciar essas práticas, os jovens constroem suas identidades, compreendem o mundo, se posicionam e o transformam. Integradas à linguagem corporal expressa em gestos e movimentos, os jovens usam, produzem e transformam significados que permeiam as práticas corporais. Por isso, as aulas de Educação Física devem se constituir em espaços de interpretação, construção e análise das diversas maneiras de interação com o mundo por meio das práticas corporais. Devem também proporcionar uma interpretação crítica dos contextos históricos e culturais que envolvem as práticas corporais, considerando a diversidade de pontos de vista e vozes sociais que se expressam por meio delas, bem como das relações de poder e da busca por legitimação que caracterizam as práticas corporais em diferentes grupos culturais. Com essa concepção em mente, é importante valorizar as experiências e saberes que os estudantes do Ensino Médio trazem para a escola.

ABORDAGEM TEÓRICO-METODOLÓGICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO VOLUME

Ao adotar a perspectiva cultural da Educação Física alinhada à BNCC, a obra entende as práticas corporais como práticas de linguagem, que revelam e transformam o contexto histórico, cultural e discursivo dos sujeitos que as criam, praticam e divulgam. Sob essa perspectiva, a leitura, apreciação, produção e análise das práticas corporais permite aos jovens a participação autônoma, consciente, colaborativa e crítica no mundo, reconhecendo a gestualidade, as vozes de diferentes grupos culturais e os processos de negociação de sentidos, com o objetivo de promover o autoconhecimento e uma visão crítica de mundo.

Desde a década de 1980, o ensino de Educação Física vem buscando novas abordagens teórico-metodológicas que se afastem da visão do corpo como um elemento exclusivamente biológico. Esse movimento, embora bastante diverso, tem em comum o reconhecimento dos sujeitos como seres integrados, considerando seus aspectos corporais, cognitivos, socioemocionais, culturais, sociais e históricos.

Diversos pesquisadores contribuíram para o desenvolvimento da perspectiva cultural da Educação Física, como Castelani Filho *et al.* (1992), Darido (2005), Betti (2020), Daolio (1995, 2018), Neira (2019, 2020) e Bracht (2019), entre outros. Embora a obra reconheça as especificidades epistemológicas de cada autor, ela dialoga com essas referências situadas no campo crítico e progressista da Educação Física escolar. A abordagem teórico-metodológica do volume também reconhece o acúmulo de propostas da perspectiva cultural presentes nos documentos curriculares de Ensino Médio desde a redemocratização do país, como os Parâmetros Nacionais Curriculares para o Ensino Médio (Brasil, 2000), as Orientações Educacionais Complementares aos Parâmetros Curriculares Nacionais: Linguagens, Códigos e suas Tecnologias (Brasil, 2002) e Orientações Curriculares para o Ensino Médio: Linguagem, Códigos e suas Tecnologias (Brasil, 2006).

Segundo Daolio (1995), é por meio das práticas corporais que a linguagem corporal possibilita a interação entre os indivíduos, comunicando seu teor expressivo. Como afirma o autor, "o corpo é uma síntese da cultura, porque expressa elementos específicos da sociedade da qual faz parte. O homem, por meio de seu corpo, vai se apropriando de valores, normas e costumes sociais, num processo de inCORPOração" (Daolio, 1995, p. 25).

A perspectiva cultural se afasta de concepções que reduzem a Educação Física ao treino de habilidades motoras e ao desenvolvimento de parâmetros de aptidão física dos estudantes. Sem deixar de lado as discussões contemporâneas sobre a importância das práticas corporais para a saúde e o bem-estar, o volume procura contribuir para que os jovens percebam que a qualidade de seus gestos, a experimentação e o desenvolvimento de seus corpos em movimento se integram ao modo como vivemos em sociedade e definimos valores coletivos, fundamentados nos direitos humanos, na inclusão e na equidade de oportunidades.

A Educação Física pautada na perspectiva cultural tem como premissas a inclusão, a justiça, o diálogo, o respeito à diferença, o reconhecimento e a equidade como princípios pedagógicos. Busca, assim, atender às demandas contemporâneas por meio de temas relacionados à Cultura Corporal de Movimento.

Nas propostas didáticas apresentadas no volume, as práticas corporais são consideradas produções culturais que expressam identidades, histórias e valores dos sujeitos que as criam, praticam, divulgam e comentam. A obra abrange apreciações, usos, análises, experimentações e produções relativas a jogos e brincadeiras, esportes, ginásticas, danças, lutas e às práticas corporais de aventura tanto urbanas quanto na natureza. Dessa forma, busca a atender às vivências e interesses plurais dos jovens do Ensino Médio, aprofundando e diversificando a abordagem da Cultura Corporal de Movimento.

O volume aborda práticas corporais de diferentes matrizes culturais brasileiras, estabelecendo diálogo constante com os modos singulares e subjetivos pelos quais os jovens do Ensino Médio vivenciam e percebem os sentidos e significados da Cultura Corporal de Movimento em seus cotidianos. As práticas corporais são compreendidas como fenômenos sociais, cujos processos de criação e transformação envolvem intenções sociais, culturais e ideológicas, muitas vezes relacionadas a processos de disputa e busca por legitimação.

A problematização das dinâmicas socioculturais nas práticas corporais estabelece diálogos com referenciais das Ciências Humanas e Sociais Aplicadas. Autores da Antropologia, Sociologia e Filosofia que abordam o corpo, as práticas corporais e o esporte oferecem contribuições conceituais que ampliam a análise e

o posicionamento crítico dos jovens em relação aos discursos presentes em gestos, imagens e falas integrados à Cultura Corporal de Movimento.

A promoção da justiça social, o combate a preconceitos e estereótipos e a superação de visões fragmentadas do ser humano permeiam as propostas de análise e de ampliação dos usos e produções dos jovens nas práticas da Cultura Corporal de Movimento, tornando o trabalho das aulas de Educação Física fundamental para a formação pessoal e cidadã dos estudantes.

A problematização dos sentidos e significados historicamente construídos acerca das práticas corporais e de questões sociais como dominação cultural, gênero, raça e religião permitem que as aulas de Educação Física contribuam para o desenvolvimento das competências gerais, específicas e habilidades previstas na BNCC.

Nesse enfoque, a Cultura Corporal de Movimento, definida como um conjunto de práticas e significações historicamente construídas, em que a linguagem corporal é o principal elemento, é abordada em análises complementares às demais práticas de linguagem presentes no currículo do Ensino Médio.

As propostas didáticas de Educação Física para o Ensino Médio apresentadas no volume são estruturadas para promover uma aprendizagem significativa utilizando metodologias ativas. O trabalho se inicia pela mobilização das ideias prévias dos estudantes, seguida pela apresentação de novos repertórios, análises, experimentações e pesquisas que colocam o jovem no centro do processo de aprendizagem, promovendo seu protagonismo e a ampliação de conhecimentos, atitudes e habilidades. Dessa forma, os estudantes se tornam capazes de mobilizar as aprendizagens escolares em situações reais de sua vida presente e futura.

Além de problematizações partindo de imagens, textos e experiências pessoais, a obra trabalha a historicidade das práticas corporais e seus vínculos com diferentes visões de mundo, significados e valores. Durante as propostas didáticas, os estudantes são convidados a:

- observar a diversidade de usos e significados da Cultura Corporal de Movimento e o valor que as práticas corporais têm para cada sujeito;
- levantar hipóteses e identificar direitos e as relações de poder que influenciam as práticas corporais;
- discutir a relação entre marcadores sociais (raça, etnia, gênero, deficiência e classe social) e as oportunidades de experimentação e significação das práticas corporais;
- adotar uma postura contrária ao racismo, à discriminação das mulheres, ao preconceito religioso, à discriminação por orientação sexual, à xenofobia e à discriminação das pessoas com deficiência;
- atuar como parceiros mais experientes e mediadores sociais, auxiliando colegas e atores da comunidade;
- criar e adaptar gestos, regras, espaços e materiais, além de desenvolver redes de sociabilidade para praticar a Cultura Corporal de Movimento;
- ampliar a consciência corporal e a expressividade dos gestos e movimentos;
- refletir criticamente sobre a presença das práticas corporais no ambiente digital;
- compreender e valorizar o papel das práticas corporais em seus projetos de vida, como forma de cuidado de si, do outro e dos ambientes coletivos, promovendo a criação de redes de sociabilidade e a produção de conhecimentos alinhados aos valores democráticos.
- investigar, utilizando instrumentos de pesquisa social, os usos e significados da cultural corporal de movimento para promover intervenções sociais.

O uso do livro didático como apoio para o desenvolvimento do currículo de Educação Física ainda é relativamente novo para muitos professores que atuam nesse componente no Ensino Médio. Muitos podem se questionar como integrá-lo ao trabalho de experimentação das práticas corporais nos espaços da quadra, do pátio e demais áreas amplas da escola, onde os estudantes têm maior liberdade e condições de realizar movimentos amplos. Por isso, a obra procura trazer propostas de experimentação que se conectam com as discussões presentes nos textos, imagens, questões e atividades propostos no livro.

Como sugestão, as experimentações propostas podem ser ampliadas e ajustadas com base em sua avaliação diagnóstica e planejamento junto aos estudantes. Durante a leitura dessas propostas, você perceberá que elas são tratadas metodologicamente como expressões do próprio sujeito. Os estudantes são considerados sujeitos produtores da Cultura Corporal de Movimento. Portanto, o objetivo das experimentações não é a mera reprodução de gestos e técnicas corporais, mas sim um processo de descoberta de si e do outro. Nessa concepção, a vivência corporal dos estudantes não se pauta na imitação de gestos técnicos, mas visa o desenvolvimento do próprio repertório gestual, ajustado de maneira subjetiva e com foco no respeito à convivência e à inclusão dos colegas de turma.

Ao se inspirar nas propostas de experimentação dos jogos e brincadeiras, esportes, danças, ginásticas, lutas e práticas corporais de aventura descritas na obra, adote os seguintes procedimentos metodológicos que orientaram sua elaboração:

- mobilizar o repertório gestual dos estudantes;
- criar ambientes de prática inclusivos, em que os estudantes se sintam confiantes para expressar-se corporalmente e reflitam como podem contribuir para um clima de experimentação acolhedor e respeitoso em relação aos diferentes corpos e seus modos de se movimentar;
- envolver os estudantes no planejamento e execução das práticas, convidando-os a serem protagonistas da própria aprendizagem e a agirem como parceiros de seus colegas;
- utilizar e desenvolver estratégias facilitadoras para a experimentação corporal de estudantes com deficiência ou com alguma dificuldade sensorial ou de mobilidade;
- promover situações colaborativas que permitam aos estudantes trocar repertórios de linguagem corporal entre si;
- criar momentos de diálogo para tomada de consciência sobre os processos de experimentação vivenciados.

Recomenda-se que o uso principal da obra ajude os estudantes a ampliar e sistematizar conceitos que são vivenciados nas experimentações, evitando atividades expositivas desconectadas da prática.

A integração entre as vivências e as problematizações da Cultura Corporal de Movimento no volume é concretiza por meio do conceito de tematização. Tematizar uma prática corporal significa analisá-la para além do gesto motor, promovendo uma leitura dela ao identificar seus elementos políticos, sociais, biológicos, fisiológicos, culturais e econômicos. Esse tipo de leitura das práticas corporais amplia o conhecimento científico e cultural dos estudantes, ajudando-os a compreender melhor a realidade. O termo tematização surgiu na pedagogia de Paulo Freire (1921-1997) e foi amplamente discutido em teorias educacionais ao redor do mundo.

A tematização surge a partir do conceito de temas geradores. Esses temas, que inicialmente eram palavras (palavras geradoras), evoluíram para frases, textos, gestos e práticas corporais na Educação Física. A ocorrência social desses temas e sua relação com a realidade, bem como as questões que surgem a partir dela, como gênero, classe social e raça, são os fatores que determinam como será realizado o processo de tematização a Cultura Corporal

de Movimento no currículo do Ensino Médio. A tematização das práticas corporais na Educação Física se alinha ao entendimento de que transformar um elemento em tema significa observá-lo enquanto fenômeno social e tratá-lo como um objeto de experimentação, reflexão e pesquisa. Esse processo envolve levantar teorias a seu respeito e, assim, construir novos conhecimentos.

O objetivo da tematização é promover uma compreensão profunda da realidade em que o fenômeno ocorre e desenvolver a capacidade crítica dos estudantes como sujeitos do conhecimento, desafiados pelo objeto a ser explorado.

Vale visitar

Se você quiser saber mais sobre as contribuições freirianas no conceito de tematização e problematização presentes nos currículos da Educação Física, leio o artigo a seguir.

SANTOS, Ivan Luis dos; NEIRA, Marcos Garcia. Tematização e problematização: pressupostos freirianos no currículo cultural da educação física. **Pro-Posições**, v. 30, p. e20160168, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pp/a/jYy8RwBFZMChgMgdrDnQvLJ/. Acesso em: 7 out. 2024.

ESTRATÉGIAS E PROCEDIMENTOS DIDÁTICO-PEDAGÓGICOS

A organização do Ensino Médio requer grande capacidade de adaptação por parte de todos os agentes envolvidos no processo educativo. Para colocá-la em prática, estudantes, professores, gestores, familiares e toda a comunidade escolar devem colaborar para a construir novas relações de ensino e aprendizagem, pautadas nas diretrizes da BNCC. Dois aspectos importantes nessa construção são: formar integralmente os estudantes por meio do desenvolvimento de competências e habilidades e posicioná-los no centro do processo de ensino e aprendizagem, utilizando metodologias ativas.

Conforme prevê a BNCC, é fundamental que, ao longo de toda a Educação Básica, os estudantes desenvolvam competências e habilidades para aprender a aprender, saber gerenciar a informação disponível, atuar com discernimento e responsabilidade nos contextos das culturas digitais, aplicar conhecimentos para resolver problemas, ter autonomia para tomar decisões, ser proativo para identificar os dados de uma situação e buscar soluções, conviver e aprender com as diferenças e as diversidades (Brasil, 2018, p. 14).

No Ensino Médio, adotar essa postura significa pensar que o espaço escolar não deve se limitar a promover a aquisição de saberes, mas sobretudo oferecer aos jovens oportunidades reais de exercer o protagonismo, propondo ações e soluções, de forma crítica, inclusiva, empática e respeitosa para enfrentar problemas de âmbitos local, regional e global.

Em consonância com esses objetivos, ao longo do volume são propostas atividades e situações de aprendizagem que mobilizam procedimentos e estratégias didático-pedagógicas diversificadas, permitindo que os estudantes atuem como protagonistas do processo educativo, de forma individual e coletiva. Essas atividades respeitam a diversidade de indivíduos e grupos sociais, bem como os saberes e vivências culturais nas diferentes práticas sociais, promovendo a valorização e o uso de conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social, cultural e digital.

A seguir, apresentaremos alguns dos procedimentos e estratégias que buscamos desenvolver no volume, sempre em diálogo com a abordagem teórico-metodológica adotada, de acordo com a BNCC. Para mais detalhes sobre como esses procedimentos e estratégicas são mobilizados, consulte as **Orientações específicas** deste Manual.

Metodologias ativas e o papel do professor

Formar integralmente os estudantes e construir um processo de ensino-aprendizagem focado no desenvolvimento de competências e habilidades significa permitir que, ao longo de toda a Educação Básica, especialmente no Ensino Médio, eles relacionem constantemente teoria e prática. Dessa forma, podem aplicar na vida cotidiana os conhecimentos, habilidades, atitudes e valores adquiridos. Uma maneira de promover essa integração é por meio de ações pedagógicas baseadas em metodologias ativas.

As metodologias ativas são abordagens pedagógicas cujo principal objetivo é incentivar os estudantes a serem protagonistas de seu processo de aprendizagem, participando de forma ativa e assumindo a responsabilidade pela construção do conhecimento.

Estudos desenvolvidos pelo psiquiatra William Glasser, apresentados em sua obra *Teoria da escolha: uma nova psicologia de liberdade pessoal*, reforçam a importância de o estudante assumir uma postura ativa no processo de aprendizagem. Para Glasser (2001), a retenção do conhecimento é maior quanto mais engajada for a postura do indivíduo em relação a ele. Segundo o autor, a adoção de um estilo de ensino mais passivo, baseado essencialmente na escuta, leitura e/ou observação, gera resultados menos eficazes do que uma metodologia que promova maior interação. Segundo o pesquisador:

- 10% do conteúdo é apreendido quando lemos;
- 20% é assimilado quando escutamos;
- 30% é retido quando assistimos a algo;
- 50% é assimilado quando combinamos escuta e observação;
- 70% é apreendido quando discutimos, conversamos e debatemos um tema;
- 95% é retido quando ensinamos algo a alguém.

Dessa forma, o autor sugere que a aprendizagem ocorre de forma mais significativa quando aplicamos, fazemos ou ensinamos, ou seja, quando adotamos uma postura ativa em relação ao objeto de estudo. Essa concepção alinha-se ao princípio de aprendizagem por meio do desenvolvimento de competências proposto pela BNCC. De acordo com o documento, além de "saber", os estudantes devem "saber fazer", o que significa mobilizar conhecimentos, habilidades, atitudes e valores para resolver demandas complexas (Brasil, 2018, p. 13).

Como apontam os professores e pesquisadores Lilian Bacich e José Moran (2018), a aprendizagem ativa, que ocorre por meio do questionamento e da experimentação, é mais relevante para uma compreensão profunda e abrangente do que a aprendizagem com base na simples transmissão de conteúdos, ainda tão comum no processo educativo. Em geral, os estudantes do século XXI têm acesso rápido a conhecimentos enciclopédicos, mas a análise desses conteúdos exige o desenvolvimento de competências e habilidades para serem construídas e aplicadas de forma efetiva. Ao colocar os estudantes no centro do processo de aprendizagem, as metodologias ativas permitem que eles vivenciem a apropriação do conhecimento por meio de processos significativos e contínuos, divididos em várias etapas, e que ajam de maneira autônoma, responsável, flexível e determinada, tanto no nível pessoal quanto no coletivo.

Ainda de acordo com Bacich e Moran (2018), as metodologias ativas englobam uma concepção de ensino que valoriza as diferentes formas de aprendizagem dos estudantes, considerando perfis diversos e permitindo que cada um aprenda no seu próprio ritmo, tempo e estilo. Além de favorecer o engajamento dos estudantes, as metodologias ativas promovem uma mudança no papel do professor, que passa a ser um mediador, cocriador e parceiro na construção do conhecimento.

Assim, ao integrar metodologia ativas neste volume, consideramos que, como afirma Moran,

> ensinar e aprender tornam-se fascinantes quando se convertem em processos de pesquisa constantes, de questionamento, de criação, de experimentação, de reflexão e de compartilhamento crescentes, em áreas de conhecimentos mais amplas e em níveis cada vez mais profundos. A sala de aula pode ser um espaço privilegiado de cocriação, *maker*, de busca de soluções empreendedoras, em todos os níveis, onde estudantes e professores aprendam a partir de situações concretas, desafios, jogos, experiências, vivências, problemas, projetos, com os recursos que têm em mãos: materiais simples ou sofisticados, tecnologias básicas ou avançadas. O importante é estimular a criatividade de cada um, a percepção de que todos podem evoluir como pesquisadores, descobridores, realizadores; que conseguem assumir riscos, aprender com os colegas, descobrir seus potenciais. Assim, o aprender se torna uma aventura permanente, uma atitude constante, um progresso crescente (Moran, 2018, n.p.).

Como se pode perceber nesse trecho, as metodologias ativas não dependem de materiais sofisticados ou tecnologias avançadas: é possível aplicá-las em diversos contextos com o uso de recursos e estratégias simples, muitas das quais já fazem parte do cotidiano de muitos professores. No entanto, para que elas prevaleçam no processo de ensino-aprendizagem, é preciso que o docente esteja disposto a redefinir seu papel, que se torna mais amplo e complexo.

Como ressaltam Bacich e Moran (2018), para posicionar os estudantes no centro do processo de ensino e aprendizagem, o professor não deve atuar como mero transmissor de informações de uma área ou componente curricular específicos, mas sim como um mediador na construção do conhecimento e um orientador dos estudantes. Acrescentamos que o professor deve atuar também como um *designer* das sequências didáticas que apresentamos neste volume, adequando-as à realidade local e às necessidades dos estudantes.

Neste volume, buscamos integrar metodologias ativas propondo atividades pedagógicas que valorizam o trabalho em grupo, a realização de pesquisas em meios digitais, o compartilhamento de informações, o mapeamento de problemas socialmente relevantes na comunidade e a proposição de soluções críticas e criativas para esses desafios.

Na seção **Desembarque**, por exemplo, os estudantes são convidados a exercer seu protagonismo na tomada de decisões para a organização de eventos (como festivais esportivos e atividades com idosos) e para a produção de diferentes gêneros textuais (como *podcast* e perfis de redes sociais), assumindo o papel de agentes de transformação dentro e fora da escola. Em vários momentos do volume, os estudantes também serão orientados a realizar seminários e investigações de diferentes tipos, comprometendo-se com a produção de conhecimento científico por meio de métodos e técnicas de pesquisa aplicados pedagogicamente. A seguir, apresentamos outras estratégias e procedimentos que, alinhados ao uso pedagógico das metodologias ativas, buscam favorecer o questionamento, a criação, a experimentação e a reflexão.

Argumentação

Para lidar com as demandas complexas do cotidiano, exercer a cidadania e atuar no mundo do trabalho, é preciso que os estudantes formulem, negociem e defendam ideias e pontos de vista, posicionando-se de modo ético e responsável em relação aos outros e ao planeta. Dessa forma, a argumentação se torna uma competência essencial que deve ser desenvolvida ao longo de toda a Educação Básica.

De acordo com Koch e Elias, a argumentação é uma habilidade que os seres humanos exercitam e desenvolvem em suas interações sociais antes mesmo do ingresso na vida escolar (2016, p. 9-10). As autoras destacam ainda que é por meio da expressão oral e escrita que um indivíduo tenta influenciar o outro, tornando a argumentação um ato linguístico fundamental (2018, p. 28).

Fiorin (2016), ao tratar do tema, afirma que todo discurso tem uma dimensão argumentativa:

> de um lado, porque o modo de funcionamento real do discurso é o dialogismo; de outro, porque sempre o enunciador pretende que suas posições sejam acolhidas, que ele mesmo seja aceito, que o enunciatário faça dele uma boa imagem. [...] Um discurso pode concordar com outro ou discordar de outro. Se a sociedade é dividida em grupos sociais, com interesses divergentes, então os discursos são sempre o espaço privilegiado de luta entre vozes sociais, o que significa que são precipuamente o lugar da contradição, ou seja, da argumentação, pois a base de toda a dialética é a exposição de uma tese e sua refutação (Fiorin, 2016, p. 11).

Portanto, compreender como se constrói a argumentação e identificar quais recursos linguísticos e informacionais são necessários para torná-la bem estruturada e adequadamente desenvolvida é uma habilidade essencial para a interação entre indivíduos. Da mesma forma, analisar a relevância e a consistência de dados, desvendar as intencionalidades de quem produz argumentos e avaliar a aceitabilidade de quem os recebe são ferramentas importantes para o desenvolvimento da capacidade argumentativa.

Para que essa capacidade seja plenamente desenvolvida, a escola deve ampliar a bagagem de conhecimentos do estudante, possibilitando que ele se aproxime criticamente dos textos com os quais interage e, assim, se torne um leitor e produtor cada vez mais eficiente e consciente. O ambiente escolar é um espaço privilegiado em que os estudantes, ao serem expostos a diferentes estratégias argumentativas, podem reconhecê-las, analisá-las e empregá-las, aperfeiçoando sua capacidade de argumentar e de avaliar os argumentos empregados em diversos textos, posicionando-se de forma crítica diante deles.

Em consonância com a BNCC, o volume apresenta, em diferentes momentos, atividades articuladas que abordam questão variadas, com destaque para aquelas de maior relevância social. O objetivo é propiciar aos estudantes o domínio e a aplicação de estratégias argumentativas, estimulando-os a validar fatos, dados e informações, tanto para construir seus próprios argumentos quanto para aceitar ou refutar os argumentos que lhes são apresentados. Além disso, todo trabalho tem como premissa o respeito aos direitos humanos e aos valores éticos, conforme estabelecido na **CG 7** e exemplificado anteriormente.

Pensamento computacional

Atualmente, a expressão "pensamento computacional" está em destaque e foi cunhada pela cientista da computação Jeannette Wing. Segundo Wing, o pensamento computacional pode ser definido como um conjunto de processos mentais usados para a resolução de problemas e como uma estratégia para auxiliar

no processamento de informações, a fim de modelar soluções do maneira mais eficiente.

Para Wing (2016), o pensamento computacional organiza-se basicamente em quatro etapas, que descrevemos a seguir.

- **Decomposição:** processo de divisão de problemas em partes menores, tornando-os mais fáceis de resolver.
- **Reconhecimento de padrões:** identificação de características comuns entre os problemas e suas soluções.
- **Abstração:** filtragem dos detalhes de uma solução para que seja aplicável a diferentes problemas.
- **Criação de algoritmo:** planejamento, estratégia ou conjunto de instruções claras e necessárias para a resolução de problemas.

Desse modo, o pensamento computacional pode ser compreendido como o uso de passos estruturados para aperfeiçoar a resolução de problemas, garantindo que as soluções sejam encontradas da forma mais simples possível e se tornem replicáveis para outros problemas semelhantes.

Isso faz com que o pensamento computacional não esteja relacionado unicamente ao uso das novas tecnologias ou do computador, mas envolve um entendimento mais amplo de como os seres humanos resolvem problemas. Explicar como executamos tarefas exige objetividade, precisão e clareza, a fim de que elas possam ser reproduzidas por uma máquina ou outro ser humano.

Conforme explicado pelos professores Carlos Eduardo Ferreira, Leila Ribeiro e Simone André da Costa Cavalheiro, o pensamento computacional:

> desenvolve a capacidade de compreender, de definir, de modelar, de comparar, de solucionar, de automatizar e de analisar problemas (e soluções) de forma metódica e sistemática, desenvolvendo também uma série de habilidades tais como pensamento crítico, criatividade, comunicação, colaboração, flexibilidade e adaptabilidade, entre outras. O profissional do século XXI, seja qual for sua área de atuação, necessitará cada vez mais dessas habilidades, e, portanto, só terá a ganhar se for exposto o mais cedo possível a este tipo de raciocínio para a resolução de problemas (Ferreira; Ribeiro; Cavalheiro, 2019, p. 12).

Dessa forma, desenvolver o pensamento computacional por meio de atividades planejadas e diversificadas ao longo de toda a trajetória escolar permite aperfeiçoar a capacidade dos estudantes de formular e resolver problemas, além de favorecer a contextualização do ensino e o desenvolvimento do pensamento crítico.

Ao longo deste volume, são propostas atividades pedagógicas que dinamizam o processo de aprendizagem ao demandar que os estudantes, por meio de diferentes procedimentos e estratégias, desenvolvam as habilidades necessárias para que o pensamento computacional se torne parte integrante de suas vidas. Isso possibilita que eles se engajem de forma mais efetiva na resolução de problemas reais, exercendo protagonismo e autoria em sua vida pessoal e coletiva.

No capítulo **1**, por exemplo, os estudantes realizam uma prática de pesquisa de observação e tomada de notas. Além de fazer um uso pedagógico da pesquisa como metodologia ativa, eles mobilizam três procedimentos do pensamento computacional: a decomposição (ao dividir o problema de pesquisa – entender as práticas da Cultura Corporal de Movimento da comunidade – em partes menores, como observar os participantes, as interações, os movimentos, o ambiente, entre outros, e o reconhecimento de padrões do que foi observado para entender as dinâmicas sociais, culturais e corporais envolvidas); a abstração (ao registrar suas observações e categorizar as informações em tópicos, como ambiente, participantes e interações, filtrando detalhes específicos para focar nas informações que são mais relevantes e aplicáveis a outros contextos ou práticas observadas e generalizando suas descobertas para além de uma única observação); e, por fim, a criação de algoritmo na tomada de notas, que pode ser vista como um processo de organização lógica de informações, semelhante à criação de um algoritmo. Essas análises favorecem a criação de soluções mais eficazes, demonstrando que o pensamento computacional não se limita ao uso do computador. Pelo contrário, ele é estratégia que pode e deve ser utilizada em outros contextos, contribuindo para a resolução eficiente de problemas e a replicação de soluções.

Leitura inferencial

No Ensino Médio, o foco das práticas de leitura costuma estar na reflexão em relação aos textos e práticas, pois as habilidades requeridas por processos de recuperação de informação e por processos de compreensão já foram desenvolvidas durante o Ensino Fundamental. Ainda assim, é essencial assegurar o tratamento da leitura inferencial também na última etapa da Educação Básica, dada a importância desse procedimento para a formação de leitores autônomos.

Como explicado por Regina Lúcia Péret Dell'Isola (2001), a inferência é uma operação cognitiva por meio da qual o leitor elabora novas proposições com base em outras já presentes, ao estabelecer ligações lexicais ou usar informações e conhecimentos prévios. Além disso, ela aponta que se trata de um tema que tem sido estudado por especialistas de áreas distintas, como psicologia, semântica, inteligência artificial e linguística, e que a memória é um elemento essencial para a compreensão do texto lido e dos processos inferenciais que ocorrem para que essa compreensão se dê.

Uma vez que a capacidade de realizar inferências é parte fundamental do processo de leitura e compreensão, práticas escolares devem ser desenvolvidas com vistas ao desenvolvimento de tal capacidade. Ainda segundo Dell'Isola (2001), um texto pode gerar uma ampla gama de leituras, em diferentes leitores, pois cada um faz inferências com base em seu conhecimento de mundo.

Ao levantar hipóteses, fazer previsões, apresentar expectativas e acionar conhecimentos prévios, os estudantes exercitam o nível inferencial de leitura. Como afirma Dell'Isola (2001), eles se tornam capazes de construir novas proposições e preencher lacunas textuais, levando para o texto os saberes que carregam, fruto de suas vivências e das relações que compõem sua história.

Por isso, ao longo do volume, são propostas aos estudantes diferentes atividades pedagógicas com base em textos orais, escritos e multissemióticos, por meio das quais eles são estimulados a desenvolver leituras inferenciais e a compartilhar suas descobertas e reflexões. Para isso, os estudantes devem acionar suas experiências e vivências socioculturais e linguísticas, conectando-as aos textos lidos para a produção de sentidos e a ampliação de sua experiência de leitura, tornando-a mais significativa.

Análises críticas, criativas e propositivas

O desenvolvimento da criatividade e do pensamento crítico faz parte do compromisso com a formação integral dos estudantes e é fundamental no processo de ensino-aprendizagem, uma vez que essas são competências essenciais para o desenvolvimento individual e social. A BNCC reforça a importância da

criatividade na resolução de problemas, como um meio de investigar causas, elaborar e testar hipóteses, bem como a necessidade de que os estudantes desenvolvam uma consciência crítica ao se apropriarem de conhecimentos e experiências.

A professora Denise de Souza Fleith, no artigo "O papel da criatividade na educação do século XXI", destaca que o domínio de habilidades criativas e de estratégias inovadoras é fundamental para que as pessoas consigam enfrentar os desafios atuais. Segundo ela, o ambiente escolar deve proporcionar condições para que ocorra o desenvolvimento da imaginação e da curiosidade, possibilitando o surgimento e a aceitação de novas ideias (FLEITH, 2019).

A autora destaca ainda que é preciso que se entenda a criatividade como uma competência que pode ser desenvolvida por todos, e que esse desenvolvimento depende de fatores como oportunidades, experiências, motivação, estímulos e acolhimento. Quando os estudantes conseguem exercitar plenamente seu espírito criativo e fazer avaliações críticas, eles se tornam aptos a realizar análises propositivas, interferindo na realidade, reforçando o que for positivo e propondo mudanças no que julgar inadequado.

Neste volume, buscamos promover o desenvolvimento de análises críticas, criativas e propositivas por meio de atividades diversificadas, nas quais os estudantes são incentivados a ir além da compreensão do conteúdo, contextualizando-o, analisando e refletindo sobre ele, e criando novos significados, assumindo o protagonismo para propor soluções inovadoras e criativas para problemas colocados em âmbito local, incluindo o escolar, tanto no nível pessoal quanto no coletivo.

Práticas de pesquisa

A pesquisa é uma ferramenta essencial para o desenvolvimento crítico dos estudantes, especialmente no campo da Educação Física, em que a Cultura Corporal de Movimento oferece inúmeras possibilidades de investigação. Neste volume, a proposta de incentivar práticas de estudo e pesquisa vai além da recepção de informações. Ela busca fomentar nos estudantes a capacidade de apreciação, análise, aplicação e produção de discursos e textos que abordem as manifestações das linguagens em diferentes culturas. A seguir, apresentamos alguns exemplos das práticas de pesquisa abordadas:

- **Revisão bibliográfica (Estado da Arte):** as pesquisas de caráter bibliográfico têm o objetivo de levantar e sistematizar a produção em determinada área do conhecimento. No capítulo **6**, os estudantes vivenciam essa prática de pesquisa para ampliar conhecimentos sobre a capoeira e o samba de roda. No capítulo **8**, os estudantes são incentivados a pensar na diversidade de temas que podem ser abordados no estudo do esporte, como as diferenças de gênero entre atletas, a violência nas torcidas, o uso das tecnologias para a aprendizagem e para a arbitragem, questões éticas da arbitragem, experiências dos atletas durante as competições e riscos da violência cibernética para a carreira dos atletas. A turma deve levantar fontes confiáveis e escolher palavras-chave relevantes relacionadas ao problema de pesquisa para buscar artigos, livros e estudos em bases de dados acadêmicas e outras fontes confiáveis, como as plataformas de indexação. Por fim, devem produzir um pôster para divulgar a pesquisa do estado da arte sobre o esporte nas diferentes perspectivas.
- **Análise documental:** no capítulo **5**, é proposta uma análise documental como registro social para ampliar a compreensão sobre os múltiplos significados das brincadeiras tradicionais brasileiras, dos jogos eletrônicos, dos jogos cooperativos e dos jogos e brincadeiras de matrizes africanas. A seguir, há a sensibilização para a análise do discurso e a produção de um relatório de pesquisa para a apresentação e debate sobre o valor da cultura lúdica na comunidade escolar.
- **Construção e uso de questionários:** no capítulo **2**, os estudantes serão incentivados a construir e aplicar questionário sobre o uso da bicicleta e fatores condicionantes para sua escolha como meio de transporte. A seguir, produzirão resumos das principais conclusões e propostas de ações para melhorar a mobilidade urbana no bairro, incentivando o uso de bicicletas.
- **Estudo de recepção:** no capítulo **7**, os estudantes devem investigar como diferentes grupos etários (crianças, jovens e adultos) recebem e interpretam produtos culturais relacionados a lutas, como desenhos animados, jogos eletrônicos e filmes. Esse estudo permite refletir sobre o impacto da mídia e da cultura popular na percepção das artes marciais e outras práticas de lutas e esportes de combate.
- **Observação e tomada de notas:** no capítulo **1**, é proposta aos estudantes a realização de uma pesquisa para observar as práticas corporais em suas comunidades. Eles devem realizar observações e anotações e elaborar relatórios sobre essas práticas, desenvolvendo uma compreensão profunda e reflexiva das manifestações corporais no contexto local.
- **Entrevistas:** no capítulo **4**, os estudantes são incentivados a realizar entrevistas, aprendendo a coletar dados qualitativos e a interpretar as experiências de diferentes pessoas. Essa técnica enriquece a análise das percepções e vivências pessoais em relação às ginásticas e práticas corporais.
- **Análise de mídias sociais:** no capítulo **1**, antes de criarem perfis em redes sociais, os estudantes serão sensibilizados para a análise de métricas e discursos multimodais. Essa atividade tem o objetivo de estimular o pensamento crítico sobre como as práticas corporais e os grandes eventos esportivos são representados e consumidos nas plataformas digitais.

Essas práticas de pesquisa, integradas ao currículo de Educação Física, oferecem aos estudantes a oportunidade de se tornarem sujeitos ativos na construção do conhecimento. Ao investigarem as manifestações, tanto no contexto local quanto global, eles desenvolvem habilidades analíticas, críticas e argumentativas que são fundamentais para sua formação cidadã e acadêmica.

DIVERSIDADE E INCLUSÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A **inclusão** é um conceito fundamental quando se busca assumir a diversidade como uma característica intrínseca da sociedade e, por consequência, das turmas de estudantes. Cada estudante traz uma bagagem única de habilidades, experiências e necessidades, e é papel da escola e dos educadores reconhecer e valorizar essa diversidade. É essencial reconhecer que cada estudante é único, com demandas e capacidades próprias.

Para aprofundar a compreensão sobre a diversidade de condições dos estudantes do Ensino Médio, é importante identificar as especificidades das deficiências e dos transtornos presentes nos estudantes de cada turma. De acordo com o Art. 2º da Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência) nº 13.146/2015, "Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, intelectual, mental ou sensorial, o qual, em

interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas".

De acordo com a Resolução nº 4/2009 do Conselho Nacional de Educação Básica (Brasil, 2009), estudantes com transtornos do neurodesenvolvimento são os "que apresentam um quadro de alterações no desenvolvimento psicomotor, comprometimento nas relações sociais, na comunicação ou estereotipias motoras". Os transtornos do neurodesenvolvimento englobam uma diversidade de condições que podem variar em nível e em grau, dependendo do contexto. Entre esses transtornos, destacam-se o Transtorno do Espectro Autista (TEA), a Deficiência Intelectual (DI), o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e os transtornos de aprendizagem, sendo os mais comuns a dislexia, a discalculia e a disgrafia.

É necessário compreender os desafios enfrentados pelos jovens com transtornos dessa natureza. Muitos deles podem apresentar dificuldades em comunicação, interação social, compreensão das emoções e nos aprendizados acadêmico e comportamental. Por isso, é necessário adotar abordagens pedagógicas específicas para atender às necessidades de cada um.

Por outro lado, as deficiências agrupam grande diversidade de condições humanas e podem se manifestar em diferentes dimensões, como a física (no caso de pessoas surdas, cegas ou de usuários de cadeiras de rodas) e a intelectual (como na Síndrome de Down). Portanto, é importante garantir ambientes inclusivos para receber esses estudantes, incentivando-os de maneira específica e adaptando propostas pedagógicas que ampliem o repertório escolar concernente a esse contexto.

Resumindo, esses jovens necessitam de uma política de gestão escolar que assegure sua inclusão e formação de acordo com seus direitos e necessidades. Um aspecto a ser considerado é a arquitetura inclusiva, essencial para facilitar o acesso à escola não só aos estudantes com condições específicas, mas também a outras pessoas que tenham dificuldade de locomoção. Além disso, é preciso disponibilizar material didático adaptado e implementar estratégias de ensino diferenciadas, como currículos individualizados, suporte emocional e comportamental (quando necessário), tutoria e uso de recursos digitais e visuais (como cartões de emoções, que ajudam a identificar e compartilhar seus sentimentos com os outros).

Outra estratégia eficaz é trabalhar com os jovens as habilidades de resolução de problemas e conflitos, uma vez que eles podem se sentir desafiados em situações desse tipo, o que pode ser sanado ou amenizado mediante o ensino de habilidades de negociação, escuta e empatia.

Em relação à área de Linguagens e suas Tecnologias, podem ser realizadas propostas de trabalho colaborativo em duplas ou grupos, utilizando expressão oral ou dramatização como recursos para entender ou explicar o pensamento. A seguir, algumas orientações que podem auxiliar no planejamento e execução do trabalho com esses estudantes:

- planejar estratégias de trabalho inclusivas, envolvendo toda a turma e indicando, de forma clara, como e por quem elas serão realizadas, e cuidando da transição de uma tarefa para outra;
- selecionar conteúdos que relacionem os conceitos da área de Linguagens e suas Tecnologias ao contexto e às experiências dos estudantes;
- utilizar recursos digitais e ferramentas *on-line* acessíveis para os estudantes, permitindo retomadas ou preparação prévia – plataformas de aprendizagem *on-line*, vídeos educativos e aplicativos interativos podem ser muito úteis;
- criar um espaço de refúgio para estudantes com transtornos do neurodesenvolvimento, onde possam aliviar o estresse da sala de aula, como um canto na biblioteca, uma área arborizada ou uma sala de orientação pedagógica.
- posicionar-se de frente ao conversar com um estudante autista, olhar nos olhos e, só então, dar instruções claras e objetivas;
- propor atividades de pintura, manuseio de materiais (como argila) ou digitação de textos no computador, que podem ser motivadoras para estudantes com Síndrome de Down, em comparação com as atividades tradicionais com lápis e papel;
- evitar textos longos e instruções complexas para os estudantes com dislexia, utilizando filmes, jogos e quadrinhos como recursos alternativos;
- para estudantes com disortografia, utilizar o lúdico para ajudá-los a identificar os fonemas e grafemas, facilitando o processo de aprendizagem.

Refletir sobre as estratégias facilitadoras para o processo inclusivo nas aulas de Educação Física nos leva a considerar as adaptações necessárias. Essas adaptações são temporárias e podem ser ajustadas ou removidas conforme o avanço do processo de ensino. Campos (2019) apresenta o CRIE, um instrumento que busca facilitar o planejamento das adaptações nas estratégias de ensino de Educação Física. O CRIE é composto de quatro variáveis principais:

- **Organização do contexto:** refere-se ao espaço e ao ambiente da aula, o que pode incluir a modificação do espaço de prática e a alteração do número de praticantes.
- **Regras:** podem ser adaptadas para ajustar a forma de realizar a atividade, garantindo a inclusão de todos.
- **Instrução:** relacionada à comunicação, com o uso de demonstrações, dicas e instruções claras e objetivas.
- **Equipamento:** refere-se às características do material utilizado, que pode ser ajustado conforme as necessidades dos estudantes.

Por fim, as decisões para a real inclusão de estudantes com deficiências devem sempre considerar que o objetivo é evidenciar, assegurar e promover, em condições de igualdade, a participação de todos e todas nas aulas. Não se trata de oferecer concessões ou favores, mas de consolidar o território escolar como um espaço de acolhimento e cidadania. Portanto, escolas verdadeiramente inclusivas são importantíssimas para a construção de uma sociedade inclusiva. Acreditamos que a diversidade de condições físicas e neurológicas pode ser bem atendida quando há promoção de valores como colaboração e empatia, a criação de ambientes acolhedores e seguros, a valorização ativa da diversidade e o envolvimento da comunidade.

AVALIAÇÃO DAS APRENDIZAGENS

A avaliação do nível de aprendizagem dos estudantes é uma função primordial da gestão pedagógica, desde que os resultados sejam utilizados para a elaboração e revisão do planejamento. Ao longo do tempo, a tradição escolar estabeleceu diferentes modelos de avaliação, como o somativo, o formativo, o diagnóstico, o comparativo e o ipsativo. Confira no quadro a seguir as finalidades de cada modelo e os momentos adequados para sua aplicação.

MODELO DE AVALIAÇÃO ESCOLAR	PARA QUE SERVE	QUANDO APLICAR
Somativo	Serve para avaliar o aprendizado dos estudantes e costuma ser utilizado para decidir sobre a aprovação ou a reprovação dos estudantes. As métricas para as notas e os conceitos finais podem ser definidos pela própria escola ou pelas redes de ensino.	Aplicado ao final de uma etapa de ensino (bimestre, trimestre, semestre).
Formativo	Serve para avaliar o progresso dos estudantes, mas também para que o professor promova eventuais mudanças em suas estratégias de ensino.	Ao longo de todo o processo de aprendizagem.
Diagnóstico	Serve, ao promover a identificação do que os estudantes já sabem e das habilidades que já dominam, para delinear pontos de partida de processos de ensino.	No início de uma etapa de aprendizagem.
Comparativo	Serve para comparar o desempenho dos estudantes com um padrão externo ou com outros grupos de estudantes.	Durante ou ao final de uma etapa de aprendizagem.
Ipsativo	Serve para comparar o desempenho do estudante em relação à própria *performance* em etapas anteriores, permitindo que ele tenha clareza naquilo que precisa melhorar.	Ao longo de todo o processo de aprendizagem.

É importante destacar que os diferentes modelos de avaliação escolar podem ser utilizados em conjunto para aprimorar o ensino e a aprendizagem.

Como este volume está comprometido com os princípios da educação integral, o processo de construção de conhecimentos é visto de forma não fragmentada, buscando torná-lo mais significativo e envolvente para os jovens. Para que isso aconteça, é preciso adotar uma concepção de avaliação igualmente comprometida com os princípios da avaliação formativa, compreendendo-a como uma regulação do ensino e da aprendizagem. Nesse sentido, da perspectiva da prática docente, avaliar significa:

a) diagnosticar o que os estudantes já sabem sobre o objeto de estudo, planejando ações didáticas orientadas pelo diagnóstico realizado;

b) observar e intervir nas diferentes fases da construção do conhecimento, apoiando os estudantes na reorientação de hipóteses, compreensões, análises e interpretações;

c) sistematizar o que foi aprendido e comparar os resultados com as expectativas para definir os próximos passos da ação pedagógica;

d) tornar a autoavaliação uma prática constante entre os estudantes, de modo que possam se conscientizar do que aprenderam e do que é preciso fazer para aprender mais, responsabilizando-se pelo seu próprio processo de aprendizagem.

Vale visitar

O conceito de avaliação como regulação está na base das ideias defendidas por Phillipe Perrenoud, como pode ser observado na obra a seguir.

- PERRENOUD, P. *Avaliação – da excelência à regulação das aprendizagens*: entre duas lógicas. Porto Alegre: Artmed, 1999.

Para saber mais do assunto, leia artigo da pesquisadora Leonor Santos, que aborda a avaliação como regulação para tratar do desafio de avaliar o processo de aprendizagem orientado pelo desenvolvimento de competências.

- SANTOS, L. Avaliar competências: uma tarefa impossível? *Educação e Matemática*, Lisboa, n. 74, p. 16-21, 2003. Disponível em: https://em.apm.pt/index.php/em/article/view/1213/1254 Acesso: 18 set. 2024.

Nessa concepção, o ato de avaliar está associado ao planejamento contínuo do professor e é parte fundamental do fazer pedagógico, como destaca Luckesi (2011):

> a avaliação é um ato de investigar a qualidade daquilo que constitui seu objeto de estudo e, por isso mesmo, retrata a sua qualidade. Desse modo, ela não soluciona nada, mas sim subsidia as **decisões sobre atos pedagógicos** e administrativos na perspectiva da **eficiência dos resultados desejados**. O que implica dizer que [...] a avaliação da aprendizagem [é] um recurso subsidiário para a obtenção de resultados satisfatórios em ações pedagógicas planificadas no âmbito escolar (Luckesi, 2011, p. 13 – ênfase adicionada).

A avaliação, conforme a concepção adotada neste volume, exige que os atos educativos sejam constantemente ajustados em função das aprendizagens que os estudantes constroem, considerando os objetivos a serem alcançados. Nesse processo contínuo de avaliação, o planejamento deve ser compreendido como um espaço de flexibilização, onde o ato pedagógico é aperfeiçoado para potencializar as aprendizagens. Dessa forma, todos os agentes educativos estão sob análise durante uma avaliação: estudantes, professores, gestão escolar e comunidade.

Nas diferentes etapas do processo de construção do conhecimento, é possível contar com diferentes instrumentos e modelos de avaliação, de cordo com a intencionalidade pedagógica. A prova, por exemplo, pode ser um instrumento adequado para capturar um momento específico, como uma fotografia que faz um recorte do processo; entretanto, não é ideal para avaliar o desenvolvimento físico, afetivo e social dos estudantes. Para esses objetivos, a observação acompanhada de registro – como relatórios ou anotações que podem ser analisadas posteriormente – é mais eficaz. É preciso variar os instrumentos e modelos de avaliação utilizados e, nessa escolha, sempre considerar as intencionalidades pedagógicas.

Um mesmo instrumento de avaliação pode ser utilizado com diferentes intencionalidades: para diagnosticar os conhecimentos prévios dos estudantes (avaliação diagnóstica), para analisar o desenvolvimento individual (avaliação ipsativa) ou para comparar a condição do estudante em relação ao desempenho do grupo (avaliação comparativa).

Avaliação deste volume no contexto da área de Linguagens

Para diagnosticar os conhecimentos prévios dos estudantes sobre os objetos de conhecimento dos capítulos, o volume propõe um primeiro momento na seção **Embarque**, cujo objetivo é promover o engajamento na proposta do percurso formativo e possibilitar que os estudantes ativem e compartilhem esses conhecimentos sobre algum aspecto do objeto de estudo – relativo ao tema ou ao conceito implicado nesse objeto. Nesse sentido, essa seção pode ser realizada como uma roda de conversa, cujas atividades podem ser ampliadas tendo em vista o que se pretende abordar no capítulo. Espera-se que esse momento seja uma oportunidade para que você observe modos de participação e conhecimentos prévios que circulam na turma. Com o registro dessa observação, é possível tomar decisões quanto às atividades propostas na sequência e aos modos de organização da turma, por exemplo.

Outra oportunidade para a sistematização e a autoavaliação são as perguntas estrategicamente posicionadas ao longo das paradas da seção **Na estrada**. Essas perguntas possibilitam aos estudantes, a partir de observações, comparações e análises reflexivas realizadas anteriormente, formular regras e conceitos e assumir e compartilhar posicionamentos a respeito dos objetos de conhecimento estudados.

Outro momento do volume destinado a sistematizar e aplicar o que foi aprendido é a seção **Desembarque**. Nessa seção, há propostas de atividades com diferentes finalidades, como: eventos de culminância do processo, em que procedimentos, técnicas e produtos são compartilhados entre estudantes e comunidade escolar; ou mesmo o desenvolvimento efetivo de alguma atividade que resulte em um produto final ligado aos objetos de conhecimento do capítulo. Esses eventos ou produções marcam o ponto de chegada esperado em relação às expectativas de aprendizagem. Ao se engajarem nessas atividades, os estudantes são convidados a sistematizar e mobilizar saberes e fazeres construídos e, por meio da observação e da análise do envolvimento de cada estudante no evento ou com o produto, é possível ter consciência do aprendizado alcançado.

Por fim, além das atividades nas seções **Embarque**, **Na estrada** e **Desembarque**, o volume traz, ao final de todos os capítulos, a seção **Retrospectiva da viagem**. Essa seção é composta de duas subseções: a primeira intitulada **Fotografias da viagem**, que apresenta uma série de dez perguntas que retomam os objetos de conhecimento abordados ao longo do capítulo; a segunda chamada ***Selfies* da viagem**, que apresenta uma série de dez perguntas que propõe aos estudantes avaliar o quão significativo é, para sua atuação, seja no campo da vida pessoal, no de atuação na vida pública, no das práticas de estudo e pesquisa, no jornalístico-midiático e/ou no artístico-literário, o conhecimento que construíram.

Mapeando conhecimentos em grupos de diferentes perfis

É possível utilizar diferentes instrumentos e modelos para efetuar a avaliação, selecionados em função da intencionalidade pedagógica. Quando se trata de levantar os conhecimentos prévios dos estudantes com vistas a planejar as ações didáticas, entre as formas de avaliar estão: desenhos e esquemas representativos; rodas de conversa; produções iniciais de texto; análises de casos e situações; análise de repertório e referências; análise de portfólio; encenações e dramatizações; e desafios de lógica. No Livro do Estudante, a seção **Embarque** oferece ocasiões para mapear os conhecimentos prévios dos estudantes. Nela, são oferecidas outras duas formas que você pode desenvolver em suas aulas: os esquemas representativos e as produções iniciais de texto.

Esquemas representativos

Os esquemas representativos podem ser utilizados no início da abordagem de um novo objeto de conhecimento. Nesse sentido, os mapas mentais consistem em um recurso bastante eficaz. Você pode propor aos estudantes que listem individualmente o que sabem a respeito de um tema, conceito ou uma prática de linguagem. Em seguida, pode iniciar, coletivamente, a produção de um mapa mental, solicitando que cada estudante dê sua colaboração, promovendo, nesse momento, negociações de sentidos entre os estudantes sem a preocupação de apontar inadequações ou questionar posições.

Com esse mapa em mãos, você pode proceder a uma análise, cotejando-o com as habilidades e competências previstas para os anos anteriores ao atual estágio da turma. Esse cotejo com a BNCC deve levá-lo a verificar de que modo os estudantes demonstram na prática um desempenho, colocando-o em condições de referenciar as habilidades e competências desejáveis para o ano em que se encontram. Com base nessa análise, você pode decidir sobre as intervenções pertinentes, considerando as evidências obtidas acerca do que os estudantes necessitam aprender. Esse registro coletivo pode ser atualizado à medida que os estudantes avançam no percurso formativo, com ajustes, aperfeiçoamentos ou acréscimos (individuais ou não). O esquema também pode ser retomado ao final de um percurso ou sequência didática, com o objetivo de sistematizar as aprendizagens sobre o tema, conceito ou prática de linguagem.

Produções iniciais de texto

Algo similar pode ser realizado em relação à aprendizagem de determinado gênero. Diferentemente da proposta anterior, você pode sugerir uma produção coletiva, assumindo a função de escriba: os estudantes ditam o texto e, entre eles, negociam a textualização, enquanto você registra por escrito, sem intervir. Com essa produção coletiva, você pode orientar que cada estudante realize no texto os ajustes que considerar necessários. Com esse material em mãos, é possível desenhar um mapa do que o grupo consegue realizar colaborativamente e individualmente. Será preciso, então, realizar um cotejo entre os índices obtidos no mapa e as habilidades e competências desejáveis para o estágio em que os estudantes se encontram, considerando os objetivos de aprendizagem. Esse cotejamento pode ser utilizado por você para promover um refinamento das sequências didáticas propostas no volume, a fim de promover uma aproximação ainda mais eficaz dos processos de ensino e aprendizagem.

Esses momentos coletivos de colaboração, em que os estudantes precisam negociar sentidos e colaborar uns com os outros na realização de certa atividade, fornecerão dados importantes para mapear as habilidades implicadas na realização do que foi proposto, incluindo as atitudes e os valores que orientam o comportamento e a posição dos estudantes.

Observação intencional e BNCC

Um procedimento comum a todas as formas de mapeamento de conhecimentos é a observação intencional, pautada por critérios previamente definidos e que podem se modificar em função das expectativas de aprendizagens para determinado período. Essas expectativas, por sua vez, precisam estar ligadas às circunstâncias de cada turma e aos pressupostos definidos pela BNCC como direitos de aprendizagens dos estudantes. Nesse sentido, a observação intencional, acompanhada do registro realizado durante ou após as interações, é um procedimento por meio do qual é possível não só diagnosticar, mas também acompanhar e intervir no processo de aprendizagem dos estudantes.

A observação intencional pautada pela BNCC pode ser realizada em momentos estratégicos do processo. Você pode, por exemplo, selecionar algumas atividades dos capítulos (considerando as competências e habilidades envolvidas) que supõem trabalho individual, em grupos ou coletivos que contarão ou não com mediação. O registro e a análise dessas observações deverão orientar as ações pedagógicas, sinalizando a necessidade de retomar conceitos envolvidos na atividade, por meio de intervenções pontuais individuais, ou de planejar outras propostas nas quais a turma seja organizada de diferentes modos, com vistas a promover um ambiente colaborativo de aprendizagem.

Nesse sentido, a observação intencional pode se destinar à formulação de diferentes modos de organizar a turma. Elas possibilitam mapear, por exemplo, os estudantes que necessitam de mais apoio no trabalho com determinadas habilidades ou os que podem atuar como pares mais experientes. É possível propor um programa de tutoria entre os estudantes, com rodízio de tutores, dependendo dos saberes e fazeres que dominam em cada etapa do processo.

Avaliação em Educação Física

A avaliação da aprendizagem é um dos desafios mais complexos do currículo de Educação Física no Ensino Médio. Durante muitos anos, o componente foi embasado nos estudos de aptidão física e no desempenho esportivo, resultando em práticas avaliativas classificatórias, com base em testes físicos e no rendimento técnico esportivo. Gradativamente, essas estratégias foram substituídas por propostas que consideram os objetivos de aprendizagem e os processos vivenciados pelos estudantes.

Ainda hoje, conforme diversas pesquisas sobre a avaliação em Educação Física, como o estudo de De Menezes e Foschiera (2020) com professores de Santa Catarina, a maioria dos professores utiliza principalmente a avaliação pela participação dos estudantes nas aulas práticas (94%), além de provas teóricas (62%) e apresentações de trabalhos individuais e em grupo (56%). Em outro estudo, realizado por Mendes e Rinaldi (2020) com professores do Paraná, mostra que, embora ainda predominem critérios quantitativos para avaliar o desempenho motor e a retenção de informações, muitos professores de Educação Física têm adotado estratégias avaliativas qualitativas, considerando a evolução dos estudantes durante as aulas, a participação em debates e a cooperação com os colegas. As principais estratégias de avaliação utilizadas incluem: observação das aulas, provas teóricas, apresentações orais, pesquisas, seminários e autoavaliação. Nesse sentido, identificamos que os principais desafios da avaliação em Educação Física escolar são:

1. Romper com práticas avaliativas seletivas e classificatórias, que utilizam parâmetros de desempenho físico-motor e técnico e consideram somente o produto final da aprendizagem.
2. Superar práticas de avaliação que consideram apenas a participação dos estudantes nas aulas, sem critérios que evidenciam as aprendizagens adquiridas.
3. Reconhecer a avaliação como parte do processo de ensino e aprendizagem, utilizando-a como ferramenta de acompanhamento e reorientação do planejamento.
4. Diversificar estratégias e instrumentos de avaliação para considerar os múltiplos aspectos da aprendizagem dos estudantes, integrando informações qualitativas.
5. Ampliar a troca de experiências entre professores para acumular práticas exitosas no campo da avaliação.
6. Incentivar a produção acadêmica sobre a temática da avaliação para fomentar melhorias nas práticas pedagógicas e no desenvolvimento do currículo de Educação Física escolar.

Na área de Educação Física escolar, a avaliação já foi compreendida de diferentes maneiras. Darido (1999) descreveu as principais abordagens para a avaliação nessa disciplina. Na abordagem tradicional, a avaliação considerava somente os aspectos físicos, motores e de aptidão física dos estudantes. Nessa concepção, a avaliação é externa ao processo de aprendizagem, caracterizando-se por ser quantitativa, classificatória, excludente e punitiva. Não se considera a aprendizagem de conceitos, procedimentos e atitudes, mas apenas o desempenho físico e motor, que, supostamente, revelaria a dedicação dos estudantes aos objetivos de aptidão física propostos por essa visão. Fica claro que essa concepção que não é compatível com a proposta de ensino por competências e habilidades proposta pela BNCC. Não condiz também com a compreensão de que o objeto de conhecimento das aulas de Educação Física deve ser o uso, apropriação e reflexão crítica da Cultura Corporal de Movimento, o que envolve a produção de gestos autorais e diversificados que não se enquadram no modo de avaliação típico das teorias de comportamento motor que embasam a avaliação tradicional.

No Ensino Médio, essas abordagens avaliativas tradicionais não contribuem para que os estudantes se percebam e ampliem seu autoconhecimento. Pelo contrário, elas afastam das aulas aqueles estudantes que não se enquadram no perfil de padrões físicos e técnicos exigidos pelo esporte. Essas perspectivas de avaliação não incluem os estudantes como sujeitos do processo de aprendizagem. Em vez de uma concepção de medida, é preciso compreender a avaliação como uma bússola que orienta a escolha dos caminhos de aprendizagem e favorece o autoconhecimento, guiando os estudantes na assunção de responsabilidades por suas aprendizagens e ajudando você a revisar suas práticas de acordo com a diversidade dos estudantes presentes em suas aulas.

A avaliação em Educação Física também foi influenciada pelas concepções crítica e pós-crítica do currículo. Essas perspectivas dialogaram com a concepção de avaliação presente em diversos documentos curriculares de estados e municípios brasileiros, elaborados antes da homologação da BNCC, o que demonstra que, ao menos nas proposições curriculares, novas perspectivas avaliativas vêm sendo construídas na área há alguns anos.

Atualmente, a avaliação em Educação Física escolar é compreendida como um processo constante de diálogo entre professor e os estudantes por meio da produção de registros dos processos de mapeamento, ressignificação e ampliação de conhecimentos acerca da Cultura Corporal de Movimento. Professores e estudantes se envolvem na produção de pesquisas, desenhos, fotografias, vídeos e relatos, anotações de campo, produção de textos, apresentações, debates e discussões em torno das temáticas abordadas durante o processo pedagógico. Valoriza-se o diálogo e a autoavaliação como formas de tomada de consciência dos estudantes sobre como avançaram e como poderiam buscar novas possibilidades de continuar aprendendo.

A avaliação deve estar a serviço do compromisso ético de garantir a aprendizagem de todos os estudantes, por meio da criação de dispositivos de diferenciação das situações de aprendizagem, da construção de devolutivas individualizadas e do apoio na elaboração de processos de autoavaliação e autorregulação. A avaliação deve estar orientada para promover igualdade e equidade de oportunidades de sucesso nos processos de aprendizagem oferecidos pela escola, garantindo, por meio da justiça curricular, o combate às desigualdades históricas que colocaram muitos jovens em condições precárias de acesso, permanência

e qualidade no ensino. Nessa perspectiva, a avaliação deve dialogar com a diversidade das juventudes, culturas juvenis e diferentes modos de aprender, integrando práticas e estratégias que considerem os diferentes capitais culturais, ritmos e estilos de aprendizagem dos jovens do Ensino Médio, bem como suas culturas e contextos de desenvolvimento na comunidade.

A INTERDISCIPLINARIDADE E O CURRÍCULO INTEGRADO NO VOLUME

A **interdisciplinaridade**, no contexto do Ensino Médio, pode se constituir em elemento central na renovação curricular proposta nos documentos oficiais.

O professor Juares da Silva Thiesen explica que as diferentes abordagens teóricas da interdisciplinaridade não questionam a produção do conhecimento ligada às disciplinas, com suas etapas de investigação, produção e divulgação. Pelo contrário, essas propostas promovem um intercâmbio temático, conceitual e procedimental entre as disciplinas:

> O que se propõe é uma profunda revisão de pensamento, que deve caminhar no sentido da intensificação do diálogo, das trocas, da integração conceitual e metodológica nos diferentes campos do saber (Thiesen, 2008, p. 548).

Mesmo pesquisadores e teóricos brasileiros da interdisciplinaridade, como Ivani Fazenda (2008), no campo da pedagogia, não negam a importância das disciplinas como espaços de organização, sistematização e socialização do conhecimento. O que se propõe é que os conhecimentos produzidos na dimensão da disciplina sejam considerados parciais. Para superar essa parcialidade, é necessário reconhecer o caráter interdependente e interativo existente entre os diversos componentes curriculares. Cada disciplina deve garantir a profundidade de seus conteúdos específicos, mas esse esforço deve estar articulado a uma proposta mais abrangente, em que os resultados obtidos em cada área se integrem e convirjam, superando antigas fronteiras existentes entre elas.

O projeto político-pedagógico da Educação Física no Ensino Médio deve estar alinhado ao da escola. Ele deve buscar a concretização da integração curricular, promovendo a colaboração entre os docentes da área de Linguagens e das outras áreas do conhecimento.

No mundo globalizado em que vivemos, professores e jovens se deparam com a complexidade dos acontecimentos sociais, a diversidade cultural, o agravamento de problemas ambientais e sociais, o que torna necessárias abordagens curriculares igualmente complexas e problematizadoras. Tradicionalmente, os conhecimentos selecionados para compor o currículo escolar foram tratados de maneira fragmentada, sem diálogo com o contexto e as problemáticas enfrentadas pelos jovens em seu cotidiano. Essa forma de conceber o currículo tem sido questionada desde o início do século XX, mas iniciativas para romper com os limites do currículo disciplinar ainda encontram barreiras para se efetivar no cotidiano escolar. Por isso, além de dominar as especificidades dos objetos de conhecimento da Educação Física, é necessário estar aberto a promover a integração curricular e a tratar a Cultura Corporal de Movimento como objeto complexo que permeia todo o currículo do Ensino Médio.

James A. Beane (2003) propõe o conceito de **integração curricular**. Para o autor, a integração curricular é a essência de uma escola democrática, pois ela possibilita organizar o ensino em unidades temáticas relacionadas a questões relevantes para os estudantes e a problemas sociais e culturais que exigem uma análise aprofundada com base no conhecimento historicamente produzido nos diferentes componentes curriculares. Essa integração não parte apenas do ponto de vista dos conhecimentos disciplinares, mas considera: a integração das culturas juvenis, os pontos de vista dos jovens sobre o mundo, a ciência e a cultura; a integração da escola com a comunidade; a integração entre os diferentes atores do currículo (professores e estudantes, estudantes e colegas, professores entre si, e professores, estudantes e comunidade). Além disso, envolve a integração da pluralidade cultural e das diferentes vozes sociais e a associação de conhecimentos e linguagens que apoiem o desenvolvimento integral, crítico e cidadão dos estudantes. Nessa perspectiva, o trabalho integrado busca estabelecer relações múltiplas em diversas direções, sempre considerando o protagonismo dos estudantes e suas intervenções na comunidade e na sociedade.

A integração curricular pode ocorrer por meio de diferentes estratégias como: desenvolvimento de projetos a partir de um tema gerador; planejamento de sequências de atividade interdisciplinares; desenvolvimento de projetos de investigação centrados em questões levantadas pelos estudantes; mobilização conjunta do mesmo rol de competências; uso de metodologias ativas e participativas e pelo trabalho com os temas transversais contemporâneos sugeridos na política educacional brasileira.

A integração dos componentes curriculares da área de Linguagens e suas Tecnologias se dá também pela partilha de uma mesma concepção teórico-metodológica sobre o trato pedagógico com as linguagens, bem como pela fundamentação comum nos marcos legais do Ensino Médio, no conceito de educação integral, na centralidade das culturas e no protagonismo juvenil como eixos das aprendizagens. Segundo a BNCC, a área deve possibilitar que os jovens possam participar plenamente das práticas socioculturais que envolvem o uso das linguagens. Por isso, nas aulas de Educação Física e nos projetos integrados da área, o objetivo não é trabalhar exclusivamente com aspectos formais das linguagens, mas abordá-las como práticas sociais com sentido e significado para quem as produz e interpreta. O intuito é o de que os estudantes possam consolidar e ampliar suas habilidades no uso e na reflexão sobre as linguagens. Em Educação Física, "explorar o movimento e a gestualidade em práticas corporais de diferentes grupos culturais e analisar os discursos e os valores associados a elas, bem como os processos de negociação de sentidos que estão em jogo na sua apreciação e produção" (Brasil, 2018, p.484).

As propostas interdisciplinares estão presentes em diferentes capítulos do volume. No capítulo **2**, por exemplo, a interdisciplinaridade é concretizada ao conectar as propostas das aulas de Educação Física com:

- **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas:** analisando as relações de poder, as desigualdades sociais e a construção de identidades por meio das práticas corporais e da cultura juvenil. Na seção **Embarque**, a habilidade **EM13CHS101** é o ponto de partida, convidando os estudantes a analisar como as culturas juvenis se apropriam e reinterpretam práticas corporais, criando narrativas e linguagens próprias. Ao discutir a representatividade de jovens de diferentes origens e identidades, a habilidade **EM13CHS103** também é mobilizada, promovendo a reflexão sobre as relações entre identidade, cultura e resistência. Já o aprofundamento da habilidade **EM13CHS101** ocorre ao explorar a relação entre o *breaking*, o espaço urbano e a formação de territorialidades no movimento *hip-hop*. A habilidade **EM13CHS204** é trabalhada ao se analisar as origens do *breaking* nos Estados Unidos e sua

apropriação por diversas culturas juvenis, incluindo as indígenas brasileiras, destacando a diversidade na construção de territórios culturais e o papel do *breaking* como ferramenta de expressão e resistência. Já a habilidade **EM13CHS401** é trabalhada ao se investigar como o forró se transforma em resposta a mudanças tecnológicas, sociais e culturais, tanto no campo quanto na cidade. Já a **EM13CHS501** é acionada ao se analisar as representações de gênero e os estereótipos nas letras de forró, promovendo a reflexão sobre a ética e o respeito nas interações sociais, especialmente na dança. A habilidade **EM13CHS401** é novamente explorada ao se analisar como o ciclismo e o *skate* refletem as transformações sociais e tecnológicas, impactando a ocupação e a interação com o espaço urbano. A habilidade **EM13CHS501** é aplicada na discussão sobre o direito a cidades sustentáveis e a importância da convivência democrática e ética no trânsito. Além disso, a 4ª Parada também se relaciona com a habilidade **EM13CHS101**, convidando os estudantes a refletirem sobre como as práticas corporais de aventura na natureza podem ser veículos de expressão de diferentes visões de mundo e de engajamento em causas sociais.

- **Ciências da Natureza e suas Tecnologias:** investigando os impactos ambientais das práticas corporais e a importância da sustentabilidade. A habilidade **EM13CNT301** é trabalhada ao se investigar os impactos da poluição e as alternativas sustentáveis de transporte, incentivando os estudantes a elaborar hipóteses e a buscar soluções para melhorar a qualidade de vida nas cidades. A habilidade **EM13CNT302** também é abordada ao se discutir o direito a cidades sustentáveis com base em argumentos científicos. Por fim, a habilidade **EM13CNT306** é aplicada na discussão sobre a importância de comportamentos seguros no uso de bicicletas e *skates*, promovendo a compreensão dos riscos e a adoção de medidas preventivas. A habilidade **EM13CNT304** é trabalhada à medida que os estudantes analisam os impactos ambientais da prática do surfe, desde a produção de equipamentos até o descarte inadequado de resíduos. Ao investigar as iniciativas de surfistas e organizações como o EcoSurf na promoção da sustentabilidade, os estudantes são incentivados a elaborar hipóteses e propor soluções para minimizar esses impactos.
- **Matemática e suas Tecnologias:** utilizando dados e estatísticas para analisar a mobilidade urbana e a poluição. A habilidade **EM13MAT406** é desenvolvida ao se analisar dados sobre emissões de poluentes por diferentes tipos de veículos, promovendo a compreensão de gráficos e tabelas e a interpretação de informações quantitativas.

No capítulo **6**, são apresentadas possibilidades de integração interdisciplinar:

- Na área de Linguagens e suas Tecnologias, pela abordagem temática do samba de roda como dança de matriz africana, que também é objeto de conhecimento de Arte. Além disso, o capítulo dialoga com relações entre cultura afro-brasileira e artes visuais ao tratar de obras de Carybé e com a linguagem musical presente na capoeira e no samba de roda. Outra conexão com Arte é o uso da isogravura, da estamparia em camisetas e da fotografia como recursos das linguagens artísticas para o posicionamento crítico dos estudantes. Com Língua Portuguesa, a interdisciplinaridade se efetiva pelo trabalho com práticas de leitura de artigo científico, de excertos de textos acadêmicos e de letras de canções, além de processos de leitura inferencial, interpretação de textos e produção de registros escritos.
- Na área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas, ao mobilizar a habilidade **EM13CHS502,** promovida por meio da discussão sobre a capoeira e o samba de roda como patrimônios culturais imateriais, o capítulo oferece uma oportunidade de desnaturalizar e problematizar as desigualdades históricas e sociais enfrentadas pelas populações afro-brasileiras. Os estudantes analisam de que maneira essas práticas culturais foram marginalizadas e como, ao serem reconhecidas como patrimônios, representam uma resistência à discriminação e uma celebração da diversidade. O trabalho com a habilidade **EM13CHS103** é mobilizado na 2ª Parada, em que o estudo das origens da capoeira permite que os estudantes elaborem argumentos a partir da sistematização de dados históricos e culturais, relacionando a capoeira com processos políticos, sociais e culturais do Brasil. Esse mesmo enfoque se encontra na análise do samba de roda e suas transformações, na 3ª Parada. E na 4ª Parada, pelo trato pedagógico relativo ao preconceito racial e religioso.

Planejamento das aprendizagens

O planejamento é considerado um dos elementos centrais do ato pedagógico, de acordo com o pesquisador Cipriano Carlos Luckesi. Para ele, esse ato "inicia-se com o estabelecimento de metas, com o planejamento. Sob sua guia, segue a execução, que, dialeticamente, soma-se à avaliação, para que se produza o resultado desejado" (Luckesi, 2011, p. 19).

É por meio da elaboração do planejamento, de sua execução e avaliação que a escola afirma sua autonomia e seu saber específico. Sem um planejamento consistente, escolas e professores perdem a oportunidade de ampliar seu repertório pedagógico e de promover um contexto educacional mais efetivo.

O planejamento cria as condições necessárias para o estudo, o diagnóstico e a elaboração de novas estratégias que possibilitem superar os problemas diagnosticados. Ele também sinaliza para os estudantes as relações de continuidade e progressão entre as aulas, estabelecendo objetivos claros pelos quais serão avaliados. Por isso, ao planejar, você deve considerar os diferentes perfis, as especificidades e os interesses das turmas com as quais vai trabalhar, a fim de articular estratégias didáticas que sejam relevantes para o conteúdo e adequados à realidade da turma.

Para elaborar o planejamento, você precisa considerar o que os estudantes já desenvolveram em termos de conhecimentos, habilidades, atitudes e valores, respeitando os diferentes níveis de escolaridade. Nesse sentido, o planejamento se enriquece à medida que leva em conta a diversidade dos sujeitos e suas trajetórias de vida, tanto dentro quanto fora da escola. Contemplar e articular a diversidade de saberes no planejamento é um desafio para a educação. Por isso, é fundamental desenvolver procedimentos de mapeamento que identifiquem os saberes prévios dos estudantes no início dos períodos letivos.

Uma possibilidade para realizar esse mapeamento é por meio da avaliação diagnóstica. Com base nela, o planejamento pode ser ajustado para refletir a realidade da turma. Assim, a flexibilização do planejamento deve ocorrer a partir de diagnósticos bem fundamentados. Como afirma Libâneo (2006), o planejamento escolar:

> – seja da escola, seja do professor – está condicionado pelo nível de preparo em que os alunos se encontram em relação às tarefas da aprendizagem. Conforme temos reiterado, os conteúdos de ensino são transmitidos para que os alunos os assimilem ativamente e os transformem em instrumentos teóricos e práticos para a vida prática. Saber em que pé estão os alunos (suas experiências, conhecimentos anteriores, habilidades e hábitos de estudo, nível de

desenvolvimento) é medida indispensável para a introdução de conhecimentos novos e, portanto, para o êxito de ação que se planeja (Libâneo, 2006, p. 228-229).

O planejamento possui duas dimensões: uma individual e uma coletiva. Na dimensão individual, deve-se considerar a progressão subjetiva de cada estudante, levando em conta sua trajetória pessoal e escolar, bem como a compreensão dos conteúdos e habilidades aos quais foi exposto. Como os perfis dos estudantes são diferentes, os das turmas também variam, tornando essencial que o planejamento respeite as individualidades dentro do conjunto.

Portanto, uma das principais características de um bom planejamento é a flexibilidade. No tópico **Avaliação** deste manual, são apresentadas informações mais detalhadas sobre como realizar o diagnóstico, garantindo uma melhor adequação às necessidades dos estudantes.

Planejamento participativo

Para desenvolver um planejamento atento às diversas camadas de compromisso envolvidas na prática de ensino e aprendizagem, é importante que esse momento da atividade docente seja visto como parte do processo pedagógico. Isso requer um tempo efetivo de articulação entre professores, equipe pedagógica, estudantes e demais membros da comunidade escolar. Quanto mais sujeitos estiverem envolvidos, maior será a possibilidade de que o planejamento se constitua satisfatoriamente. Como afirma Moretto (1997),

> O planejamento é o resultado de um projeto de escola e de educação sonhado e idealizado pelo coletivo escolar. Há que se buscar uma proposta de planejamento das ações pedagógicas buscando criar as melhores condições para que os alunos construam seus conhecimentos a partir dos saberes socialmente elaborados, com mediação do professor (Moretto, 1997, p. 9).

A dimensão coletiva do planejamento deve considerar a pluralidade de perfis para elaborar propostas de continuidade e progressão no trabalho didático. Nesse contexto, o trabalho docente deve atender a diversos níveis de expectativas: do próprio professor, como sujeito ativo e participante do processo de aprendizado; as dos estudantes, considerando suas expectativas em relação à permanência na escola e a integração dessa etapa ao seu projeto de vida; as da escola como um todo, que, como organismo integrado, constrói um ambiente coletivo; e as da comunidade escolar, que abrange as expectativas dos familiares e da sociedade.

Para criar um planejamento com potencial para atingir suas metas, é importante que os professores de Educação Física, com o apoio da equipe pedagógica, reservem um tempo efetivo para conversar com os estudantes e demais membros da comunidade escolar, o que pode incluir as famílias dos estudantes. Como afirmado anteriormente, quanto mais sujeitos estiverem envolvidos nesse processo, maiores são as chances de que o planejamento se constitua como uma etapa legítima e valorizada.

Durante essa reunião, é importante esclarecer aos estudantes e suas famílias que, diante das mudanças nos contextos sociais, são necessárias adaptações no planejamento. Após essa conversa ampliada, sugerimos que você elabore um planejamento individual, estabelecendo metas e principais meios para alcançá-las. Para estabelecer as metas, consulte o quadro com a distribuição das competências gerais, das competências específicas e das respectivas habilidades da área de Linguagens e suas Tecnologias, organizado por capítulo.

O planejamento educacional é um processo contínuo que visa criar as melhores condições de aprendizagem para os estudantes. Por meio desse processo, busca-se integrar dados da realidade, intencionalidades educativas, e definir as formas de mediação e avaliação da aprendizagem. Planejar o trabalho pedagógico exige rigor, sistematização e sensibilidade às necessidades dos estudantes. Por isso, é importante que esse processo seja apoiado por registros, como planos de curso, projetos de ensino-aprendizagem, planos de unidade e planos de aula.

A seguir, apresentamos uma estratégia prática denominada Semana de Elaboração do Planejamento (SEP), que pode ser organizada com a seguinte configuração:

SEMANA DE ELABORAÇÃO DO PLANEJAMENTO	
Dia	**Atividade**
Segunda-feira	Realização de um seminário, do qual devem participar professores, equipe pedagógica, estudantes e, eventualmente, familiares. Nesse seminário, podem ser levantadas questões como: "Quais são as conquistas mais recentes da escola?", "Quais são as dificuldades que a escola precisa enfrentar com maior urgência?" e "Quais metas gerais devem ser alcançadas, no que diz respeito ao trabalho com a área de Linguagens e suas Tecnologias? E em relação às aulas de Educação Física?".
Terça-feira	Realização do planejamento individual por cada professor da área de Linguagens e suas Tecnologias, estabelecendo metas e principais meios para alcançá-las.
Quarta-feira	Realização de um planejamento coletivo da escola para os três anos do Ensino Médio no que se refere à área de Linguagens e suas Tecnologias e possibilidades de integração da Educação Física ao trabalho de outros componentes curriculares da área, além de proposições interdisciplinares com outras áreas de conhecimento.
Quinta-feira	Realização de reunião ampliada, com participação dos estudantes, para que sejam apresentadas a eles as metas e os principais meios para atingi-las (pode ser um momento oportuno para apresentar a eles, ainda que rapidamente, os capítulos do volume que serão trabalhados ao longo do ano em cada turma). Ouvir os estudantes caso queiram sugerir alguma alteração no planejamento; discutir com eles as possibilidades ou impossibilidades de atender às sugestões.
Sexta-feira	Realização de reunião entre os professores da área de Linguagens e suas Tecnologias para consolidar o planejamento coletivo elaborado pelo grupo com a participação de toda a comunidade escolar. Realização de uma reunião com professores de outras áreas de conhecimento para promover a integração com as aulas de Educação Física.

É fundamental que o planejamento das aulas de Educação Física esteja alinhado ao currículo da rede de ensino e ao projeto político-pedagógico da escola em que você atua. Para isso, é necessário considerar o trabalho integrado com os demais componentes da área de Linguagens e suas Tecnologias e de outras áreas de conhecimento. Além disso, é essencial valorizar a escuta e a participação dos estudantes com os quais você trabalha, garantindo que suas perspectivas e experiências sejam incorporadas ao planejamento. Com o objetivo de fornecer subsídios para a integração dessa obra ao seu planejamento autoral, apresentamos a seguir algumas sugestões de planejamento.

Como integrar o volume de Educação Física ao planejamento?

Para elaborar o planejamento com autonomia, utilizando o volume de Educação Física como base, é importante conhecer alguns pontos específicos. O primeiro é que existem possibilidades de construção de aulas conjuntas com os professores da área de Linguagens e suas Tecnologias e com professores de outras áreas do conhecimento previstas na BNCC do Ensino Médio. Sugestões para esse tipo de trabalho estão descritas de forma mais detalhada nas **Orientações específicas** deste manual.

Neste volume, três verbos sinalizam diferentes objetivos para a progressão dos conhecimentos de Educação Física em relação ao que foi estudado no Ensino Fundamental: consolidar, aprofundar e ampliar. Esses objetivos, representados por esses três verbos, refletem movimentos importantes de decisão que orientaram a obra, tais como: maior complexidade das práticas corporais e dos fenômenos sociais que repercutem nos usos dessas linguagens; foco no desenvolvimento de habilidades reflexivas; maior atenção ao desenvolvimento de habilidades de produção de textos analíticos, críticos, propositivos e criativos; incorporação das práticas da cultura digital; ampliação do repertório sociocultural de maneira abrangente e inovadora; inclusão de práticas corporais da tradição brasileira e suas referências; e valorização de práticas das culturas juvenis, incentivando a apropriação crítica e criativa.

E como os três verbos mencionados tornaram-se centrais na materialização da progressão na obra?

No 1º ano, a escolha foi por um trabalho efetivo de consolidação do que havia sido estudado no Ensino Fundamental. Em outras palavras, optou-se por evidenciar movimentos de retomada e limitar, ao necessário, a apresentação de novos objetos de conhecimento que fossem inéditos para os estudantes.

No 2º ano, o foco foi o aprofundamento, ou seja, a prioridade foi evidenciar movimentos de complexificação do que já havia sido abordado no Ensino Fundamental e retomado no 1º ano.

No 3º ano, o objetivo foi a ampliação. Isso significa que o foco esteve em ir além do que já fora abordado no Ensino Fundamental, retomado no 1º ano e aprofundado no 2º ano, fomentando a interação dos estudantes com saberes que podem conduzir a uma sistematização mais ampla e ao descobrimento de novos conhecimentos e culturas.

Assim, para auxiliar na organização pedagógica, exemplificamos a seguir a distribuição sugerida dos capítulos ao longo dos três anos do Ensino Médio.

1º ano do Ensino Médio: capítulos 1, 2 e 3

Os três primeiros capítulos têm como objetivo introduzir os estudantes na diversidade da Cultura Corporal de Movimento, abrangendo danças, práticas corporais de aventura e o fenômeno esportivo. Eles ampliam a compreensão sobre a importância da Cultura Corporal de Movimento e das juventudes nas práticas culturais. As produções finais incluem a criação de perfis para ciberativismo, a campanha de conscientização e a produção de festival cinematográfico sobre o mundo esportivo, explorando as habilidades de curadoria e produção de informações.

2º ano do Ensino Médio: capítulos 4, 5 e 6

No segundo ano, os temas abordados têm como foco o envelhecimento ativo, as brincadeiras e jogos e as manifestações culturais brasileiras, como a capoeira e o samba de roda. Nesse momento, o ensino busca incentivar a reflexão sobre a continuidade do movimento ao longo da vida, o valor social das práticas corporais e as matrizes culturais brasileiras. As atividades finais incluem a organização de eventos na escola para compartilhar a cultura corporal dos idosos da comunidade, pesquisas documentais e manifestações culturais, refletindo assim o foco em práticas que promovem a cidadania e a valorização do multiculturalismo. Isso proporciona aos jovens do segundo ano a oportunidade de exercer seu protagonismo comunitário.

3º ano do Ensino Médio: capítulos 7 e 8

No terceiro ano, o foco é ampliar a visão global sobre as práticas corporais, explorando manifestações culturais de diferentes regiões e o esporte como espetáculo. O objetivo é promover uma análise crítica e globalizada das práticas corporais, incentivando os estudantes a compreender as influências culturais globais e as implicações sociais do esporte. As atividades finais sugerem a criação de *podcasts* sobre práticas corporais de diferentes culturas e a organização de festival esportivo inclusivo, o que ajuda a conectar a análise das práticas a produções mais complexas e de finalização da trajetória estudantil no Ensino Médio.

A progressão estruturada no volume segue uma lógica que vai desde a introdução e exploração da diversidade cultural e das práticas corporais juvenis, passando pela valorização das práticas tradicionais e pelas questões ligadas ao envelhecimento ativo, até culminar em uma análise crítica das influências globais nas práticas corporais e na relação com o espetáculo esportivo. Essa organização promove uma compreensão progressiva da Cultura Corporal de Movimento ao longo do Ensino Médio, com ênfase em ações práticas e engajamento comunitário.

Entretanto, como essa progressão não é linear, caso considere necessário, você tem autonomia para propor alterações na ordem de apresentação dos capítulos, com base no conhecimento específico que possui da turma. Em uma escola que busca bases democráticas e valoriza a autonomia docente, a organização proposta pelo livro didático não deve se impor de maneira rígida, mas sim respeitar o contexto e as características dos sujeitos envolvidos.

A seguir, apresentamos algumas sugestões de cronograma com base na organização do ano letivo por bimestre, trimestre ou semestre. No entanto, você pode organizar seu planejamento utilizando outros critérios, levando em consideração a importância dos objetos de conhecimento, os diferentes perfis e interesses dos estudantes e, claro, os objetivos delineados no Projeto Político-Pedagógico (PPP) da escola.

SUGESTÃO DE CRONOGRAMA

Independentemente do arranjo curricular adotado, todas as habilidades de Educação Física previstas na BNCC para o Ensino Médio serão abordadas de maneira significativa com os estudantes.

Organização bimestral, trimestral e semestral

Ano	Semestre	Trimestre	Bimestre	Capítulo
1º ANO	1º semestre	1º trimestre	1º bimestre	**1.** Cultura Corporal de Movimento e vida em sociedade
			2º bimestre	
	2º semestre	2º trimestre	3º bimestre	**2.** Danças e práticas corporais de aventura: culturas juvenis em foco
		3º trimestre	4º bimestre	**3.** Experiência esportiva: múltiplas conexões

Ano	Semestre	Trimestre	Bimestre	Capítulo
2º ANO	1º semestre	1º trimestre	1º bimestre	**4.** Envelhecimento ativo, saúde coletiva e ginástica
			2º bimestre	
	2º semestre	2º trimestre	3º bimestre	**5.** Brincadeiras e jogos: múltiplos significados
		3º trimestre	4º bimestre	**6.** No ritmo da capoeira e do samba de roda

Ano	Semestre	Trimestre	Bimestre	Capítulo
3º ANO	1º semestre	1º trimestre	1º bimestre	**7.** Práticas corporais: nações e culturas
			2º bimestre	
	2º semestre	2º trimestre	3º bimestre	**8.** Esporte: espetáculo de multidões
		3º trimestre	4º bimestre	

BIBLIOGRAFIA COMENTADA

Aires, Joanez Aparecida. Integração curricular e interdisciplinaridade: sinônimos? *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 36, n. 1, p. 215-230, jan./abr. 2011. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/educacaoerealidade/article/view/9930/11573. Acesso em: 8 out. 2024.

Nesse artigo, o autor explica o conceito de integração curricular.

Arroyo, Miguel G. Os jovens, seu direito a se saber e o currículo. *In*: Dayrell, Juarez; Carrano, Paulo; Maia, Carla Linhares (org.). *Juventude e ensino médio*: sujeitos e currículos em diálogo. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2014. p. 157-203.

No texto, o autor defende o direito de os jovens do Ensino Médio participarem das decisões do currículo e da avaliação.

Bacich, Lilian; Moran, José (org.). Metodologias ativas para uma educação inovadora. Porto Alegre: Penso, 2018. *E-book*.

A obra debate a participação efetiva dos estudantes em seu processo de construção do conhecimento e desenvolvimento de habilidades, ocasionada pela incorporação das metodologias ativas nas práticas pedagógicas, ressaltando a mediação do professor e o uso das tecnologias digitais nesse processo.

Beane, James A. Integração curricular: a essência de uma escola democrática. *Currículo sem Fronteiras*, [*s. l.*], v. 3, n. 2, p. 91-110, jul./dez. 2003. Disponível em: https://biblat.unam.mx/hevila/CurriculosemFronteiras/2003/vol3/no2/5.pdf. Acesso em: 16 maio 2024.

Nesse artigo, o autor explicita a concepção de integração curricular como modo de organizar o currículo com o objetivo de favorecer a participação ativa e cidadã dos estudantes.

Betti, Mauro. Educação Física e sociedade [recurso impresso e eletrônico]: a Educação Física na escola brasileira. 3. ed. rev. Ijuí: Ed. Unijuí, 2020. 244 p. (Coleção Educação Física).

No livro, o autor apresenta uma perspectiva cultural de Educação Física.

Bracht, Valter. *A Educação Física escolar no Brasil*: o que ela vem sendo e o que pode ser (elementos de uma teoria para a Educação Física). Ijuí: Unijuí, 2019.

Nessa obra, o autor faz uma análise ampla das perspectivas teórico-metodológicas da Educação Física escolar, desde o movimento renovador da década de 1980 até a concretização de práticas inovadoras na contemporaneidade.

Bracht, Valter.; Almeida, Felipe Quintão de. Pedagogia crítica da Educação Física: dilemas e desafios na atualidade. *Movimento* (ESEFID/UFRGS), Porto Alegre, v. 25, p. 25068, 2019. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/96196. Acesso em: 8 out. 2024.

Nesse artigo, os autores elucidam o compromisso das teorias críticas da Educação Física escolar com a justiça social, ressaltando a necessidade de fortalecer ações para lidar com os desafios da concretização de pedagogias críticas no cotidiano escolar.

Brasil. Ministério da Educação (MEC). Secretaria de Educação Básica (SEB). *Base Nacional Comum Curricular*: educação é a base. Brasília, DF: MEC/SEB, 2018. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/escola-em-tempo-integral/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal.pdf. Acesso em: 1 out. 2024.

O documento estabelece os direitos de aprendizado essenciais que devem ser garantidos a todos os estudantes da Educação Básica no país. Nele, são definidas competências e habilidades que devem pautar o processo de aprendizagem em todos os segmentos de ensino, desde a Educação Infantil até o Ensino Médio.

Brasil. Ministério da Educação (MEC). *Temas Contemporâneos Transversais na BNCC*: proposta de práticas de implementação, 2019. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/implementacao/guia_pratico_temas_contemporaneos.pdf. Acesso em: 16 set. 2024.

Esse material de apoio produzido pelo MEC descreve as Macroáreas e os TCTs, tratando de suas relações com o ensino integral e com os direitos de aprendizagem definidos pela BNCC.

Brasil. Ministério da Educação. *Projeto de vida*: ser ou existir? Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/implementacao/praticas/caderno-de-praticas/aprofundamentos/200-projeto-de-vida-ser-ou-existir. Acesso em: 16 set. 2024.

Nessa publicação, o MEC elucida aspectos do trabalho com projeto de vida no currículo escolar.

Brasil. Ministério da Educação (MEC). *Parâmetros Curriculares Nacionais (Ensino Médio)*. Brasília, DF: MEC, 2000. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/blegais.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

Documento que estabelece diretrizes legais para o currículo do Ensino Médio, auxiliando na padronização da educação em nível nacional.

Brasil. Ministério da Educação (MEC). Secretaria de Educação Básica (SEB). *PCN + Ensino Médio*: orientações educacionais complementares aos Parâmetros Curriculares Nacionais – Linguagens, Códigos e suas Tecnologias. Brasília, DF: MEC/SEB, 2002. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/linguagens02.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

Orientações complementares que fornecem subsídios adicionais para o ensino de Linguagens, Códigos e suas Tecnologias no Ensino Médio.

Brasil. Ministério da Educação (MEC). Secretaria de Educação Básica (SEB). *Orientações curriculares para o ensino médio*: Linguagem, Códigos e suas Tecnologias. Brasília, DF: MEC/SEB, 2006. v. 1. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/book_volume_01_internet.pdf. Acesso em: 8 out. 2024.

Documento orientador que oferece diretrizes para o ensino de Linguagens e Tecnologias no Ensino Médio, promovendo uma educação integrada e eficiente.

Bungenstab, Gabriel Carvalho. *Dando voz aos estudantes na cidade de Goiânia/GO*: investigações sobre a "crise" entre os jovens e o Ensino Médio. 2016. 171 f. Tese (Doutorado em Sociologia) – Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2016.

Nessa tese de doutoramento, o autor aprofunda discussões acerca das juventudes no campo da Educação Física escolar.

Campos, M. J. "CRIE"... Porque todas as crianças precisam brincar! *Revista da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoa com Deficiência*, Lisboa, v. 5, n. 1, p. 22-28, 2019. Disponível em: https://fpdd.org/wp-content/uploads/2019/12/3_Paper-3-paginas-22-a-28.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

O artigo destaca a importância da inclusão nas atividades físicas e esportivas, apresentando o modelo "CRIE" como uma proposta prática para adaptar variáveis das aulas de Educação Física.

Castellani Filho, Lino *et al*. *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

Obra clássica do pensamento crítico da Educação Física escolar responsável por disseminar a perspectiva cultural no início dos anos 1990.

Daolio, Jocimar**.** A Educação Física escolar como prática cultural: tensões e riscos. *In*: Daolio, Jocimar (coord.). *Educação Física escolar*: olhares a partir da cultura. Campinas: Autores Associados, 2010. p. 5-18.

Nesse artigo, o autor aborda três questões e os riscos que emergem na área de Educação Física como prática cultural: uma avaliação simbólica da Educação Física escolar; uma tensão entre

unidade e diversidade presente na área; e a relação com o outro na dinâmica pedagógica da Educação Física escolar.

Daolio, Jocimar. *Educação Física e o conceito de cultura*: polêmicas do nosso tempo. E-book. Campinas: Autores Associados, 2018. *E-book*. 92 p.

O autor explora o conceito de cultura na Educação Física, destacando as polêmicas e desafios no campo da prática pedagógica e da inserção do componente na formação integral dos estudantes.

Daolio, Jocimar. Os significados do corpo na cultura e as implicações para a Educação Física. *Movimento*, Porto Alegre, v. 2, n. 2, p. 24-28, jun. 1995.

Nesse artigo, o autor propõe uma reflexão sobre os diversos significados culturais atribuídos ao corpo, explorando seus impactos para os profissionais de Educação Física, que trabalham com o ser humano por meio do corpo e, por extensão, com esses significados.

Darido, Suraya Cristina. Os conteúdos da Educação Física na escola. *In*: Darido, Suraya Cristina; Rangel, Irene Conceição Andrade (org.). *Educação Física na escola*: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 64-78.

Discussão sobre os conteúdos que devem ser trabalhados nas aulas de Educação Física, levando em consideração as implicações pedagógicas e as necessidades dos estudantes.

Dayrell, Juarez; Carrano, Paulo; Maia, Carla Linhares (org.). Juventude e Ensino Médio: quem é este aluno que chega à escola. *Juventude e Ensino Médio: sujeitos e currículos em diálogo*. Belo Horizonte: UFMG, p. 101-133, 2014. Disponível em: https://educacaointegral.org.br/wp-content/uploads/2015/01/livro-completo_juventude-e-ensino-medio_2014.pdf. Acesso em: 11 out. 2024.

O livro é um coletânea que reúne pesquisadores brasileiros para discutir as juventudes e os currículos do Ensino Médio. Inclui análises sobre identidades juvenis, anseios e direitos de aprendizagem que a escola precisa acolher, além de premissas para a organização do currículo e dos saberes escolares.

Oliveira, Mayla dos Santos de; Kawashima, Larissa Beraldo. Educação Física e os esportes paralímpicos: experiência de adaptação para as aulas do ensino médio. *Revista Profissão Docente*, Uberaba, v. 24, n. 49, p. 1-23, 2024. Disponível em: https://revistas.uniube.br/index.php/rpd/article/view/1591. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo descreve uma experiência educativa sobre esportes paralímpicos no Ensino Médio, enfatizando a inclusão social e a reflexão sobre a acessibilidade.

Farias, Alison Nascimento *et al*. Classificação dos esportes na Educação Física escolar: elaboração e validação de uma unidade didática no ensino médio. *Motrivivência*, Florianópolis, v. 35, n. 66, p. 1-25, 2023. DOI: 10.5007/2175-8042.2023.e93145. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/93145. Acesso em: 2 out. 2024.

A pesquisa destaca a importância de adaptar materiais didáticos e estratégias para o ensino do esporte na Educação Física, no Ensino Médio.

Fazenda, Ivani (org.). *O que é interdisciplinaridade?* São Paulo: Cortez, 2008.

O livro discute, a partir de diferentes perspectivas, o conceito de interdisciplinaridade, considerando a rede semântica e polissêmica que o cerca. A obra destaca ainda a importância de, no universo escolar, o professor assumir uma atitude interdisciplinar, convidando-o a investigar a própria prática.

Fiorin, José Luiz. *Argumentação*. São Paulo: Contexto, 2016.

Esse livro usa exemplos de textos literários e da mídia impressa para discutir as bases da argumentação, expondo as principais organizações discursivas utilizadas para a persuasão.

KOCH, Ingedore Villaça; ELIAS, Vanda Maria. *Escrever e argumentar*. São Paulo: Contexto, 2016.

Nesta obra, as professoras Ingedore Villaça Koch e Vanda Maria Elias tratam da argumentação na produção escrita e apresentam, de forma simples e didática, as principais estratégias argumentativas à disposição no momento de escrever.

Ferreira, Carlos Eduardo; Ribeiro, Leila; Cavalheiro, Simone André Costa. Pensamento computacional. *Computação Brasil*, Porto Alegre, v. 41, p. 10-12, nov. 2019. Disponível em: https://journals-sol.sbc.org.br/index.php/comp-br/article/view/4459/2661. Acesso em: 2 out. 2024.

No artigo, os autores discutem o conceito de pensamento computacional e sua aplicação na educação.

Fritschi, Gabrielly Elisa Arndt *et al*. Percepção dos alunos do ensino médio em relação a uma proposta de ensino das lutas nas aulas de Educação Física. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 27, 2024. Disponível em: https://revistas.ufg.br/fef/article/view/74934. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo destaca uma percepção majoritariamente positiva dos estudantes sobre o ensino das lutas.

Furtado, Renan Santos; Pinheiro, Jonas Gomes. Educação Física escolar e legitimidade: reflexões a partir de ações de professores do Ensino Médio. *Cadernos do Aplicação*, Porto Alegre, v. 37, n. 1, jan./dez. 2024. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/CadernosdoAplicacao/article/view/131671. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo investiga como professores de Educação Física do Ensino Médio buscam legitimar a disciplina na cultura escolar, valorizando a relação entre teoria e prática e promovendo uma visão ampliada do corpo.

Glasser, William. *Teoria da escolha*: uma nova psicologia de liberdade pessoal. São Paulo: Mercuryo, 2001.

No livro, o autor discute alguns princípios da psicologia a fim de mostrar como as pessoas podem se tornar mais críticas, participantes e conscientes.

Gomes, Luis Fernando Muniz. Planejamento participativo como alternativa para aprimorar o ensino e o aprendizado nas aulas de Educação Física no Ensino Médio. 2024. 172 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2024. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/76980/3/2024_dis_lfmgomes.pdf. Acesso em: 2 out. 2024.

A dissertação discute o planejamento participativo como uma estratégia eficaz para tornar o ensino da Educação Física no Ensino Médio mais significativo e inclusivo.

Hadji, Charles. *Avaliação desmistificada*. Porto Alegre: Artmed, 2001.

No livro, o autor elucida sua concepção de avaliação formativa, desmistificando o conceito e mostrando como essa abordagem pode ser aplicada para melhorar o processo de aprendizagem.

Hoffmann, Jussara. *Avaliar*: respeitar primeiro, educar depois. Porto Alegre: Mediação, 2008.

Nessa obra, a autora defende a avaliação formativa como instrumento de melhoria da prática pedagógica e garantia dos direitos de aprendizagem.

Lima, Eliaquim de Sousa; LIMA, Patrícia Ribeiro Feitosa; PINTO, Nilson Vieira. A tematização da dança nas aulas de Educação Física: reflexões etnográficas sob a ótica de gênero. *In*: Congresso Nacional de Educação (CONEDU), 9., 2023, Campina Grande. *Anais* [...]. Campina Grande: Centro Multidisciplinar de Estudos: Pesquisas (CEMEP) e pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). DOI: 10.46943/IX.CONEDU.2023.GT07.003. Disponível em: https://doi.org/10.46943/IX.CONEDU.2023.GT07.003. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo explora os interesses e desinteresses dos estudantes em relação à dança nas aulas de Educação Física, analisando as influências de gênero sobre a aceitação dessa prática.

Luckesi, Cipriano. Avaliação da aprendizagem na escola e a questão das representações sociais. *Eccos Revista Científica*, São Paulo, v. 4, n. 2, p. 79-88, dez. 2002.

Nesse artigo, o autor defende a avaliação como ferramenta de reorientação do planejamento, destacando a importância da avaliação formativa para promover uma prática pedagógica mais eficaz.

Maldonado, Daniel Teixeira; Oliveira, Mariana Gomes de. Análise midiática sobre o futebol feminino no Brasil: elementos didáticos para a Educação Física no Ensino Médio. *Motrivivência*, Florianópolis, v. 32, n. 63, 2020. *Epub* 30 out. 2020. DOI: 10.5007/2175-8042.2020.e73498. Disponível em: https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/73498/45128. Acesso em: 28 out. 2024.

O estudo analisa a representação do futebol feminino na mídia brasileira e discute a discriminação histórica e a luta das mulheres pela igualdade na modalidade nas aulas de Educação Física do Ensino Médio.

Maldonado, Daniel Teixeira *et al*. Tematização dos jogos e brincadeiras nas aulas de educação física no ensino médio: experiências educativas em uma perspectiva intercultural e antirracista. *Corpoconsciência*, Cuiabá, v.25, n. 1, p. 39-63, jan./abr. 2021. Disponível em: https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/10920. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo analisa a tematização de jogos e brincadeiras em uma abordagem intercultural e antirracista, destacando a importância da construção de práticas pedagógicas que valorizem a diversidade cultural e promovam a inclusão.

Mantovani, Thiago Villa Lobos *et al*. A saúde como tema na Educação Física escolar: diálogo com o amigo crítico em um autoestudo. *ETD: Educação Temática Digital*, Campinas, n. 26, 2024. Disponível em: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9318023. Acesso em: 2 out. 2024.

A pesquisa ressalta a importância de uma visão ampliada da saúde, apontando a relevância do contexto e da mediação do professor para promover uma formação crítica e reflexiva dos estudantes.

Marques, Isabel A. *Dançando na escola*. São Paulo: Cortez, 2003.

Nesse livro, Marques debate questões ligadas ao currículo da dança na escola. Além disso, aponta, teórica e metodologicamente, como a linguagem pode ser abordada de maneira crítica, potencializadora e transformadora.

Moran, José. A aprendizagem é ativa. *In*: Bacich, Lilian; Moran, José (org.). *Metodologias ativas para uma educação inovadora*. Porto Alegre: Penso, 2017. *E-book*.

No artigo que dá início à Parte I do livro, "Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda", José Moran introduz o conceito de aprendizagem ativa, explicando como o questionamento e a experimentação são relevantes para uma compreensão do mundo mais ampla e profunda.

Moretto, Vasco Pedro. *Planejamento*: planejando a educação para o desenvolvimento de competências. Petrópolis: Vozes, 1997.

No livro, o autor discute a importância da flexibilidade no planejamento e oferece recursos para que o professor possa reavaliar e replanejar o ensino.

Moura, Ana Regina Leão Ibiapina; Noleto, Ludimilla Esteffane Sousa. Diário afetivo como ferramenta de avaliação na Educação Física. *Revista Sete Vértices Multidisciplinar*, 2024. DOI: 10.56238/sevenVmulti2024-065. Disponível em: https://doi.org/10.56238/sevenVmulti2024-065. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo relata o uso do diário afetivo como ferramenta de avaliação nas aulas de Educação Física, destacando seu papel no fortalecimento de vínculos, na promoção da autonomia dos estudantes e no desenvolvimento de uma educação crítica e colaborativa, a partir da expressão das emoções e reflexões sobre as vivências escolares.

Neira, Marcos Garcia. "Artistando" o currículo cultural da Educação Física. *Corpoconsciência*, Cuiabá, v. 20, n. 1, p. 80-93, jan./abr. 2016.

Discutindo a escola como instituição comprometida com a promoção do acesso à vida pública e do desenvolvimento de um currículo que integre e crie espaços para as diferenças, o texto apresenta uma proposta a favor das diferenças, comprometida com a formação de identidades democráticas.

Neira, Marcos Garcia. A abordagem das diferenças no currículo cultural da Educação Física. *Humanidades & Inovação*, Palmas, v. 7, n. 10, p. 39-56, 2020.

Nesse artigo, o autor afirma o direito às diferenças na aula de Educação Física, mediante situações didáticas que reconhecem a cultura corporal (termo que o autor prefere, em vez de Cultura Corporal de Movimento, como propõe a BNCC) dos estudantes, promovem a descolonização do currículo e estimulam o encontro de repertórios e saberes distintos sem discriminá-los.

Neira, Marcos Garcia. *Educação Física cultural*. v. 4. (Coleção A Reflexão e a Prática no Ensino Médio). São Paulo: Blucher, 2016.

O autor apresenta uma perspectiva crítica da Educação Física baseada na valorização da cultura corporal dos estudantes, propondo um currículo que favoreça a inclusão e o respeito às diversidades.

Martins, Amilton Rodrigo de Quadros; Eloy, Adelmo Antonio da Silva. (org.). *Educação integral por meio do pensamento computacional*: letramento em programação: relatos de experiência e artigos científicos. Curitiba: Appris, 2019.

O livro apresenta uma discussão teórica sobre o pensamento computacional e relatos de experiências realizadas em diferentes escolas de Educação Básica, apresentando um mapeamento sobre essa metodologia na realidade brasileira.

Quaresma, Sílvia Rocha; Faber, Myrian Abecassis. A Educação Física escolar a serviço da interdisciplinaridade, na aprendizagem significativa. *Revista de Estudos Interdisciplinares*, Florianópolis, v. 6, n. 2, jan.-dez. 2024. DOI: 10.56579/rei.v6i2.1356. Disponível em: https://doi.org/10.56579/rei.v6i2.1356. Acesso em: 2 out. 2024.

O estudo destaca a aplicação interdisciplinar da Educação Física, Matemática e Física para promover uma aprendizagem significativa. A integração dos conteúdos, como atletismo e conceitos de velocidade e função afim, proporcionou aos estudantes experiências práticas que fortaleceram a compreensão teórica e motivaram uma participação ativa no processo de ensino-aprendizagem.

Thiesen, Juares da Silva. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. *Revista Brasileira de Educação*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 39, p. 545-554, set./dez. 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/swDcnzst9SVpJvpx6tGYmFr/. Acesso em: 28 out. 2024.

No artigo, o autor discute a interdisciplinaridade como uma concepção mais integradora, dialética e totalizadora na construção do conhecimento e da prática pedagógica.

Wing, Jeannette. Pensamento computacional: um conjunto de atitudes e habilidades que todos, não só cientistas da computação, ficaram ansiosos para aprender e usar. *Revista Brasileira de Ensino de Ciência e Tecnologia*, Ponta Grossa, v. 9, n. 2, maio/ago. 2016. Disponível em: https://periodicos.utfpr.edu.br/rbect/article/view/4711. Acesso em: 11 ago. 2024.

No artigo, a pesquisadora apresenta explicações sobre o conceito de pensamento computacional, mostrando que os procedimentos desse pensamento podem ser aplicados a qualquer área do conhecimento.

CAPÍTULO 11

CULTURA CORPORAL DE MOVIMENTO E VIDA EM SOCIEDADE

INTRODUÇÃO

Este capítulo tem como objetivo ampliar a compreensão dos estudantes sobre o conceito de Cultura Corporal de Movimento, explorando suas diversas manifestações e relações com a vida em sociedade. As danças, as lutas, as ginásticas, os jogos e brincadeiras, as práticas corporais de aventura e o esporte serão abordados como formas de expressão, interação e construção de identidade, em uma perspectiva que valoriza a diversidade cultural, a saúde, a cidadania e o uso crítico e criativo das tecnologias.

O TCT Multiculturalismo (Diversidade cultural e Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) é abordado no capítulo, uma vez que este apresenta como diferentes culturas contribuem para as práticas corporais, como jogos e brincadeiras de várias partes do mundo. A diversidade cultural é valorizada ao se trazer uma reflexão sobre as práticas corporais indígenas, afro-brasileiras e tradicionais, promovendo o reconhecimento da pluralidade de influências nas práticas corporais. O esporte é explorado como um fenômeno sociocultural, considerando suas manifestações em diferentes culturas e sua capacidade de unir diferentes povos.

Já o TCT Saúde (Saúde e Educação alimentar e nutricional) é conectado à prática de atividades corporais e ao bem-estar físico e mental, discutindo como essas práticas podem ser acessíveis e benéficas para a saúde de todos os estudantes. O capítulo também explora os efeitos das redes sociais na saúde mental e física dos jovens, abordando questões como distúrbios alimentares, pressão estética e gordofobia.

O TCT Cidadania e Civismo (Educação em Direitos Humanos, Direitos da Criança e do Adolescente e Vida familiar e social) é abordado no capítulo, uma vez que este conecta as práticas corporais ao direito ao lazer e ao respeito às diferentes formas de vivenciar a Cultura Corporal de Movimento, destacando a importância do acesso ao lazer e às práticas corporais. O esporte é apresentado como uma prática que pode contribuir para o desenvolvimento de valores democráticos e de respeito às diferenças. O capítulo também aprofunda a discussão sobre direitos humanos ao abordar as barreiras enfrentadas por grupos minoritários no contexto das práticas corporais. A inclusão e o respeito às diferenças de raça, gênero e classe social são centrais. A reflexão sobre os direitos à diversidade corporal e o combate à discriminação, como a gordofobia e os estereótipos de beleza, também se conecta a esse TCT.

O capítulo também aborda o uso seguro das tecnologias, explorando a relação entre o uso delas e a autopercepção e discutindo o impacto de filtros, edições de imagem e manipulações digitais na construção de padrões de beleza e na saúde mental dos jovens, trabalhando assim o TCT Ciência e Tecnologia. A educação para o uso responsável das tecnologias é promovida para combater os efeitos negativos dessas práticas. O capítulo também aborda o TCT na produção final, em que os estudantes vão construir e monitorar um perfil de ciberativismo em redes sociais.

Outro TCT discutido no capítulo é Economia, ao apresentar o esporte como um fenômeno global que gera impactos econômicos, desde o trabalho de atletas profissionais até as indústrias relacionadas ao esporte, como a midiática e as que atuam como patrocinadoras. Também há discussões sobre a economia do esporte em relação ao desenvolvimento de políticas públicas para garantir o acesso a práticas esportivas para todos. O trabalho de bailarinos de minorias sociais que enfrentam barreiras econômicas e raciais é abordado. O capítulo explora como projetos sociais e políticas inclusivas podem oferecer oportunidades de trabalho e reconhecimento para esses grupos no contexto das artes e das práticas corporais.

O capítulo aborda práticas de linguagens que enfocam a construção da identidade e de sua relação com marcadores sociais, além da autopercepção sobre a imagem corporal e o uso das redes sociais. Escolhas pessoais no campo do lazer ativo também são problematizadas, considerando o bem-estar. Assim, o campo da vida pessoal é mobilizado.

As práticas de estudo e pesquisa também não ficam de fora. O capítulo incentiva o desenvolvimento de práticas de pesquisa na esfera escolar e acadêmica. O mapeamento de trajetórias de atletas e bailarinos, a pesquisa sobre movimentos sociais e a análise crítica de como as práticas esportivas e corporais refletem questões sociais e culturais são exemplos de como o trabalho com estudo e pesquisa é incentivado. Há também a exploração de artigos e estudos que discutem a influência da mídia nas questões de saúde, como distúrbios alimentares e gordofobia.

O capítulo promove a análise crítica de como os discursos midiáticos influenciam as práticas corporais e a percepção do corpo, o que promove o desenvolvimento de uma consciência crítica sobre o consumo de mídia, trabalhando o campo jornalístico-midiático. Além disso, aborda a mídia esportiva e como ela influencia o comportamento dos espectadores e dos atletas.

A reflexão sobre a legislação esportiva e os normativos que regulam o esporte, incluindo o acesso equitativo e as políticas públicas de inclusão, proporcionam o trabalho com o campo da vida pública. As discussões sobre interseccionalidade incentivam os estudantes a compreender e participar de movimentos sociais que lutam por direitos e inclusão, promovendo a reflexão sobre ações coletivas e a importância de vozes propositivas em ambientes de luta contra o racismo, machismo e outras formas de opressão. O capítulo também incentiva práticas de linguagens desse campo na produção final, na qual os estudantes são convidados a exercer o ciberativismo criando um perfil de redes sociais sobre os temas abordados.

Em relação ao campo artístico-literário, o capítulo promove a apreciação do balé e da trajetória de bailarinos negros e suas contribuições para essa arte tradicionalmente elitista. A produção artística é valorizada não apenas como expressão estética, mas também como meio de resistência e inclusão social. O capítulo também explora a apreciação de danças e jogos tradicionais, reconhecendo e valorizando diferentes manifestações artísticas e culturais.

O capítulo promove o desenvolvimento de diversas Competências Gerais da BNCC. A CG1 é mobilizada ao levar os estudantes a compreender e articular conhecimentos sobre Cultura Corporal de Movimento e questões sociais, ampliando suas formas de participação social por meio da criação de conteúdos digitais que abordam temas como diversidade e combate a preconceitos. A CG4 é acionada

quando os estudantes utilizam diferentes linguagens, como imagens, vídeos e textos, para expressar e compartilhar ideias sobre inclusão e práticas corporais nas redes sociais. A CG5 é trabalhada na criação de conteúdos digitais, exigindo o uso responsável e ético das tecnologias e a reflexão sobre o impacto das mídias nas percepções sociais. A CG6 é considerada ao se conectar as discussões sobre políticas públicas e práticas corporais à cidadania, incentivando os estudantes a desenvolver uma responsabilidade coletiva. A CG9 é mobilizada quando os estudantes exercem o protagonismo e a liderança na criação de perfis de ativismo digital, colaborando e assumindo papéis de influenciadores digitais para impactar a comunidade escolar. A CG10 é mobilizada ao se fomentar a autonomia e a responsabilidade na execução de ações de ativismo social nas redes sociais, planejando e gerindo conteúdos de forma inclusiva e ética.

Em relação às Competências Específicas de Linguagens, o capítulo trabalha a CE1 ao promover a compreensão dos estudantes sobre o funcionamento das linguagens digitais e culturais, mobilizando esses conhecimentos para criar conteúdos ativistas e ampliar sua participação social. A CE2 é mobilizada ao se incentivar a análise de relações de poder e preconceitos nas redes sociais, promovendo o diálogo e a reflexão sobre diversidade e inclusão. A CE3 é acionada quando os estudantes colaboram na produção de conteúdos digitais, utilizando as práticas corporais como ferramenta para defender os direitos humanos e a equidade nas redes sociais. A CE5 é desenvolvida ao estimular a compreensão das práticas corporais como expressões identitárias e culturais, incentivando os estudantes a refletir sobre o impacto social dessas práticas. A CE6 é explorada ao se promover a apreciação crítica das manifestações culturais nas redes sociais e utilizar essas experiências para criar conteúdos criativos e inclusivos. A CE7 é considerada ao se permitir que os estudantes utilizem as Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação de forma crítica e criativa, produzindo conteúdos colaborativos e analisando o impacto das redes sociais nas percepções e práticas sociais.

O capítulo é iniciado com uma discussão sobre o conceito de Cultura Corporal de Movimento e apresenta seus objetos de conhecimento, problematizando o conjunto de práticas corporais que a compõem, de modo a promover uma visão crítica e ampla das práticas corporais no contexto social, cultural e pessoal dos estudantes. As danças são apresentadas como uma prática corporal culturalmente rica e diversa, que pode ser utilizada tanto para o lazer quanto para a expressão de identidades. As danças tradicionais e populares são valorizadas como parte do patrimônio cultural, com uma reflexão sobre sua evolução ao longo do tempo e sua importância na socialização. O capítulo também aborda o balé e as trajetórias de bailarinos negros, e oferece vivências práticas nas quais os estudantes experimentam movimentos básicos e criam coreografias, refletindo sobre inclusão e diversidade. As lutas, as ginásticas, os jogos e brincadeiras, e as práticas corporais de aventura são explorados dentro da discussão mais ampla sobre práticas corporais. O esporte é explorado como um fenômeno social e cultural, abordando seus aspectos históricos, sociais, econômicos e políticos.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4 e 10.

Competência específica de Linguagens: 3.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG304, EM13LGG501.

Esta seção convida os estudantes a refletir sobre a importância dos espaços públicos para a vivência da Cultura Corporal de Movimento e do lazer, pela observação de imagens que retratam o Festival de Verão no Parque das Nações Indígenas, em Campo Grande (MS). O objetivo é despertar o interesse dos estudantes pelo tema e incentivá-los a compartilhar suas próprias experiências e percepções sobre a utilização de espaços públicos para a prática de atividades físicas, de lazer e de interação social.

A habilidade EM13LGG301 é desenvolvida por meio da observação e reflexão sobre os eventos promovidos no parque, o que gera a produção de sentidos sobre as práticas corporais e de lazer em diferentes contextos. A habilidade EM13LGG304 é trabalhada ao convidar os estudantes a debater ações e projetos de lazer e esporte, e incentivá-los a tomar decisões e formular propostas que considerem a perspectiva inclusiva. A habilidade EM13LGG501 é mobilizada pela apreciação de práticas de lazer nos espaços públicos, trazendo significados para as escolhas dos estudantes em relação a essas práticas.

Foco na imagem

As perguntas propostas buscam incentivar a observação, a identificação de elementos importantes nas imagens e a formulação de hipóteses sobre os motivos que levam as pessoas a frequentarem parques e participar de atividades ao ar livre. Ao compartilhar suas próprias experiências e percepções, os estudantes poderão ampliar sua compreensão sobre a importância da Cultura Corporal de Movimento para a promoção da saúde, do bem-estar e da inclusão social.

1. Espera-se que os estudantes reconheçam os parques urbanos como espaços acessíveis e democráticos que possibilitam o envolvimento em atividades físicas e recreativas, a socialização e o contato com a natureza. O lazer ao ar livre oferece a oportunidade de cuidar da saúde física e mental de forma prazerosa. Incentive os estudantes a compartilhar suas experiências em parques e eventos públicos, promovendo uma discussão sobre os benefícios físicos, sociais e culturais proporcionados por essas vivências.
2. Espera-se que os estudantes identifiquem a importância desses espaços para a promoção da saúde pública e do bem-estar, reconhecendo-os como elementos importantes para a socialização e inclusão. Esses espaços democratizam o acesso a atividades de lazer e à Cultura Corporal de Movimento, reduzindo as barreiras sociais e econômicas que muitas vezes limitam a participação. Espera-se também que os estudantes relacionem a existência de parques e a realização de eventos públicos com o direito ao lazer e a promoção da saúde, discutindo como políticas públicas podem garantir o acesso a esses espaços e acontecimentos.
3. Espera-se que os estudantes reconheçam a importância da promoção de eventos de lazer por órgãos públicos, garantindo que as práticas corporais e o lazer sejam acessíveis a todos os cidadãos, independentemente de sua classe social. Espera-se também que os estudantes compreendam que esses eventos incentivam a integração social e a adoção de hábitos saudáveis. Enfatize a importância de parques e eventos públicos como espaços inclusivos, onde pessoas de diferentes origens sociais, étnicas e econômicas podem conviver e participar das práticas corporais.
4. Espera-se que os estudantes compartilhem suas experiências com eventos esportivos, caminhadas ou outras atividades promovidas por órgãos públicos, caso tenham participado de algum. Incentive-os a refletir criticamente sobre a distribuição e a qualidade dos espaços públicos em suas cidades, levantando questões sobre quem tem acesso a eles e como melhorar a inclusão. A pesquisa de conteúdos em redes sociais permitirá que os estudantes se preparem para a produção final descrita no **Desembarque**. Espera-se também que os estudantes reconheçam as redes sociais como ferramentas utilizadas por órgãos públicos e organizações para divulgar conteúdos relevantes e engajar o público.

Foco no diálogo

Incentive a leitura atenta e a análise crítica dos textos pelos estudantes, destacando os principais argumentos e ideias apresentados. Promova um debate em sala de aula sobre a importância das políticas públicas para o esporte e o lazer, estimulando a participação

e a troca de ideias entre os estudantes. Oriente os estudantes a relacionar o conteúdo dos textos com suas próprias experiências e realidades, promovendo uma reflexão crítica sobre o acesso e a participação em atividades esportivas e de lazer em sua comunidade.

5. Espera-se que os estudantes identifiquem as políticas públicas de lazer e esporte como fundamentais para a promoção da inclusão social, a melhoria da saúde física e mental da população e a socialização entre diferentes grupos sociais. Espera-se também que os eles reconheçam que essas políticas democratizam o acesso às práticas corporais, garantindo que todos os cidadãos, independentemente de sua classe social, raça ou gênero, possam usufruir dos benefícios do esporte e do lazer. Incentive-os a refletir sobre o impacto dessas políticas em suas comunidades e a propor melhorias para aumentar a inclusão e o acesso a atividades físicas e recreativas.
6. Espera-se que os estudantes reconheçam que as atividades físicas de lazer vão além dos benefícios físicos, promovendo também aspectos psicológicos, emocionais, sociais, culturais e políticos da experiência humana. Estimule os estudantes a compartilhar situações em que o lazer teve impacto positivo em suas vidas, não apenas na saúde física, mas também no desenvolvimento de relações interpessoais e na construção de sua identidade cultural.
7. Espera-se que os estudantes compreendam que a cultura local é um elemento essencial para a construção de políticas públicas de esporte e lazer inclusivas e eficazes. Ao valorizar as tradições e os costumes da comunidade, as atividades de lazer se tornam mais acessíveis e significativas, contribuindo para a preservação e o fortalecimento da identidade cultural local e promovendo um sentimento de pertencimento entre os praticantes. Incentive os estudantes a pensar em exemplos de como as atividades físicas e de lazer em suas regiões refletem e preservam as tradições culturais locais. Se possível, mostre a eles iniciativas de políticas de esporte e lazer divulgadas em redes sociais oficiais, demonstrando como esses espaços são utilizados para a comunicação com a comunidade. Essa abordagem visa preparar os estudantes para a produção final do capítulo, que envolve a criação de um perfil em rede social focado no ativismo social relacionado à Cultura Corporal de Movimento.

NA ESTRADA

Esta seção apresenta um panorama geral do capítulo, destacando os principais temas que serão abordados em cada Parada da jornada. O objetivo é despertar a curiosidade dos estudantes e motivá-los a explorar as diferentes dimensões da Cultura Corporal de Movimento, compreendendo sua importância para a construção da identidade, a promoção da saúde, a inclusão social e a transformação da sociedade. Ao longo do capítulo, os estudantes serão desafiados a refletir criticamente sobre as questões apresentadas, a compartilhar suas experiências e a construir o conhecimento de forma colaborativa. A produção final do capítulo, um perfil em uma rede social com foco em ciberativismo, incentiva os estudantes a aplicarem seus conhecimentos e a se tornarem agentes de transformação social.

1ª Parada – O que é a Cultura Corporal de Movimento

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 3, 6 e 10.

Competência específica de Linguagens: 1, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG301, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG601, EM13LGG602.

As habilidades de Linguagens são mobilizadas em diversos momentos da 1ª Parada. A EM13LGG101 é desenvolvida quando os estudantes compreendem e analisam as diversas práticas corporais, observando o contexto cultural e histórico dessas manifestações. A EM13LGG104 é trabalhada quando os estudantes utilizam diferentes linguagens (corporais, verbais e visuais) para expressar suas reflexões e experiências sobre as práticas corporais, integrando o conhecimento teórico à vivência prática. A EM13LGG301 é mobilizada na participação em produções coletivas e reflexões críticas sobre as práticas corporais. A EM13LGG304 é acionada na formulação de propostas e intervenções que considerem a inclusão e a diversidade. A EM13LGG501 é desenvolvida nas experimentações e vivências práticas, e a EM13LGG503, na reflexão sobre as práticas corporais como parte do autoconhecimento e autocuidado. A EM13LGG601 é considerada na apropriação de manifestações artísticas e culturais, e a EM13LGG602, na fruição e apreciação estética das práticas corporais.

Sugestão de ampliação

A BNCC optou pelo uso da expressão "Cultura Corporal de Movimento", mas na produção acadêmica da área de Educação Física ainda circulam outras como "cultura corporal" e "cultura de movimento", para se referir ao objeto de conhecimento do componente curricular. Para ampliar seus conhecimentos sobre esses debates, leia as seguintes produções acadêmicas:

- BRACHT, V. Cultura Corporal, Cultura de Movimento ou Cultura Corporal de Movimento? *In*: SOUZA JÚNIOR, Marcílio. *Educação Física Escolar*: teoria e política curricular, saberes escolares e proposta pedagógica. Recife: EDUPE, 2005. p. 97-106.
- BORGES, Clayton Cesar de Oliveira; NEIRA, Marcos Garcia. Cultura corporal como acontecimento discursivo no campo da Educação Física. *Revista Linhas*, v. 24, n. 54, p. 311-325, 2023. Disponível em: https://repositorio.usp.br/item/003126181. Acesso em: 9 out. 2024.

Significado cultural, social e histórico das brincadeiras e jogos

Incentive os estudantes a analisar as diferentes formas de brincadeiras e jogos presentes em sua comunidade, refletindo sobre seus significados e identificando as influências culturais e históricas que as moldaram. Aborde a questão das relações de poder na Cultura Corporal de Movimento, problematizando a visibilidade e o reconhecimento de diferentes grupos e práticas. Utilize os exemplos do caratê e da capoeira para ilustrar a fluidez e a dinâmica das práticas corporais, que podem assumir diferentes significados e funções em diferentes contextos.

Múltiplas categorizações da Cultura Corporal de Movimento

Nesta etapa, os estudantes vão compreender as múltiplas categorizações da Cultura Corporal de Movimento, reconhecendo o papel deles como protagonistas no processo de aprendizagem e desenvolvimento de uma visão crítica e reflexiva sobre as práticas corporais.

1. a) Espera-se que os estudantes reconheçam seu papel como protagonistas no processo de aprendizagem da Cultura Corporal de Movimento. Ressalte que esportes, danças e outras práticas corporais estão profundamente ligados às culturas nas quais se originam, refletindo valores como competição, cooperação, disciplina e identidade cultural. Ao praticar e refletir sobre essas atividades, os estudantes podem entender como essas práticas influenciam e são influenciadas pela sociedade. Nessa perspectiva, a Educação Física promove a formação crítica, estimulando a reflexão sobre temas como inclusão, padrões sociais e exclusão de minorias em determinadas práticas esportivas, promovendo a conscientização e a

cidadania. Ao valorizar diferentes formas de movimento e práticas corporais, a Cultura Corporal de Movimento amplia as possibilidades de participação para todos os estudantes, independentemente de suas habilidades físicas ou origens culturais, contribuindo para a inclusão e garantindo que todos tenham espaço para se expressar corporalmente.

b) Espera-se que os estudantes compreendam que a reflexão crítica sobre as práticas corporais permite analisar os significados dessas atividades, identificando possíveis problemas, como a exclusão social ou a hipercompetitividade, e buscando formas de tornar as práticas mais inclusivas, saudáveis e conscientes. Nesse sentido, a Educação Física promove a autonomia, ensinando os estudantes a refletir sobre suas próprias escolhas e incentivando-os a tomar decisões conscientes sobre quais práticas corporais desejam realizar, considerando seus interesses, necessidades e o impacto dessas atividades em sua saúde e bem-estar.

c) Espera-se que os estudantes reconheçam que as práticas corporais são carregadas de significados culturais e refletem os valores e as identidades de uma sociedade. Ao compreendê-las como formas de expressão, eles podem reconhecer como essas práticas ajudam a moldar sua própria identidade e a identidade coletiva de um grupo ou comunidade. Isso permite valorizar a diversidade e o respeito às diferentes formas de viver e praticar a Cultura Corporal de Movimento

d) Espera-se que os estudantes compreendam que as práticas corporais estão profundamente influenciadas pelo contexto em que ocorrem. Esportes, por exemplo, podem refletir questões de poder e *status* social, enquanto danças tradicionais podem ser uma forma de preservar e transmitir a cultura de um povo. Políticas públicas, como a construção de espaços de lazer, também afetam a participação em atividades físicas, demonstrando como fatores econômicos e políticos influenciam o acesso à Cultura Corporal de Movimento.

e) Espera-se que os estudantes reflitam sobre como a prática de diferentes atividades corporais permite explorar suas capacidades físicas, interagir com outras pessoas e se conectar com diferentes aspectos culturais. Essas experiências contribuem para o desenvolvimento de um senso de pertencimento e para a construção de sua identidade pessoal e social. Além disso, ao refletir sobre suas práticas, os estudantes podem se autoconhecer melhor e compreender como essas atividades impactam suas vidas.

f) Espera-se que os estudantes compreendam que a reflexão sobre as práticas corporais permite que eles extrapolem a mera execução técnica ou recreativa, reconhecendo os valores e discursos presentes nelas, questionando normas e estereótipos e desenvolvendo uma postura crítica e consciente em relação às atividades que realizam.

g) Espera-se que os estudantes reconheçam que a diversidade nas práticas corporais oferece oportunidade de experimentar diferentes formas de movimento, cada uma com suas próprias regras, valores e significados culturais próprios. Isso enriquece a experiência dos jovens, permitindo que eles se adaptem a novos contextos e compreendam a pluralidade de expressões corporais existentes no mundo, além de promover o respeito e a inclusão de diferentes tradições e culturas.

h) Espera-se que a turma reconheça que a Educação Física promove valores democráticos ao criar um ambiente inclusivo, em que todos têm a oportunidade de participar e se expressar por meio do movimento. Mostre a importância de vivências que valorizem a cooperação, o respeito e a igualdade nas práticas corporais. A Educação Física deve ensinar que essas atividades podem ser espaços de construção coletiva e de defesa dos direitos humanos, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e ativos.

2. O objetivo desta atividade é proporcionar aos estudantes a oportunidade de organizar e conduzir oficinas práticas sobre diferentes elementos da Cultura Corporal de Movimento (brincadeiras, jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e outras práticas corporais), promovendo a experimentação, a colaboração, o protagonismo e a reflexão sobre a diversidade e os significados das práticas corporais. Estimule os estudantes a socializarem os diferentes tipos de elementos da Cultura Corporal de Movimento, dividindo a turma em grupos e incentivando-os a escolher uma prática corporal para pesquisar, planejando e conduzindo uma oficina prática para os colegas. Incentive os grupos a serem criativos e a adaptar as atividades para que todos os estudantes possam participar, garantindo a inclusão e a acessibilidade. Distribua funções para cada integrante do grupo, como pesquisador, líder da vivência prática e mediador da discussão final, estimulando a colaboração e o desenvolvimento de diferentes habilidades. Incentive a diversidade das práticas, mostrando que todas possuem importância e riqueza cultural, e valorizando as diferentes formas de expressão e interação corporal. Fique atento ao tempo, para que todas as oficinas sejam realizadas dentro do prazo planejado, garantindo que todos os grupos tenham tempo suficiente para apresentar suas atividades.

3. As perguntas buscam incentivar os estudantes a refletirem criticamente sobre o uso e a acessibilidade de espaços de lazer em suas comunidades, além de promover discussões sobre inclusão, saúde e qualidade de vida.

a) Espera-se que os estudantes identifiquem e analisem os espaços públicos de lazer presentes em suas comunidades, considerando a variedade, a qualidade e a acessibilidade deles. Estimule a turma a fazer um levantamento dos espaços disponíveis e a refletir sobre como eles são utilizados pela população, se há espaços adequados para diferentes faixas etárias e necessidades, e se são acessíveis a pessoas com deficiência.

b) Espera-se que os estudantes definam espaços públicos de lazer como áreas abertas e acessíveis à população, como quadras, praças, parques, academias ao ar livre e centros esportivos. Espera-se também que eles reconheçam a importância desses espaços para a prática de atividades físicas, a socialização, a recreação e a promoção da saúde física e mental da comunidade, além de democratizar o acesso ao esporte e ao lazer para pessoas de diferentes idades e condições socioeconômicas.

c) Espera-se que os estudantes compreendam que os equipamentos e projetos de lazer gratuitos democratizam o acesso à atividade física e ao lazer, permitindo que pessoas de diferentes faixas etárias e condições socioeconômicas cuidem de sua saúde e bem-estar, independentemente de recursos financeiros. Espera-se também que eles reconheçam a importância de projetos que promovam a inclusão de pessoas com deficiência, como o Centro de Treinamento Paralímpico Brasileiro, e de programas que incentivem a prática regular de atividades físicas entre adolescentes, como aulas de ginástica, dança, recreação e treinamentos esportivos gratuitos.

d) Estimule os estudantes a analisar a realidade de sua cidade, identificando possíveis desigualdades na distribuição e na qualidade dos espaços de lazer públicos entre diferentes bairros. Incentive-os a propor soluções para democratizar o acesso a esses espaços, como a construção de novos equipamentos em áreas mais carentes e a melhoria da infraestrutura dos espaços existentes. Estimule ainda a reflexão sobre o uso dos espaços públicos e a proposição de atividades que promovam o engajamento da comunidade, especialmente dos jovens. Explore também a possibilidade de utilizar as redes sociais para divulgar informações sobre os espaços de lazer disponíveis e incentivar a prática de atividades físicas.

4. As perguntas estimulam os estudantes a refletir criticamente sobre as desigualdades e os desafios no acesso ao esporte e ao lazer, considerando o papel da infraestrutura e das políticas públicas.

a) Espera-se que os estudantes reconheçam que as quadras públicas de tênis, assim como outros espaços de lazer, oferecem oportunidades para a prática esportiva, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida das pessoas. Elas promovem a saúde física, a socialização e a inclusão, além de serem alternativas acessíveis para a população que não acesso a academias ou clubes privados.

b) Espera-se que os estudantes compreendam que o mapeamento permite identificar as regiões com infraestrutura adequada e aquelas que necessitam de mais investimentos em espaços para a prática esportiva. Ao fornecer informações detalhadas sobre as quadras, como a condição do piso e a existência de aulas gratuitas, o levantamento facilita o planejamento de políticas públicas para melhorar o acesso ao esporte. Espera-se também que percebam que os dados revelam a desigualdade no acesso a espaços de lazer no Brasil, com algumas regiões apresentando infraestrutura disponível enquanto outras enfrentam escassez de locais adequados para a prática de esportes, o que pode limitar as opções de lazer e atividade física da população.

c) Espera-se que os estudantes identifiquem diversas barreiras, como a falta de manutenção das quadras, a ausência de iluminação adequada, a necessidade de agendamento prévio, a falta de profissionais capacitados para oferecer aulas e o custo de equipamentos como raquetes e bolas.

d) Espera-se que os estudantes relacionem a prática regular de atividades físicas com a promoção da saúde física e mental, a prevenção de doenças e o bem-estar geral. O acesso a espaços públicos de lazer incentiva as pessoas a se movimentarem, socializarem e participarem de atividades coletivas, fortalecendo o sentimento de pertencimento e a coesão social.

e) Estimule os estudantes a refletir sobre a realidade local, avaliando as condições dos espaços esportivos disponíveis, como a manutenção, a segurança e a acessibilidade, e a propor melhorias para torná-los mais inclusivos e funcionais.

f) Estimule os estudantes a observar se há espaços adequados para a prática de diferentes atividades corporais, como brincadeiras, jogos, dança, ginástica, lutas e práticas corporais de aventura. Incentive-os a participar ativamente do planejamento e da manutenção dos espaços de lazer, propondo atividades, organizando jogos e conscientizando a comunidade sobre a importância da preservação desses espaços.

5. Alerte os estudantes de que toda ocupação urbana deve ser feita com responsabilidade e respeito aos limites de espaço e regras do local. Oriente-os a observar esses limites nas praças, parques ou clubes visitados. Caso os estudantes morem em uma comunidade rural, indígena ou ribeirinha, oriente-os a observar se há outros tipos de espaço de reunião da comunidade que não tenham sido listados na atividade.

Esta atividade promove a pesquisa, a exploração e a análise crítica dos espaços públicos de lazer na comunidade, incentivando os estudantes a se conectarem com seu entorno e a pensarem em soluções para ampliar o acesso às práticas corporais. A criação de um mapa interativo estimula o uso de tecnologias digitais e a comunicação de informações de forma criativa e acessível.

2ª Parada – O fenômeno esportivo

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 3, 5, 7 e 10.

Competência específica de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG103, EM13LGG201, EM13LGG301, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

Nesta Parada, propomos o aprofundamento no estudo do esporte como uma prática corporal específica, caracterizada por regras formais, competição, desenvolvimento de habilidades motoras e impacto no aprimoramento físico e social dos indivíduos. O objetivo é valorizar a diversidade cultural presente no esporte e reconhecê-lo como um fenômeno social capaz de promover a inclusão e o respeito às diferenças.

As habilidades de Linguagens são mobilizadas em diversos momentos da 2ª Parada. A habilidade EM13LGG101 é trabalhada quando os estudantes analisam os processos de produção de discursos sobre o esporte e a indústria cultural. A habilidade EM13LGG102 é promovida por meio da análise das visões de mundo e ideologias presentes nos discursos midiáticos sobre esportes e práticas corporais, ampliando a capacidade de interpretação crítica da realidade. A EM13LGG103 é utilizada ao incentivar os estudantes a interpretar diferentes linguagens presentes no contexto esportivo (visuais, verbais e corporais), promovendo uma leitura crítica das práticas corporais como fenômenos socioculturais. A EM13LGG201 é desenvolvida por meio do uso das práticas corporais como fenômenos sociais e culturais, valorizando a diversidade e o respeito às diferentes formas de expressão corporal em contextos históricos e sociais. A EM13LGG301 é considerada quando os estudantes participam de produções coletivas e reflexões críticas sobre o esporte. A habilidade EM13LGG303 é trabalhada ao debater questões polêmicas, como o impacto da indústria cultural no esporte, incentivando a formulação de posições críticas e sustentadas sobre o papel das práticas corporais na sociedade. A EM13LGG501 é mobilizada ao selecionar e utilizar conscientemente os movimentos corporais nas práticas esportivas, de modo a promover relações empáticas, éticas e de respeito às diferenças nas interações sociais. A EM13LGG502 é relevada ao se ao analisar criticamente preconceitos e estereótipos presentes nas práticas esportivas, adotando uma postura contrária à discriminação e injustiças, e promovendo valores democráticos. A habilidade EM13LGG503 é promovida por meio da vivência das práticas corporais como uma forma de autoconhecimento e socialização, integrando-as aos projetos de vida dos estudantes e valorizando sua importância para a saúde e o bem-estar.

1. Oriente os estudantes a observar as imagens e reconhecer o que está sendo retratado. Incentive-os a argumentar se as representações analisadas podem ou não ser consideradas esporte, com base no que eles já conhecem e nos elementos das fotografias.

2. Esta atividade busca aprofundar a compreensão dos estudantes sobre o conceito de esporte, confrontando a definição legal com diferentes práticas corporais e incentivando o debate sobre a abrangência do termo. Explore a relação entre esporte, lazer, saúde e cultura, destacando o papel das políticas públicas em garantir o acesso democrático a essas práticas. Incentive os estudantes a refletir criticamente sobre as diferentes formas de manifestação do esporte e a importância de valorizar a diversidade de práticas corporais, mesmo aquelas que não se encaixam estritamente na definição legal. Aproveite a oportunidade para problematizar o uso da palavra "esporte" no senso comum e em associação a produtos como carros, relógios, roupas esportivas e como isso representa a grande influência do esporte na sociedade.

a) Espera-se que os estudantes reconheçam que sim, brincar de vôlei com a família se enquadra na definição de esporte da Lei Geral do Esporte. Apesar de ser uma atividade informal e recreativa, ela envolve predominantemente a atividade física e pode ter como objetivos o lazer, a promoção da saúde e a interação social.

b) Espera-se que os estudantes reconheçam a pluralidade de discussões em torno de reconhecer o xadrez como esporte. No texto da lei, que caracteriza o fator de atividade física como predominante na definição de esporte, o xadrez não se enquadra como tal. No entanto, é importante que reconheçam que o xadrez possui características esportivas, como a competição, as regras e o desenvolvimento de habilidades estratégicas, sendo reconhecido como esporte em outros contextos e legislações.

c) Espera-se que os estudantes compreendam que a ginástica feita em casa, como a prática de abdominais, é uma atividade

física cuja garantia de acesso também está definida na Lei Geral do Esporte; entretanto, trata-se de uma atividade sem as demais características do conceito de esporte. A lei define o esporte como uma atividade com objetivos recreativos, de alto rendimento ou de entretenimento, o que não se aplica diretamente à ginástica praticada em casa. Por outro lado, ao reconhecer a atividade física como direito de todos, a lei incentiva que políticas públicas de esporte e lazer promovam o acesso a práticas de ginástica com objetivo de buscar uma boa saúde, condicionamento físico e socialização. Isso mostra que a dinâmica conceitual em torno da prática de atividades físicas e suas relações com o termo esporte é dinâmica e plural.

d) Espera-se que os estudantes reconheçam que, pela definição da Lei Geral do Esporte, os *e-sports* não são classificados como esportes, pois, apesar de exigirem habilidades motoras e estratégicas, não envolvem predominantemente a atividade física. No entanto, é importante que os estudantes estejam cientes do crescente reconhecimento dos *e-sports* como modalidades competitivas e de entretenimento, que em alguns contextos são integradas ao universo esportivo e que há movimentações políticas para incluir os *e-sports* na legislação esportiva do país, como o Projeto de Lei nº 205/23.

3. a) Espera-se que os estudantes utilizem diferentes critérios para classificar as modalidades, como:

- Tipo de ambiente: terrestre, aquático, aéreo.
- Objetivo da atividade: marcar pontos, alcançar um objetivo, superar obstáculos, demonstrar habilidades.
- Interação com o adversário: individual, coletivo, com ou sem contato físico.
- Recursos utilizados: bola, raquete, arco e flecha, bicicleta, *skate*, prancha de surfe, etc.

Após a socialização dos critérios, apresente a classificação didática proposta pela BNCC. Compare com os estudantes as categorizações propostas pelos grupos e a classificação da BNCC, destacando semelhanças e diferenças, e promovendo a discussão sobre os critérios utilizados em cada caso.

b) Esta atividade busca consolidar o aprendizado sobre as modalidades esportivas presentes nos Jogos Olímpicos de forma lúdica e interativa. Incentive a participação de todos os estudantes, valorizando seus conhecimentos e estimulando a colaboração e o respeito mútuo durante o jogo. Explore as diferentes formas de descrever os esportes, destacando as características, regras e movimentos específicos de cada modalidade. Utilize a atividade como oportunidade para ampliar o repertório cultural dos estudantes e despertar o interesse por diferentes práticas esportivas.

- Espera-se que os estudantes comparem os critérios de classificação que utilizaram com aqueles da BNCC, identificando semelhanças e diferenças. É possível que alguns grupos tenham utilizado critérios semelhantes aos da BNCC, como o tipo de interação (individual ou coletiva) e o ambiente de prática (terra, água, ar), enquanto outros podem ter criado categorias diferentes, com base em outros aspectos, como o uso de materiais ou o objetivo da modalidade.
- Espera-se que os estudantes reconheçam que a classificação dos esportes facilita a organização e a compreensão das diferentes modalidades, permitindo que sejam agrupadas de acordo com suas características e objetivos. A classificação também auxilia na comunicação e no estudo do esporte, além de poder ser utilizada para fins pedagógicos, como na organização de aulas e atividades esportivas.

c) Espera-se que os estudantes participem ativamente do jogo, demonstrando conhecimento sobre as modalidades olímpicas e colaborando com os colegas na identificação dos esportes. Durante a atividade, observe se eles utilizam diferentes estratégias para descrever os esportes, como características, regras, movimentos, história e curiosidades, e se demonstram respeito e colaboração com os colegas.

4. Esta atividade busca ampliar a compreensão dos estudantes sobre o esporte, para além dos aspectos técnicos e regras, reconhecendo-o como um fenômeno sociocultural que reflete valores, tradições e contextos de diferentes sociedades.

a) Espera-se que os estudantes compreendam a diferença entre a visão tradicional da técnica corporal, focada na eficiência biomecânica do movimento, e a visão de Mauss, que considera a técnica como uma construção cultural, carregada de significados e simbolismos.

b) Espera-se que os estudantes reconheçam que entender o esporte como fenômeno sociocultural permite ir além das regras e técnicas, compreendendo como ele reflete valores, tradições e contextos de diferentes sociedades. Essa visão amplia a compreensão do esporte e promove uma Educação Física mais inclusiva e significativa.

c) Espera-se que os estudantes percebam que a simples reprodução de gestos técnicos dos atletas de elite desconsidera o tempo necessário para o desenvolvimento de tais habilidades e ignora a diversidade cultural e os interesses dos estudantes. Cada estudante tem suas motivações e formas de se relacionar com o esporte, e a pedagogia deve respeitar essas individualidades.

d) Espera-se que os estudantes identifiquem como a mídia, ao amplificar e glamourizar os gestos dos atletas de elite, pode criar uma percepção distorcida do esporte, estabelecendo padrões estéticos e de desempenho muitas vezes inatingíveis para a maioria das pessoas. Essa influência pode levar à exclusão e à desmotivação daqueles que não se encaixam nesses modelos.

e) Espera-se que os estudantes proponham abordagens pedagógicas que valorizem a diversidade de práticas e vivências esportivas, respeitando as especificidades culturais dos estudantes e suas diferentes motivações. O foco deve estar na participação, no prazer e no desenvolvimento integral, e não apenas na busca pelo alto rendimento.

f) Espera-se que os estudantes reconheçam que a integração dos aspectos simbólicos no ensino do esporte é fundamental para resgatar sua dimensão cultural e social, permitindo que ele seja compreendido como uma prática humana completa, que vai além da técnica e envolve significados, valores e relações sociais.

5. Esta atividade explora a evolução histórica do esporte, utilizando o voleibol como exemplo, e promove a reflexão sobre as mudanças nas regras, materiais, técnicas e contextos de prática ao longo do tempo. Incentive os estudantes a observar as imagens e a identificar as diferenças nos locais de prática, vestimentas e movimentos corporais, refletindo sobre como essas mudanças se relacionam com as transformações sociais, culturais e tecnológicas ao longo do tempo. Estimule a pesquisa sobre as mudanças nas regras do voleibol e a formulação de hipóteses sobre os motivos que levaram a essas transformações, promovendo a compreensão do esporte como um fenômeno dinâmico e em constante evolução.

6. Nessa atividade, os estudantes vivenciarão as mudanças propostas no voleibol. Com isso, espera-se que eles estejam atentos às regulações, que se fazem fundamentais em todos os esportes.

7. As perguntas buscam incentivar a reflexão crítica dos estudantes sobre a relação entre esporte, economia e cultura no contexto da indústria cultural, promovendo uma visão mais consciente do papel do esporte na sociedade contemporânea.

a) O esporte, assim como a arte e a cultura, é tratado como um produto da indústria cultural, com eventos organizados para atender aos interesses econômicos de grandes corporações e patrocinadores. As práticas esportivas se tornam mercadorias, promovendo o consumo de produtos associados e o foco se desloca para a geração de lucros e a satisfação das expectativas do mercado global.

b) A indústria cultural transforma o esporte em um espetáculo midiático, com foco no entretenimento e no consumo em massa. Isso privilegia determinados esportes com maior apelo

comercial, como futebol e basquete, enquanto práticas esportivas de povos com menor influência econômica, como as culturas africanas e indígenas, são marginalizadas e sub-representadas.

c) A indústria cultural tende a promover esportes que geram mais lucro e atraem grandes audiências, limitando o acesso e a visibilidade de práticas corporais de culturas minoritárias ou de grupos como o das mulheres. Esportes que não se encaixam nessa lógica de mercado global recebem menos atenção da mídia, o que reduz o interesse e o acesso a essas práticas por parte do público.

8. Esta atividade proporciona uma oportunidade para que os estudantes vivenciem a pesquisa com o uso da observação e tomada de notas e aprofundem seus conhecimentos sobre a Cultura Corporal de Movimento em sua comunidade. Incentive a participação ativa dos estudantes em todas as etapas da pesquisa, desde a escolha do tema e do local até a análise dos dados e a elaboração do relatório. Oriente os estudantes na aplicação das técnicas de observação e registro em diário de campo e promova a reflexão crítica sobre os dados coletados. Ao final incentive o compartilhamento dos resultados da pesquisa com a comunidade escolar e local, valorizando a produção de conhecimento dos estudantes.

3ª Parada – Redes sociais e os padrões de beleza

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 6, 8 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG301, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

- **Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas:** EM13CHS401, EM13CHS503.
- **Habilidade de Ciências da Natureza:** EM13CNT207.

Nesta Parada, o objetivo é que os estudantes desenvolvam um olhar crítico sobre a influência da mídia e das redes sociais na construção da imagem corporal, reconhecendo os impactos – positivos e negativos – desses padrões estéticos na saúde mental e física, especialmente entre jovens e adolescentes.

As habilidades de Linguagens, Ciências Humanas e Ciências da Natureza são mobilizadas em diversos momentos da 3ª Parada. A EM13LGG101 é acessada com a análise dos discursos midiáticos sobre corpo e beleza e ao se levantar a maneira como eles são produzidos e circulam, desenvolvendo a capacidade de o estudante fazer escolhas informadas sobre a forma como consomem e reproduzem esses discursos. A EM13LGG103 é promovida por meio de discussões sobre as imagens corporais nas redes sociais e os padrões de beleza, permitindo aos estudantes interpretar e produzir discursos críticos sobre as representações visuais e corporais que consomem e reproduzem. A EM13LGG202 é mobilizada nas atividades que incentivam os estudantes a analisar como as redes sociais e a mídia promovem ideais de corpo e saúde, reproduzindo ideologias ligadas a padrões de beleza, poder e controle social. A EM13LGG204 é trabalhada pelo diálogo sobre práticas corporais e padrões de beleza, combinado com o combate a preconceitos como a gordofobia, promovendo um ambiente de respeito à diversidade e aos direitos humanos e a convivência inclusiva. A EM13LGG301 é incrementada nas atividades colaborativas sobre ginástica e padrões de beleza, em que os estudantes participam ativamente de processos de produção de sentido que envolvem tanto aspectos corporais quanto discursivos. A EM13LGG303 aparece nas discussões sobre distúrbios alimentares, gordofobia e padrões de beleza que oferecem aos estudantes a oportunidade de debater questões sociais complexas, analisando diferentes perspectivas e formulando posições críticas. A EM13LGG501 é mobilizada quando os estudantes realizam práticas de ginástica e discutem a questão da imagem corporal, selecionando e utilizando movimentos corporais com uma visão crítica e consciente. As habilidades EM13LGG502 e EM13LGG503 são promovidas quando os estudantes analisam criticamente a gordofobia e os estereótipos relacionados ao corpo ideal presentes nas práticas corporais. A EM13CHS401 é tratada nas discussões sobre a influência da mídia e das redes sociais nos padrões de beleza, a forma como isso se conecta com as transformações tecnológicas e como diferentes grupos sociais se relacionam com essas questões. A EM13CHS503 é trabalhada na abordagem sobre gordofobia e preconceitos em relação à imagem corporal e como isso influencia diretamente na identificação de formas de violência simbólica e psicológica, promovendo o combate a esses preconceitos. A EM13CNT207 é acionada na abordagem da saúde física e mental em relação à pressão por padrões de beleza, propondo atividades que incentivam os estudantes a refletirem sobre seu bem-estar físico e emocional, promovendo ações de prevenção a distúrbios.

Estimule a reflexão sobre comportamentos gordofóbicos e como eles se manifestam no dia a dia, impactando as pessoas obesas, principalmente no ambiente escolar e nas práticas de exercício físico. Auxilie os estudantes a avaliar o conteúdo que consomem nas redes sociais, especialmente em relação à promoção de dietas, exercícios físicos e a busca por um "corpo ideal". Fomente o desenvolvimento de valores que estimulem o respeito e a aceitação da diversidade de corpos, quebrando estereótipos e padrões restritos de beleza, e promovendo a ideia de que saúde e bem-estar podem ser alcançados em diferentes tipos de corpos.

1. a) Espera-se que os estudantes reflitam sobre seus hábitos de uso das redes sociais, os tipos de conteúdo que consomem e como estes podem influenciar sua autoimagem, autoestima e comportamento. Incentive-os a compartilhar exemplos e a identificar influências positivas e negativas em suas experiências.

b) Espera-se que os estudantes analisem a relação entre a forma física e a imagem que as pessoas buscam projetar nas redes sociais, e como essa busca por uma "versão idealizada" pode afetar a autoimagem e a autoestima. Incentive-os a discutir a pressão por atender a padrões estéticos e como isso pode impactar a percepção do próprio corpo.

c) Espera-se que os estudantes reflitam sobre seus próprios sentimentos e comportamentos em relação à postagem de fotos nas redes sociais, e como a busca por aprovação e o desejo de se encaixar em padrões de beleza podem influenciar suas escolhas e ações. Este é um momento importante para fazer uma avaliação diagnóstica da turma, observando possíveis inseguranças e desconfortos relacionados à imagem corporal e reforçando a importância de uma autoimagem saudável e da consciência de que as imagens nas redes sociais podem ser e estar manipuladas.

d) Estimule os estudantes a conversarem abertamente sobre suas motivações para realizar mudanças corporais, analisando a influência das redes sociais em suas decisões. Incentive-os a refletir se essas mudanças são motivadas por vontade própria ou por pressões externas. Explore questões como saúde, bem-estar, autoestima e aceitação.

e) Espera-se que os estudantes analisem criticamente o conteúdo que consomem nas redes sociais, avaliando a influência de influenciadores e de páginas que promovem dietas, exercícios e modificação corporal. Incentive-os a questionar os padrões de beleza e saúde veiculados por esses canais e a buscar informações confiáveis e baseadas em evidências científicas. Se possível, faça uma lista de perfis que os estudantes seguem para avaliar pontos de atenção que você precisa trabalhar para que façam a análise crítica da confiabilidade desses conteúdos. Conecte essa conversa com a produção final, que será a criação de um perfil em rede social, incentivando os estudantes a observar as redes sociais com um olhar mais crítico e consciente. Avalie a possibilidade de já orientá-los sobre a primeira etapa da produção final, descrita no **Desembarque**, para que tenham mais tempo para realizar a produção durante o processo de aprendizagem.

Padrões de beleza: riscos para adolescentes e jovens

2. Esta atividade proporciona uma oportunidade para que os estudantes reflitam criticamente sobre os padrões de beleza e a influência da mídia na construção da imagem corporal. Incentive a participação ativa deles em todas as etapas da atividade, promovendo o debate, a troca de ideias e a construção de uma visão mais crítica e consciente sobre o corpo. Explore as diferentes percepções de beleza e os critérios utilizados pelos estudantes, problematizando a busca por um "corpo ideal" e os riscos da insatisfação corporal. Divida a turma em grupos e solicite que cada equipe selecione imagens de pessoas consideradas "bonitas", em diferentes mídias (revistas, TV, internet). Oriente os grupos a analisar as imagens selecionadas, identificando possíveis padrões de beleza e refletindo sobre os critérios que utilizam para definir a beleza. Promova uma discussão com toda a turma sobre a diversidade de padrões de beleza e a influência da mídia e da cultura na construção desses padrões. Problematize a busca por um "corpo ideal" e os riscos associados à insatisfação corporal, como distúrbios alimentares, depressão e ansiedade.

As respostas das questões são pessoais e dependem das imagens selecionadas pelo grupo, mas espera-se que os estudantes observem e identifiquem possíveis padrões de beleza, refletindo sobre os critérios que utilizam para definir a beleza.

3. **a)** Espera-se que os estudantes relacionem o alto uso das redes sociais por adolescentes e jovens com a exposição a padrões de beleza idealizados, reconhecendo que essa exposição pode gerar insatisfação corporal e pressão para se adequar a esses padrões. Incentive a análise crítica e a reflexão sobre as próprias experiências com as redes sociais os efeitos negativos dessa exposição.

b) Espera-se que os estudantes analisem criticamente o uso de filtros e ferramentas de edição de imagens e vídeos nas redes sociais, reconhecendo que esses recursos podem criar uma imagem distorcida da realidade e reforçar padrões de beleza irrealistas. Explore o impacto desses recursos na comparação social e na pressão por alcançar um ideal de beleza virtual.

c) Espera-se que os estudantes sugiram e discutam estratégias para desenvolver uma visão crítica sobre os padrões de beleza nas redes sociais, como seguir perfis que promovam a aceitação corporal, participar de movimentos como o Body Positive e aprender a questionar as imagens idealizadas que veem *on-line*.

Estimule os estudantes a propor estratégias concretas para lidar com a pressão dos padrões de beleza e construir uma relação mais saudável com a própria imagem corporal. Explore movimentos como o Body Positive e discuta o impacto positivo de seguir influenciadores que promovem a diversidade corporal e a autoaceitação.

Caso considere relevante, relacione a discussão com o ciberativismo, apresentando perfis de ativistas que criticam os padrões de beleza e promovem a diversidade corporal. Explore os recursos utilizados por esses perfis, como linguagem, imagens e estratégias de comunicação, e discuta seu impacto e engajamento. Essa análise pode auxiliar os estudantes na produção final do capítulo, que envolve a criação de um perfil em rede social para promover a inclusão e a diversidade na Cultura Corporal de Movimento.

Sugestão de ampliação

Você também pode se preparar para ampliar o trabalho consultando produções acadêmicas como:

- DA SILVA, Sulamita Rosa; JIMENEZ, Maria Luisa Jimenez; DE SOUZA, Suyanne Héria Vieira. Intersecções entre racismo e gordofobia para construção de uma educação antirracista e antigordofóbica. *Revista Inter-Ação*, v. 49, n. ed. especial, p. 900-917, 2024. Disponível em: https://revistas.ufg.br/interacao/article/view/79439. Acesso em: 9 out. 2024.

Ao abordar o movimento Body Positive, incentive os estudantes a refletir criticamente sobre a relação entre a forma física e a imagem que desejam mostrar nas redes sociais, desenvolvendo uma percepção mais consciente e saudável sobre o corpo e seus significados.

Incentive-os a pensar sobre como a publicação de fotos, especialmente aquelas que mostram transformações corporais, pode influenciar tanto a autopercepção quanto a percepção dos outros. Este é um momento importante para discutir questões de autoestima e saúde mental; então, esteja atento a estudantes que possam se sentir desconfortáveis ou constrangidos com o tema. Promova uma conversa aberta e acolhedora, destacando que a autoimagem saudável não deve ser baseada em padrões de beleza irrealistas e que as fotos nas redes são frequentemente manipuladas. Estimule os estudantes a adotarem uma postura crítica em relação ao conteúdo de influenciadores e redes sociais, reconhecendo as pressões externas que podem influenciar suas decisões sobre dietas, exercícios e aparência corporal.

Padrões de beleza e distúrbios alimentares

4. Incentive os estudantes a discutirem criticamente os padrões de beleza promovidos pela mídia e pelas redes sociais e como estes afetam a saúde mental e física, podendo levar ao desenvolvimento de distúrbios alimentares como anorexia e bulimia. Ao trabalhar em grupo, oriente os estudantes a refletirem sobre suas próprias experiências com a alimentação e o corpo, e como se sentem pressionados pela mídia para se encaixar em determinados padrões. Este é um momento crucial para abordar temas sensíveis, por isso, esteja atento a sinais de desconforto ou vulnerabilidade entre os estudantes.

Durante a discussão sobre gordofobia, reforce a importância de tratar todos os corpos com respeito e dignidade, independentemente de seu tamanho ou forma. Promova uma conversa aberta sobre preconceitos, especialmente os disfarçados de "preocupações com a saúde". Fique atento para que os estudantes compreendam que a saúde não está diretamente ligada à magreza, e que o preconceito contra corpos gordos pode impactar severamente a saúde mental e a autoestima das pessoas. Aproveite o momento para reforçar valores de inclusão e empatia, destacando a importância de respeitar todas as pessoas, independentemente de suas características físicas.

Ginásticas de condicionamento físico e padrões de beleza

Discuta com os estudantes as características dos corpos que mais são publicados nas redes sociais e os motivos pelos quais isso ocorre, levando-os a refletir sobre como essas imagens influenciam suas concepções de corpo ideal e seus comportamentos. Questione-os sobre quais práticas corporais ou exercícios indicariam para um amigo que deseja emagrecer e os motivos da indicação. Após ouvir as sugestões, ressalte a importância de cada pessoa buscar práticas corporais prazerosas que contribuam para sua aderência e que respeitem suas individualidades, e que cada atividade possui características específicas de volume e intensidade, sendo necessária a orientação de um profissional capacitado para evitar lesões e problemas de saúde. Explore as experiências dos estudantes com práticas de ginástica de condicionamento físico e como eles percebem a presença delas nas redes sociais.

5. Incentive os estudantes a refletir sobre a relação entre ginásticas de condicionamento físico e os padrões de beleza que circulam nas redes sociais. Durante a discussão, questione-os sobre as características dos corpos que costumam aparecer nas mídias e como isso influencia suas concepções de corpo ideal. É importante que os estudantes compreendam que as práticas de exercícios físicos devem ir além da busca por um corpo esteticamente "perfeito" e se concentrem em promover a saúde, o bem-estar e a individualidade de cada praticante. Durante a escolha e apresentação dos exercícios, destaque que cada corpo tem suas próprias necessidades e limitações, e que respeitar essas particularidades é fundamental para

evitar lesões e promover uma experiência positiva com o exercício físico. Incentive a turma a experimentar diferentes níveis de intensidade, reforçando a importância de adaptar as práticas de ginástica de acordo com o condicionamento físico e os objetivos pessoais. Ao final da atividade, estimule uma discussão sobre a importância de encontrar prazer na prática de exercícios físicos e como isso pode contribuir para uma maior adesão e continuidade da atividade física. Fique atento para que o foco da conversa não fique preso a padrões estéticos, mas sim nos benefícios para a saúde e no respeito à individualidade de cada um.

Avaliação e cuidados com a imagem corporal

Este questionário pode ser utilizado como ferramenta para que os estudantes avaliem seus próprios níveis de insatisfação corporal e reflitam sobre a influência dos padrões de beleza em suas vidas, utilizando o questionário BSQ (*Body Shape Questionnaire*). Explique aos estudantes que o BSQ é um instrumento de pesquisa que avalia a preocupação com a forma física e a insatisfação com o corpo. Incentive-os a responder às questões de forma honesta e individual, ressaltando que não há respostas certas ou erradas. Após responderem ao questionário, promova uma discussão sobre os resultados, esclarecendo dúvidas e incentivando a busca por ajuda profissional caso haja necessidade. Aborde temas como a influência da mídia, a pressão social por um "corpo ideal" e a importância da autoaceitação e do respeito à diversidade corporal. Lembre-se de que este é um tema sensível, portanto, conduza a discussão com sensibilidade e respeito, criando um ambiente seguro e acolhedor para que os estudantes possam compartilhar suas experiências e reflexões.

Sugestão de ampliação

Caso queira ampliar o trabalho, você pode abordar os distúrbios alimentares relacionados a marcadores de gênero e orientação sexual. Saiba mais sobre o tema acessando produções acadêmicas, como:

- ALMEIDA, Maurício *et al. Intervenção preventiva em distúrbios de imagem corporal, transtorno alimentar e dismorfia muscular: um estudo com homens brasileiros cisgêneros gays e bissexuais*. Principia: Caminhos da Iniciação Científica, v. 23, 2023. Disponível em: https://periodicos.ufjf.br/index.php/principia/article/view/40445/27175. Acesso em: 9 out. 2024.

4ª Parada: Marcadores sociais da diferença e práticas corporais: o balé em foco

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 6, 8 e 9.

Competência específica de Linguagens: 1, 2 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG202, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

- **Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas:** EM13CHS503, EM13CHS601.

O objetivo desta Parada é aprofundar a reflexão crítica sobre os marcadores sociais da diferença e como eles influenciam o acesso e a participação nas práticas corporais. A análise do balé e da trajetória de bailarinas negras servirá como ponto de partida para discutir a interseccionalidade e as barreiras sociais que impedem o acesso e o desenvolvimento de grupos minoritários em diversas práticas corporais. A experimentação de gestos e movimentos de balé, adaptada a uma perspectiva inclusiva, permitirá aos estudantes vivenciar e observar em sua própria experiência corporal como questões de gênero se manifestam, com meninos e meninas criando juntos novas possibilidades de apropriação dessa dança.

As habilidades de Linguagens e Ciências Humanas e Sociais Aplicadas são mobilizadas em diversos momentos da 4ª Parada. A EM13LGG101 é trabalhada quando os estudantes analisam discursos e imagens ligados aos marcadores sociais da diferença. A EM13LGG202 é acessada quando os estudantes refletem sobre as barreiras enfrentadas por bailarinos negros e outras minorias nas práticas corporais. A EM13LGG301 é promovida pela atividade prática de criação de uma coreografia criativa. A EM13LGG501 é abordada quando os estudantes selecionam e utilizam movimentos corporais de forma consciente e intencional. A EM13LGG502 é trabalhada ao incentivar os estudantes a analisar criticamente preconceitos, estereótipos e relações de poder. A EM13LGG503 é promovida ao levar os estudantes a refletir sobre suas experiências com a dança e seus significados para seu projeto de vida. A EM13CHS503 pode ser tratada por meio das discussões sobre masculinidade tóxica e as barreiras enfrentadas por mulheres negras. A EM13CHS601 pode ser mobilizada em trabalho interdisciplinar com professores da área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas, pois a Parada promove a identificação e análise das demandas políticas e culturais das populações afrodescendentes no Brasil.

1. **a)** As imagens mostram indivíduos que podem ser identificados por marcadores sociais como raça (negros), classe social (originários de periferias) e gênero (homens e mulheres). Incentive-os a ir além das primeiras impressões, utilizando exemplos específicos das imagens para analisar como esses marcadores sociais podem afetar a visibilidade e a participação nas práticas culturais e corporais, especialmente no contexto do balé clássico, que historicamente tem sido um espaço de privilégio para determinados grupos sociais.

b) Espera-se que os estudantes reconheçam que as imagens retratam a diversidade das juventudes em termos de raça, classe social e participação em espaços que historicamente não são ocupados por esses grupos. Incentive a discussão sobre estereótipos comuns que associam a juventude a uma única imagem, promovendo o entendimento de que as juventudes são plurais e heterogêneas.

c) Espera-se que os estudantes elaborem uma lista abrangente de práticas corporais, reconhecendo a diversidade de manifestações da Cultura Corporal de Movimento entre as juventudes com as quais convivem, e como os marcadores sociais influenciam o acesso e a participação nessas práticas corporais.

d) Direcione os estudantes a refletir sobre sua realidade local e familiar, identificando exemplos de desigualdades no acesso e na vivência de práticas corporais, e como essas desigualdades afetam a vida cotidiana das pessoas.

e) Espera-se que os estudantes estabeleçam conexões entre as práticas corporais que observaram na atividade e as variações de contexto social e histórico que afetam as experiências da juventude. Incentive a reflexão sobre como as mudanças nas condições sociais influenciam o acesso e a participação em atividades corporais, especialmente entre grupos com diferentes marcadores sociais.

O objetivo do texto "O balé como espaço de luta e resistência" é levar os estudantes a refletir sobre como os marcadores sociais da diferença influenciam o acesso e a participação em práticas corporais, utilizando o balé como exemplo. Incentive a discussão sobre as barreiras enfrentadas por pessoas de diferentes grupos sociais, como mulheres, negros, pessoas com deficiência e pessoas LGBTQIA+, e como a superação delas pode inspirar a construção de uma sociedade mais inclusiva e democrática. Estimule a pesquisa e a apresentação de histórias de bailarinos que desafiaram estereótipos e transformaram o mundo da dança.

Espera-se que os estudantes analisem a trajetória de Ingrid Silva, identificando os desafios e as barreiras que ela enfrentou em sua carreira de bailarina devido a marcadores sociais como raça e classe social. Espera-se também que eles realizem uma pesquisa sobre outros bailarinos que superaram barreiras para se dedicar ao balé, considerando a interseccionalidade entre diferentes marcadores sociais da diferença.

2. Incentive os estudantes a relacionar os conceitos de interseccionalidade com as biografias dos bailarinos que pesquisarem. Ajude-os a perceber como fatores como raça, classe e gênero influenciam as oportunidades no balé. Promova uma reflexão sobre como iniciativas sociais, como projetos comunitários, podem contribuir para quebrar essas barreiras e ampliar o acesso à dança para todos, incentivando o protagonismo dos estudantes na construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.
3. Facilite a exploração dos movimentos do balé por meio de uma abordagem inclusiva, em que todos os estudantes possam participar, independentemente do nível de habilidade, adaptando os exercícios e movimentos às necessidades e limitações de cada um. Estimule a criatividade ao propor que eles expressem, por meio da dança, as barreiras e superações que os bailarinos enfrentaram, utilizando a linguagem corporal para contar histórias e transmitir emoções. Use as formas geométricas e o espaço para incentivar o pensamento coreográfico e a expressão corporal, explorando as possibilidades de movimento e criação em diferentes níveis e planos.

Interseccionalidade nas práticas corporais

4. O objetivo desta atividade é aprofundar a compreensão dos estudantes sobre o conceito de interseccionalidade e a maneira como a interação entre diferentes marcadores sociais da diferença (como raça, gênero, classe social, etc.) influencia as experiências e oportunidades nas práticas corporais.
   a) É importante que os estudantes reflitam sobre como a percepção de fragilidade associada ao feminino pode limitar as oportunidades para mulheres nas práticas corporais, e como os estereótipos sobre a força e a resistência de mulheres negras podem ser usados para justificar a exploração e a violência. Para saber mais sobre o tema, acesse a notícia do *site* da Câmera dos Deputados, disponível em: https://www.camara.leg.br/noticias/954260-debatedores-dizem-que-mulheres-negras-e-pobres-sao-maiores-vitimas-violencia-obstetrica/ (acesso em: 11 out. 2024).
   b) Incentive os estudantes a compartilhar experiências pessoais ou que tenham observado, promovendo uma reflexão sobre como a interseccionalidade afeta as oportunidades em práticas corporais, especialmente para mulheres negras. Estimule-os a pensar em exemplos concretos de como a combinação de diferentes marcadores sociais pode gerar desigualdades e discriminações.
   c) Espera-se que os estudantes identifiquem a presença de valores associados à masculinidade tóxica nas práticas esportivas que conhecem, como a agressividade, a competitividade exacerbada e a desvalorização de comportamentos considerados "femininos". É importante que eles reflitam sobre como esses valores podem gerar exclusão e violência, tanto para homens – que se sentem pressionados a se encaixar nesses padrões – quanto para mulheres, que podem ser afastadas do ambiente esportivo ou sofrer assédio. Caso julgue adequado, discuta com os estudantes algumas iniciativas de combate à violência contra a mulher no Brasil, como as relatadas no *site* de notícias do Governo Federal: https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2024-03/governo-lanca-plano-de-prevencao-e-combate-violencia-contra-mulher (acesso em: 11 out. 2024).
   d) A masculinidade tóxica contribui para a desvalorização e a estigmatização de práticas corporais consideradas "femininas", como a dança e o balé, o que pode inibir a participação de meninos nessas atividades e reforçar estereótipos de gênero. É fundamental que os estudantes reflitam sobre como esses preconceitos limitam as escolhas e as possibilidades de expressão dos indivíduos.
   e) Espera-se que os estudantes assumam um papel ativo na construção de um ambiente escolar mais inclusivo e igualitário, propondo ações e atitudes que promovam o respeito à diversidade e o combate a todas as formas de discriminação nas práticas corporais.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 5, 7 e 9.

Competência específica de Linguagens: 1, 2 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG701, EM13LGG703.

- **Habilidades de Computação:** EM13CO19, EM13CO20, EM13CO21, EM13CO22.

Esta seção convida os estudantes a aplicarem seus conhecimentos sobre a Cultura Corporal de Movimento em um projeto de ciberativismo, utilizando as redes sociais para promover a reflexão e a transformação social. Incentive a criatividade, o trabalho colaborativo e a análise crítica durante o processo de criação e gestão do perfil. Oriente os estudantes na escolha da rede social, na definição da linha editorial do perfil, na produção de conteúdos relevantes e na utilização de ferramentas de análise de mídias sociais. Estimule a reflexão sobre o impacto do projeto na comunidade escolar e o papel do ciberativismo na promoção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

As habilidades de Linguagens e Computação são mobilizadas em diversos momentos do **Desembarque**. As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG104 são abarcadas na compreensão e análise dos processos de produção e circulação de discursos nas redes sociais. A EM13LGG202 é ativada na análise dos interesses e relações de poder nos discursos das práticas corporais e linguagens digitais. A EM13LGG204 é acionada na criação de conteúdos ativistas que promovam o diálogo e o respeito aos direitos humanos. A EM13LGG701 é incrementada na exploração e utilização ética e criativa das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDIC). A EM13LGG703 é mobilizada na produção de conteúdos digitais colaborativos que engajem a comunidade escolar. A EM13CO19 é tratada quando os estudantes utilizam diferentes mídias e ferramentas digitais para expor e argumentar propostas. A EM13CO20 é trabalhada na avaliação da confiabilidade das informações e nas consequências da disseminação de dados e mensagens nas redes. A EM13CO21 é desenvolvida quando os estudantes comunicam ideias complexas por meio de objetos digitais. A EM13CO22 é acionada no processo de produção e publicação de conteúdos multimodais.

Avalie a possibilidade de integrar seu trabalho com o professor responsável pelo trabalho com tecnologias digitais na escola.

CRIAÇÃO DE CONTEÚDOS DIGITAIS PARA REDE SOCIAL

Ativismo nas redes sociais

1. Nesta atividade, é fundamental que os estudantes compreendam o conceito de ciberativismo e a importância das redes sociais como ferramentas para a promoção de causas sociais. Estimule a reflexão sobre a relevância do ativismo digital para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva. Auxilie os estudantes na pesquisa de perfis ativistas, incentivando-os a analisar criticamente os conteúdos e as estratégias de comunicação utilizadas. Oriente-os na escolha de um perfil que sirva de inspiração para a criação do seu próprio perfil de ativismo social.

Análise de mídias sociais

2. Oriente os estudantes na utilização de ferramentas de análise de mídias sociais, explicando a importância de compreender as métricas e a maneira como elas refletem o impacto de um perfil. Incentive-os a aprofundar a análise, observando como os perfis utilizam diferentes recursos multimodais para engajar seguidores e comunicar suas causas. Auxilie-os na organização dos dados e estimule a apresentação clara e objetiva dos resultados, demonstrando como essas estratégias podem ser aplicadas na criação de seus próprios perfis de ativismo.

Criação do perfil e dos conteúdos digitais

3. Auxilie Auxilie os estudantes na criação de conteúdos digitais relevantes e engajadores, incentivando a diversidade de formatos e o uso criativo das ferramentas de cada rede social. Estimule-os a utilizar histórias e depoimentos reais para humanizar o conteúdo e aproximar o público. Oriente-os na curadoria de informações confiáveis e na definição de uma estratégia multimodal que seja coerente com o tema escolhido e com os objetivos do perfil.

Avaliando o aprendizado

4. Oriente os estudantes a monitorar o impacto de seus perfis, utilizando as ferramentas de análise de mídias sociais. Incentive-os a coletar *feedback* da comunidade e a refletir criticamente sobre o processo de criação e o impacto gerado pelo perfil. Promova uma autoavaliação das estratégias utilizadas e estimule a revisão dos conteúdos com base no *feedback* recebido, visando o aprimoramento do projeto e a ampliação de seu impacto na comunidade escolar.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

O objetivo é incentivar os estudantes a retomar os conteúdos abordados no capítulo, promovendo a reflexão e a autoavaliação da aprendizagem. Estimule a participação de todos, criando um ambiente de troca e diálogo sobre as experiências e os conhecimentos adquiridos ao longo da "viagem".

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta seção, os estudantes revisarão os conteúdos estudados ao longo do capítulo, respondendo a questões que abordam os principais temas trabalhados. Essas atividades permitem que eles consolidem seus conhecimentos sobre a Cultura Corporal de Movimento, o esporte, as redes sociais e a interseccionalidade, além de avaliar sua aprendizagem e identificar possíveis dúvidas e pontos que precisam ser retomados.

1. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. A Cultura Corporal de Movimento é o conjunto de práticas corporais que expressam e constroem significados culturais por meio do movimento. Ela abrange uma diversidade de práticas, como brincadeiras, jogos, danças, lutas, ginásticas, esportes e práticas corporais de aventura. Essas práticas vão além do aspecto físico, promovendo a expressão de valores, identidades e formas de interação social. Incentive os estudantes a refletirem sobre a diversidade de práticas abordadas, destacando que essas atividades vão além do movimento físico, promovendo a expressão de valores e identidades culturais.
2. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. As práticas corporais refletem valores culturais e sociais porque estão inseridas em contextos históricos, econômicos, ideológicos e políticos. Elas expressam identidades, promovem a socialização e podem tanto reforçar normas culturais quanto desafiar estereótipos e preconceitos. Reforce que os estudantes devem reconhecer o impacto dessas práticas no tecido social, mostrando como elas são moldadas pela cultura e, ao mesmo tempo, modelam a percepção de identidade e inclusão.
3. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. Os esportes são atividades institucionalizadas, com regras formais, organizações que regem sua prática e foco na competição e no desempenho. Os jogos possuem regras mais flexíveis e podem ser tanto competitivos quanto recreativos. As brincadeiras se caracterizam pela espontaneidade, com regras criadas ou modificadas pelos participantes, e priorizam o prazer e a interação social. Explique aos estudantes que essas diferenças se refletem na prática: esportes são mais formais, enquanto jogos e brincadeiras incentivam a liberdade e a adaptação das regras, promovendo criatividade e inclusão.
4. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A Lei Geral do Esporte assegura o direito ao esporte para todos, promovendo a inclusão de pessoas em vulnerabilidade social e pessoas com deficiência. A lei também garante a igualdade de oportunidades para mulheres em todas as funções e níveis esportivos, incentivando o desenvolvimento do esporte para a promoção da saúde e do lazer. Explique que é fundamental que os estudantes entendam o papel da legislação na promoção da equidade e no direito de todos à prática esportiva, independentemente de suas condições sociais ou físicas.
5. Esse assunto foi abordado nas 1ª e 2ª Paradas. Para ser considerada um esporte, uma prática corporal deve ser predominantemente física, possuir regras formalizadas por instituições esportivas e envolver a comparação de desempenhos e a competição formal. O esporte pode ser praticado em diferentes contextos, como o lazer, a saúde e o alto rendimento. Ajude os estudantes a compreenderem que nem toda prática corporal é esporte, ressaltando a necessidade de regras formais e competição para diferenciar o esporte de outras atividades físicas.
6. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. As redes sociais influenciam a percepção do corpo e a autoimagem ao promover padrões de beleza irrealistas e muitas vezes inalcançáveis. Jovens e adolescentes, ao se comparar com influenciadores digitais e celebridades, podem desenvolver uma visão distorcida de seus próprios corpos, levando à insatisfação e baixa autoestima. Explique aos estudantes que a influência das redes sociais é poderosa na construção da autoimagem e pode ter efeitos negativos, como a busca constante por um corpo idealizado que não reflete a realidade.
7. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Os padrões estéticos difundidos nas redes sociais podem causar impactos negativos na saúde mental, como ansiedade, depressão e transtornos alimentares, além de influenciar a saúde física por meio de dietas extremas e práticas corporais inadequadas. Esses padrões promovem uma obsessão pela aparência, levando muitos jovens a desenvolver comportamentos prejudiciais. Mostre aos estudantes a importância de criticar esses padrões e refletir sobre como a busca pela perfeição estética, impulsionada pelas redes, pode comprometer o bem-estar físico e mental.
8. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. As redes sociais muitas vezes reforçam atitudes gordofóbicas, promovendo corpos magros como o ideal e marginalizando corpos fora desse padrão. Isso afeta a participação de jovens em práticas corporais, pois muitos se sentem inadequados ou inseguros para se envolver em atividades físicas, temendo julgamentos ou discriminação. Ajude os estudantes a refletir sobre como a gordofobia prejudica a inclusão em ambientes esportivos e como é necessário combater esses estereótipos para garantir que todos tenham direito às práticas corporais sem preconceitos.
9. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. A interseccionalidade revela como os marcadores sociais de raça, gênero e classe social se combinam para influenciar as oportunidades de acesso às práticas corporais. Pessoas negras, mulheres e indivíduos de classes sociais mais baixas enfrentam maiores barreiras no acesso a esportes e lazer, devido à discriminação, falta de infraestrutura e exclusão social. Reforce que os estudantes devem compreender que as desigualdades sociais afetam diretamente quem pode ou não acessar espaços de prática corporal e como é necessário lutar por políticas inclusivas.
10. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. A interseccionalidade nos ajuda a compreender como diferentes marcadores sociais – como raça, gênero, classe social, orientação sexual, deficiência, etc. – se combinam para criar experiências únicas de opressão e privilégio. Ao analisar o acesso a uma prática corporal de seu interesse, considere como esses fatores se interseccionam e influenciam as oportunidades de participação de diferentes grupos sociais. Por exemplo, uma mulher negra e de baixa renda pode enfrentar mais dificuldades para acessar o balé clássico do que um homem branco de classe média, devido à combinação de fatores como racismo, sexismo e desigualdade socioeconômica. Estimule os estudantes a aplicar o conceito de interseccionalidade de forma crítica, escolhendo uma prática corporal que interesse a eles e analisando como as barreiras sociais e a combinação de diferentes marcadores podem interferir no acesso e na participação. Incentive-os a refletir sobre como essas desigualdades se manifestam em sua comunidade e a pensar em soluções para promover a inclusão e a equidade nas práticas corporais.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas dessa seção são pessoais. A autoavaliação é um processo fundamental para o desenvolvimento da autonomia e da responsabilidade dos estudantes em relação à sua aprendizagem.

2 DANÇAS E PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: CULTURAS JUVENIS EM FOCO

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, são discutidos temas relacionados à educação ambiental e ao consumo consciente, ao estilo de vida e aos hábitos específicos dos moradores de centros urbanos. Dessa maneira, são abordados os seguintes TCTs: Meio Ambiente (Educação ambiental e Educação para o consumo) e Cidadania e Civismo (Educação para o Trânsito).

Ao explorar práticas como *skate* e surfe, o capítulo promove a educação ambiental e o consumo consciente, comentando a importância de fazer escolhas responsáveis na compra de equipamentos como pranchas e roupas específicas para a prática esportiva segura, e tratando da problemática da poluição de praias e oceanos. A relação entre estilo de vida e surfe também é examinada, incentivando os estudantes a repensarem os hábitos de consumo e a adotarem práticas mais sustentáveis. A educação para o trânsito se dá por meio de discussões sobre o uso da bicicleta e do *skate* como meios de transporte nas cidades, promovendo a reflexão sobre direito à cidade, mobilidade urbana sustentável e convivência democrática em espaços públicos.

No campo da vida pessoal, são feitas análises sobre como os jovens podem utilizar as práticas corporais para expressão pessoal e engajamento em causas sociais. O capítulo incentiva a construção de projetos de vida que valorizem a inclusão, a diversidade, a justiça social e a preservação ambiental, além de promover o autoconhecimento e a busca por um estilo de vida saudável e equilibrado.

No campo jornalístico-midiático, há propostas de observação da cobertura da mídia sobre movimentos culturais juvenis e lutas sociais. Com isso, espera-se que os estudantes desenvolvam um olhar crítico sobre o papel da comunicação na formação da opinião pública. A produção final de campanha de conscientização oferece a oportunidade de se tornarem protagonistas na comunicação midiática.

No campo das práticas de estudo e pesquisa, o capítulo propõe a pesquisa e a investigação sobre as origens, os significados e os impactos sociais das práticas corporais abordadas no capítulo.

Os objetos de conhecimento envolvem as danças (*breaking* e forró), as práticas corporais de aventura urbana (*skate*) e na natureza (surfe) em conexão com as culturas juvenis.

O desenvolvimento de competências gerais está feito da seguinte maneira: a CG2 é trabalhada na abordagem de práticas corporais diversas, permitindo que os estudantes reflitam sobre temas de identidade, inclusão e respeito aos direitos humanos. A CG4 se destaca quando os estudantes são incentivados a argumentar sobre temas como inclusão de minorias, preservação ambiental e práticas corporais, utilizando linguagens variadas (corporal, verbal e digital) para expressar e construir conhecimento. A CG5 é desenvolvida por meio da expressão criativa dos estudantes em campanhas publicitárias e práticas corporais, utilizando mídias digitais e outros recursos para promover valores como inclusão, igualdade e sustentabilidade. A CG6 é mobilizada ao se valorizar a apreciação estética e cultural das práticas corporais, promovendo a importância dessas manifestações culturais para os diversos contextos sociais e para a construção de identidades. A CG7 se manifesta pelo uso de movimentos argumentativos para a discussão da diversidade e da sustentabilidade. A CG10 é promovida ao se incentivar os estudantes a trabalharem em atividades colaborativas e engajadas com responsabilidade e olhar crítico sobre temas de justiça social.

Em relação às competências específicas da área de Linguagens, a CE1 é ativada ao se analisar as diferentes linguagens presentes nas práticas corporais, permitindo a interpretação crítica da realidade social e a valorização das expressões juvenis na participação social dos estudantes. A CE2 é refletida na abordagem das práticas corporais como formas de resistência e expressão de identidade cultural, promovendo o debate sobre poder e pluralidade. A CE3 está presente ao se utilizar as práticas corporais como linguagem para expressão pessoal e coletiva em defesa dos direitos humanos. A CE5 é trabalhada nas atividades práticas como formas de expressão, nas oficinas de *skate* e nas vivências com o surfe. A CE6 é ativada quando os estudantes trabalham em projetos colaborativos, como campanhas e atividades práticas, que requerem a mobilização de conhecimentos culturais e a expressão de autoria. A CE7 é incrementada na análise e no uso das tecnologias para a promoção de causas socioambientais.

Em 2023, o Marco Temporal foi um dos temas mais debatidos no Congresso Nacional e no Supremo Tribunal Federal (STF), devido à sua importância para os direitos territoriais dos povos indígenas. Os defensores do Marco Temporal argumentam que a implementação traria segurança jurídica ao processo de demarcação de terras, prevenindo conflitos fundiários e estabelecendo limites para a expansão das terras indígenas. Essa perspectiva se ancora na ideia de que apenas as terras ocupadas pelos povos indígenas até a data da promulgação da Constituição de 1988 deveriam ser reconhecidas como territórios legítimos desses povos. No entanto, essa visão encontra forte oposição de lideranças indígenas, organizações de direitos humanos e diversos setores da sociedade civil, que consideram a tese do Marco Temporal injusta e inconstitucional. Os argumentos se baseiam no fato de que muitos povos indígenas foram vítimas de exploração, conflitos e políticas estatais opressivas. Para eles, o Marco Temporal, ao ignorar essa realidade histórica, acaba por legitimar uma profunda injustiça, negando o direito desses povos às terras que tradicionalmente ocupam.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 2, 6 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG102, EM13LGG201, EM13LGG302, EM13LGG502.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS101.

Nesta seção, os estudantes serão convidados a refletir sobre como as juventudes diversas se apropriam das práticas corporais para expressar visões de mundo e defender pontos de vista, construindo suas identidades e se engajando em questões sociais, como a igualdade de gênero, o combate ao racismo e à transfobia e o acesso igualitário às práticas corporais.

A habilidade EM13LGG102 é mobilizada por meio da abordagem do *breaking* e do surfe como práticas corporais que expressam visões de mundo e desafiam preconceitos sociais e culturais.

A habilidade EM13LGG201 é desenvolvida por meio do trabalho com a diversidade cultural e social das práticas corporais, destacando seu papel na construção de identidades.

A habilidade EM13LGG302 é trabalhada ao se incentivar os estudantes a se posicionarem criticamente sobre estereótipos e preconceitos nas práticas corporais, como a inclusão de pessoas transgênero no esporte.

A habilidade EM13LGG502 é ativada ao se promover reflexões sobre estereótipos e preconceitos presentes nas práticas de *breaking* e de surfe, incentivando um posicionamento ético contra discriminações.

Por fim, a habilidade EM13CHS101 é mobilizada pela análise sobre como as culturas juvenis se apropriam das práticas corporais e as reinterpretam, criando narrativas e linguagens próprias.

Foco na imagem

1. Durante a mediação desta seção, auxilie os estudantes a identificarem detalhes específicos nas imagens que simbolizam a inclusão, como as roupas, os cenários e as expressões faciais dos jovens. Encoraje-os a discutir a importância da representatividade e como a visibilidade de diferentes grupos em práticas corporais diversas pode promover a inclusão e combater preconceitos. Explore os temas transversais presentes, promovendo uma reflexão crítica sobre como essas questões se manifestam no contexto das culturas juvenis. Ajude os estudantes a fazerem conexões entre suas experiências pessoais e as imagens e os textos. Converse com a turma e discutam como as práticas corporais das culturas juvenis podem ser usadas para contestar estereótipos e preconceitos.

c) Convide os estudantes a compartilhar vivências e percepções sobre a relação entre as práticas corporais mencionadas por eles e as culturas juvenis, abrindo espaço para que expliquem como o corpo e o movimento podem ser utilizados para expressar identidades, questionar normas e promover a inclusão e a diversidade.

NA ESTRADA

1ª Parada – Representatividade das juventudes no *breaking*

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 3, 4 e 5.

Competências específicas de Linguagens: 1, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG201, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG602, EM13LGG603.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS204.

A habilidade EM13LGG101 é mobilizada pela compreensão e análise das práticas culturais do *Hip-Hop* para fazer escolhas fundamentadas sobre como representá-las.

A habilidade EM13LGG104 é trabalhada pela utilização das diferentes linguagens do *Hip-Hop*, levando em conta seus funcionamentos.

A habilidade EM13LGG201 é desenvolvida pela valorização das linguagens artísticas e corporais como fenômenos sociais, culturais e históricos nas práticas juvenis indígenas e urbanas.

A habilidade EM13LGG501 é desenvolvida pela seleção de movimentos do *breaking*.

A habilidade EM13LGG502 é destacada pela análise crítica dos preconceitos e estereótipos presentes no contexto do *breaking*.

A habilidade EM13LGG503 é acessada pela vivência da prática do *breaking* como parte do projeto de vida dos estudantes, proporcionando autoconhecimento.

A habilidade EM13LGG602 é promovida pela fruição estética das manifestações culturais do *Hip-Hop*.

A habilidade EM13LGG603 é ativada pela expressão autoral dos estudantes no *breaking*.

Por fim, a habilidade EM13CHS204 é incrementada pela interpretação dos contextos históricos e sociais do *breaking*, evidenciando a resistência cultural e o empoderamento das juventudes.

Convide o professor de um ou mais componentes da área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas para ampliar as possibilidades interdisciplinares das propostas.

Origens e elementos do *Hip-Hop*

1. a) Encoraje os estudantes a pensarem criticamente sobre como diferentes grupos marginalizados vivenciam e respondem às opressões. Explore a importância do *rap* como meio de denúncia e resistência e questione como as realidades vividas influenciam na produção artística e na luta por justiça social.

b) Incentive os estudantes a refletirem sobre como a solidariedade e a construção de alianças entre diferentes grupos oprimidos podem fortalecer movimentos de resistência. Promova a discussão sobre a importância do reconhecimento de lutas comuns e a união de esforços para combater a opressão e a discriminação em suas diversas manifestações.

2. Para aprofundar as questões levantadas na atividade, promova um trabalho em parceria com os professores de Arte, Língua Portuguesa e História com o objetivo de direcionar a pesquisa e fornecer fontes confiáveis para a elaboração do trabalho. Se possível, verifique com a coordenação da escola se existe a possibilidade de realizar o levantamento de informações em uma biblioteca pública da região. Garanta que as músicas pesquisadas e selecionadas sejam adequadas à faixa etária, fazendo uma seleção entre o que foi trazido pelos estudantes.

Expressão corporal no movimento *Hip-Hop* e o *breaking*

3. Ouça atentamente as opiniões dos estudantes, criando um espaço seguro e acolhedor para que todos se expressem livremente. A partir da experiência prática, conduza a discussão para que percebam que a dança vai além dos movimentos: ela é uma maneira de expressar identidade, explorar o autoconhecimento, conectar-se com culturas e compartilhar gestos e movimentos. Incentive-os a refletir sobre como suas próprias vivências e personalidades influenciam na maneira de dançar, mesmo ao aprender um novo estilo. Se julgar adequado e de acordo com o tempo de aula disponível, você pode explorar perguntas sobre como a dança pode ajudar a construir autoestima, autenticidade e confiança, além de ser uma ferramenta de inclusão e respeito à diversidade.

4. Antes de iniciar a batalha de *breaking*, é fundamental estabelecer um ambiente acolhedor e colaborativo, enfatizando que o foco da atividade é a criatividade, a expressão individual e a conscientização social por meio da dança, e não uma competição centrada no desempenho técnico. Comece exibindo vídeos de *breaking* em diferentes contextos - eventos competitivos e de rua, por exemplo - para inspirar os estudantes e promover uma discussão sobre os movimentos que observaram, conectando-os com a atividade anterior. Incentive a participação dos estudantes, perguntando o que mais chamou a atenção deles e quais elementos gostariam de incorporar em suas próprias *performances*. Certifique-se de que as músicas selecionadas sejam adequadas, motivadoras e que reforcem o tema social escolhido. Explique que a roda de *breaking* é um espaço de colaboração e respeito, no qual todos terão a oportunidade de se expressar livremente. Incentive a formação de rodas menores, especialmente se houver estudantes mais tímidos, para garantir que todos se sintam confortáveis e confiantes para participar. Ao final da batalha, realize uma roda de conversa para que compartilhem os sentimentos, desafios e aprendizados que surgiram durante a atividade. Conduza uma discussão sobre os possíveis critérios de avaliação da batalha, como criatividade, originalidade, técnica, fluência e interação com o público, incentivando a crítica positiva e construtiva entre os participantes. Essa reflexão fortalecerá o aprendizado e o senso de comunidade dos estudantes, além de prepará-los para a criação da campanha de conscientização.

2ª Parada – Forró: tradição e transformação

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4 e 7.

Competências específicas de Linguagens: 3, 4, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG602.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS401, EM13CHS501.

A habilidade EM13LGG301 é mobilizada na identificação dos aspectos expressivos na dança do forró, considerando como as músicas e os gestos se integram.

A habilidade EM13LGG302 é ativada pela reflexão crítica sobre o forró e suas transformações ao longo do tempo, desenvolvendo um olhar analítico sobre as mudanças culturais e o papel da indústria cultural.

A habilidade EM13LGG501 é promovida pela análise de temas e recursos expressivos presentes nas letras das músicas de forró, como metáforas e regionalismos, compreendendo como os elementos estéticos constroem significados.

A habilidade EM13LGG502 é trabalhada pela investigação das influências culturais e sociais que moldaram o forró, incluindo suas origens e os impactos da migração e da xenofobia, permitindo a compreensão de como essas manifestações se transformam e se ressignificam.

A habilidade EM13LGG503 é desenvolvida pela vivência de dança e o modo como as danças tradicionais se inserem nas culturas juvenis.

A habilidade EM13LGG602 é promovida pela análise das letras das músicas de forró, incentivando a reflexão sobre como as representações de gênero e a participação feminina na música evoluíram, promovendo a desconstrução de estereótipos.

A habilidade EM13CHS401 é desenvolvida ao se analisar as transformações sociais e culturais do forró, identificando as relações de poder e os estereótipos regionais que influenciam a percepção do Nordeste e de suas manifestações culturais.

Por fim, a habilidade EM13CHS501 é acessada pela reflexão sobre os fundamentos éticos presentes na convivência e no respeito durante a dança do forró, enfatizando a cooperação, a liberdade e a construção de um ambiente de inclusão e respeito mútuo.

Convide o professor de um ou mais componentes da área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas para ampliar as possibilidades interdisciplinares das propostas.

Forró, identidade nordestina e apropriação nacional

1. Verifique o que os estudantes sabem sobre o forró e que artistas conhecem. Em seguida, apresente a música "Asa branca" e promova a escuta. Caso ache pertinente, você pode propor um momento de escuta seguido de canto. Para isso, convide o professor de Arte, a fim de criar um momento interdisciplinar. Proponha as questões e deixe que eles reflitam. Depois, peça que dividam suas ideias com o resto da turma.

As origens do forró

2. Após um momento de escuta, os estudantes vão vivenciar o forró com a dança. Primeiro, peça a eles que escolham músicas de que gostem e crie uma *playlist* de forró da turma. Outra opção é selecionar uma *playlist* já existente. Oriente-os a dançar sozinhos e, depois, a escolher um colega. O importante é que eles não se prendam a movimentos predefinidos, mas que se sintam livres para criar os próprios.

7. Os estudantes devem compartilhar suas experiências com a dança, focando nos sentimentos e nas percepções sobre o contato corporal e a interação com o parceiro ou a parceira. É esperado que mencionem se se sentiram confortáveis ou não durante a dança, como foi a comunicação com o parceiro ou a parceira e se houve uma conexão por meio da música e do movimento. Com essa experiência, espera-se que reflitam sobre a importância do respeito e da comunicação na dança, reconhecendo a necessidade de consentimento, de expressar seus limites e de respeitar as necessidades das outras pessoas. Lembre os estudantes de que a dança deve ser uma experiência prazerosa e enriquecedora para todos os envolvidos.

As mulheres na cultura do forró

8. Incentive os estudantes a analisarem criticamente as letras, identificando os elementos linguísticos e narrativos que perpetuam estereótipos de gênero. Explore como essas representações refletem uma visão patriarcal da sociedade e a importância de questionar esses paradigmas.

Incentive os estudantes a refletirem sobre como essa mudança na representação feminina reflete transformações sociais mais amplas e a importância dessa mudança na cultura popular. Explore como a música pode ser um instrumento para questionar normas e promover novas perspectivas sobre gênero e relações.

O forró e o combate à xenofobia contra nordestinos

13. Se possível, reserve o espaço da quadra ou do pátio para realizar a atividade. Caso não seja possível, peça ajuda aos estudantes para organizar a sala de aula. Primeiro, você pode ler os passos com eles e demonstrá-los com algum estudante voluntário e ver alguns vídeos tutoriais. Em seguida, incentive-os a experimentar os passos livremente.

3ª Parada – Direito a cidades sustentáveis: ciclismo e *skate*

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4 e 7.

Competências específicas de Linguagens: 3, 4, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG502, EM13LGG602.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS401, EM13CHS501.

Habilidade de Matemática: EM13MAT406.

Habilidades de Ciências da Natureza: EM13CNT301, EM13CNT302, EM13CNT306.

A habilidade EM13LGG301 é mobilizada pela identificação dos elementos comunicativos e expressivos nas campanhas que incentivam o uso de bicicletas e *skates*, considerando como imagens, textos e slogans são utilizados.

A habilidade EM13LGG302 é ativada pela reflexão crítica sobre o uso excessivo de veículos movidos a combustíveis fósseis e suas consequências, além do desenvolvimento de alternativas para a mobilidade.

A habilidade EM13LGG502 é promovida pela análise dos textos legais e das campanhas de incentivo ao uso da bicicleta.

A habilidade EM13LGG602 é explorada durante as atividades práticas, pela fruição de passeio de bicicleta e nas oficinas de *skate*.

A habilidade EM13CHS401 é explorada pela abordagem sobre como o ciclismo e o *skate* refletem as transformações sociais e tecnológicas de determinado lugar, impactando a ocupação e a interação com o espaço urbano.

A habilidade EM13CHS501 é aplicada na discussão sobre o direito a cidades sustentáveis e a importância da convivência democrática e ética no trânsito.

A habilidade EM13MAT406 é desenvolvida ao se analisar dados sobre emissões de poluentes por diferentes tipos de veículos com o suporte de gráficos e tabelas e a interpretação de informações quantitativas.

A habilidade EM13CNT301 é trabalhada pela discussão sobre os impactos da poluição e as alternativas sustentáveis de transporte, incentivando a elaboração de hipóteses e a busca por soluções para melhorar a qualidade de vida nas cidades.

A habilidade EM13CNT302 também é abordada ao se discutir o direito a cidades sustentáveis com base em argumentos científicos.

Por fim, a habilidade EM13CNT306 é incrementada na discussão sobre a importância de comportamentos seguros no uso de bicicletas e *skates*, promovendo a compreensão dos riscos e a adoção de medidas preventivas.

Invista no diálogo com professores de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas, de Matemática e de Ciências da Natureza para produzir propostas de aulas em conjunto, a fim de aprofundar o desenvolvimento de habilidades dessas áreas, promovendo ações interdisciplinares.

1. a) Incentive os estudantes a observarem os números da tabela e do gráfico, comparando a participação de cada categoria de veículo na frota e na emissão de poluentes. Destaque a

importância de considerar tanto a quantidade de veículos quanto o tipo de combustível utilizado para entender o impacto ambiental de cada categoria.

b) Utilize o gráfico para mostrar aos estudantes o impacto significativo que a redução das emissões dos automóveis teria na qualidade do ar. Incentive-os a debater a viabilidade e os desafios de implementar cada uma das medidas propostas, considerando o contexto específico de São Paulo e as necessidades da população. Comente com os estudantes que a criação de infraestrutura cicloviária segura e conectada, com ciclovias e ciclofaixas, é essencial para incentivar o uso da bicicleta em deslocamentos diários. Políticas de restrição ao uso do carro em áreas centrais, como rodízios e pedágios urbanos, também podem ser implementadas, priorizando o transporte público e os modais ativos, como a bicicleta, o *skate* ou mesmo a caminhada. Além disso, oferecer subsídios para a compra de bicicletas e criar programas de compartilhamento de veículos e bicicletas são medidas que podem incentivar a população a optar por alternativas mais sustentáveis.

c) Incentive os estudantes a refletirem sobre as próprias experiências com os diferentes meios de transporte onde moram, compartilhando percepções sobre as vantagens e as desvantagens de cada um. Encoraje-os a pensar em como políticas públicas e o desenvolvimento da infraestrutura urbana podem promover o uso de modais mais sustentáveis e a discutir o papel do ciclismo e do *skate* nesse contexto. É importante que os estudantes pesquisem dados recentes e atualizados sobre o uso efetivo dos diferentes modais (carro, ônibus, metrô, bicicleta, caminhada, etc.) para enriquecer a discussão e trazer informações mais precisas sobre a realidade da mobilidade urbana na cidade em que vivem.

2. Incentive os estudantes a analisarem como a imagem e os textos trabalham em conjunto para transmitir a mensagem da campanha. Explore como a imagem pode evocar emoções e sensações, enquanto o texto reforça a mensagem de modo racional e persuasivo. Destaque o uso de perguntas retóricas como um recurso para estimular a reflexão crítica sobre o tema.

3. Incentive os estudantes a pensarem criticamente sobre como os argumentos podem ser adaptados à realidade da cidade onde moram, considerando as condições atuais de mobilidade, saúde e infraestrutura. Reforce a importância do uso de textos legais como base para as propostas, mostrando como a legislação pode ser um instrumento para a construção de cidades mais sustentáveis e inclusivas.

4. Espera-se que os estudantes reflitam sobre a acessibilidade da localidade onde moram, considerando a presença de calçadas e rampas de acesso construídas de acordo com as normas técnicas, transporte público adaptado, ciclovias e ciclofaixas seguras, etc. Para ampliar os espaços de lazer e o uso de meios de transporte sustentáveis, os estudantes podem sugerir a construção de mais ciclovias e ciclofaixas, a ampliação de áreas verdes e parques, a ampliação e a modernização do transporte público, a criação de zonas caminháveis e o aumento de campanhas de conscientização sobre a importância da mobilidade sustentável. Reforce a importância de pesquisarem em *sites* governamentais confiáveis e em jornais locais, além de, se possível, realizar observações pela cidade, com segurança. Se considerar pertinente, solicite aos estudantes que investiguem se há na cidade em que vivem um Plano de Mobilidade Urbana, como ele foi elaborado, se existe um incentivo ao uso de meios de transporte não poluentes, entre outros aspectos.

5. Antes de iniciar a atividade, reforce a importância da segurança no ciclismo. Muitos jovens subestimam os riscos e acabam se expondo a acidentes. Incentive-os a compartilhar conhecimentos prévios sobre segurança e complemente com informações do livro e dados sobre acidentes envolvendo bicicletas. Para a atividade prática, verifique a disponibilidade de bicicletas entre os estudantes e a possibilidade de trazê-las à escola. Caso nem todos possuam bicicleta, explore alternativas, como o empréstimo de bicicletas da escola ou da comunidade, ou, se possível, a realização da atividade em um parque ou espaço público com acesso a bicicletas compartilhadas. Na realização da atividade, dedique um tempo aos ajustes ergonômicos da bicicleta e a garantir outras questões de segurança. Incentive os estudantes a realizarem ajustes em suas próprias bicicletas, com sua supervisão e orientação. Planeje também a realização de atividades complementares para que todos participem ativamente, como alongamento e aquecimento, medição e ajuste das bicicletas e elaboração de percurso. Se optar por realizar um passeio fora da escola, lembre-se de solicitar a autorização de familiares e responsáveis, comunicar as autoridades locais, organizar a logística, levar um *kit* de primeiros socorros e incentivar o uso de equipamentos de segurança.

   Você pode trabalhar com os estudantes o Código de Trânsito Brasileiro (CTB), que descreve itens de segurança obrigatórios e recomendações para garantir a segurança ao usar bicicleta. Apesar de não serem obrigatórios, recomenda-se: uso de capacete, luvas, roupas claras ou chamativas e óculos para proteger os olhos contra insetos e possíveis detritos sólidos. Explique alguns procedimentos de segurança ao pedalar:

   - Sinalizar suas intenções em mudanças de trajeto, como viradas à esquerda ou à direita, em cruzamentos ou nas faixas.
   - Observar atentamente o entorno: por exemplo, carros parados em que as pessoas podem abrir as portas repentinamente; pedestres e animais cruzando a via; obstáculos como postes, galhos de árvores, buracos, degraus, etc.
   - Escolher preferencialmente rotas em ciclovias ou ciclofaixas. Na falta delas, opte por ruas mais calmas, com menos tráfego de automóveis e ônibus.
   - Andar na mão correta da via, parar em faróis e redobrar a atenção em cruzamentos.
   - Manter velocidade segura e nunca utilizar fones de ouvido, pois tiram sua capacidade de perceber sons ao redor.
   - Evitar pedalar descalço.
   - Não realizar manobras e acrobacias com a bicicleta nem tirar a mão do guidão.
   - Conhecer e respeitar as leis e as sinalizações de trânsito de sua cidade para bicicletas.
   - Nunca andar segurando em outros veículos ou sob efeito de álcool ou drogas.
   - Fazer manutenção e revisões periódicas de correntes, freios e pneus para evitar acidentes.

   Esse é um momento importante para integrar a educação sobre segurança no trânsito e a mobilidade sustentável no currículo escolar. Incentive os estudantes a pensarem em como essas práticas poderiam ser incorporadas em sua rotina diária. Você pode sugerir a realização de atividades como oficinas de manutenção básica de bicicletas e palestras com profissionais de trânsito, por exemplo. Além disso, encoraje os estudantes a serem agentes de mudança em suas comunidades, promovendo o uso de bicicletas entre seus colegas e familiares.

   Caso você atue em uma escola no campo ou em áreas com menor volume de trânsito de automóveis e motocicletas, é possível que alguns estudantes e familiares tenham experiência em utilizar bicicletas ou outros meios de transporte sustentáveis. Incentive o compartilhamento dessas experiências, ajustando a proposta à realidade escolar.

Skate, culturas juvenis e uso das cidades pelos jovens

6. Incentive os estudantes a irem além da descrição das imagens e a refletirem sobre o significado da inclusão no esporte. Promova um debate sobre a importância de quebrar barreiras e estereótipos e como o *skate* pode ser um exemplo de como o esporte pode ser adaptado e acessível a todos. Aborde também a questão do capacitismo e como podemos combatê-lo, promovendo uma cultura de respeito e valorização das pessoas com deficiência.

7. Solicite aos estudantes que identifiquem as principais ideias de cada texto e estabeleçam conexões entre eles. Promova um debate sobre a importância da colaboração e da inclusão no *skate* e de como a cultura do esporte pode ser transformada para ser mais acolhedora e igualitária para todos.
8. Discuta os desafios que meninas enfrentam e como a comunidade do *skate* pode se tornar mais inclusiva. Você pode sugerir que os estudantes investiguem e tragam exemplos de iniciativas que buscam promover a igualdade de gênero no esporte, como projetos sociais, campeonatos femininos e ações de conscientização.
9. Utilize essa atividade como ponto de partida para realizar um debate sobre a representatividade e a diversidade no *skate*. Incentive os estudantes a refletirem sobre como o esporte pode ser mais inclusivo e acolhedor para todos, independentemente de gênero, habilidade na prática ou condição física. Se possível, proponha que os estudantes realizem uma pesquisa em sua comunidade, entrevistando *skatistas* e observando a dinâmica das pistas de *skate*, para aprofundar a discussão sobre a realidade local e as possíveis ações para aumentar a inclusão no esporte. Essa troca de experiências pode levar a uma discussão rica sobre como o *skate* pode ser uma ferramenta de inclusão social e como diferentes grupos interagem e se expressam por meio do esporte.

Origens do *skate*

10. Na preparação da vivência com o *skate*, lembre-se de que a união e o compartilhamento (de experiências e de equipamentos) são práticas fundamentais, incentivando a formação de grupos para que todos os estudantes possam experimentar a atividade, mesmo sem ter um *skate*. Priorize a segurança, reforçando o uso de equipamentos de proteção como capacete, joelheiras e cotoveleiras, e garantindo a higienização adequada se esses itens forem compartilhados. Realize a atividade em local adequado, sem muitos obstáculos ou itens que possam prejudicar a participação de todos. Promova a inclusão, adaptando a atividade para que todos os estudantes, incluindo aqueles com deficiência, possam participar, explorando alternativas como experimentar o *skate* sentado ou deitado com o apoio necessário. Se possível, convide um *skatista* experiente – que pode ser um estudante, um profissional ou alguém da comunidade envolvido com projetos inclusivos – para ministrar uma oficina, proporcionando uma vivência prática e motivadora que demonstre a diversidade e a acessibilidade do esporte.

4ª Parada – Práticas corporais de aventura na natureza e ativismo socioambiental

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4, 7 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5, 6 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG305, EM13LGG501, EM13LGG502.

Habilidades de Matemática: EM13MAT102, EM13MAT103.

Habilidade de Ciências da Natureza: EM13CNT301.

A habilidade EM13LGG101 é mobilizada pela análise dos depoimentos dos surfistas e pela identificação dos valores e atitudes expressos em suas falas.

A habilidade EM13LGG102 se manifesta na leitura e na interpretação dos textos legais que orientam práticas sustentáveis e também na análise de campanhas ambientais.

A habilidade EM13LGG202 é evidenciada na análise de diferentes linguagens para entender como o surfe é comunicado e representado socialmente.

A habilidade EM13LGG301 é ativada pela interpretação crítica de símbolos e mensagens transmitidos pelas imagens e pelos depoimentos dos surfistas em campanha pela preservação ambiental.

A habilidade EM13LGG302 é aplicada na reflexão sobre os impactos ambientais do surfe a partir dos dados apresentados e da discussão de soluções com uma perspectiva cidadã.

A habilidade EM13LGG303 é trabalhada pela análise de como os discursos de praticantes de surfe promovem a conscientização ambiental.

A habilidade EM13LGG304 é abordada na discussão sobre a cultura do surfe, desde suas origens até a evolução.

A habilidade EM13LGG305 é promovida pela construção de pranchas de equilíbrio e pela vivência dos movimentos do surfe em terra.

A habilidade EM13LGG501 está presente na análise dos textos que apresentam a história do surfe e seus impactos ambientais, bem como na discussão sobre aas alternativas sustentáveis que estão sendo desenvolvidas pelos surfistas.

A habilidade EM13LGG502 é promovida na reflexão sobre o impacto das pranchas de surfe no meio ambiente e na discussão sobre as ações que podem ser realizadas para minimizá-lo.

A habilidade EM13MAT102 é acessada quando os estudantes são incentivados a analisar tabelas e gráficos.

A habilidade EM13MAT103 é ativada na interpretação de textos e gráficos que utilizam diferentes unidades de medida.

Por fim, a habilidade EM13CNT301 pode ser vista na construção de questões e na elaboração de hipóteses sobre os efeitos ambientais a partir de informações cientificas, elaborando ideias e soluções.

Convide professores de Matemática e de Ciências da Natureza para elaborarem com você uma proposta de aulas colaborativas, a fim de promover ações interdisciplinares na abordagem dos temas discutidos.

1. Promova a reflexão sobre a relação entre o ser humano e a natureza e como a prática de atividades em contato com o meio ambiente pode despertar a consciência ambiental e o senso de responsabilidade. Explore a importância da atuação de figuras públicas e atletas na promoção da sustentabilidade, mostrando como eles podem usar a influência e a visibilidade que têm para inspirar ações e mudanças de comportamento em prol da conservação do meio ambiente.
2. Incentive a busca por informações e a divulgação de grupos e atletas de diferentes modalidades esportivas que se engajam em causas ambientais. Explore a diversidade de ações e iniciativas que podem ser realizadas para proteger a natureza e promover a sustentabilidade, e e a maneira como o esporte pode ser um catalisador para a conscientização e a mobilização social.
3. Utilize essa atividade como ponto de partida para aprofundar a discussão sobre o impacto da poluição das praias e dos oceanos. Apresente dados e informações de fontes confiáveis sobre a gravidade do problema para os ecossistemas marinhos, como a quantidade de plástico nos oceanos, a morte de animais por ingestão de lixo e a contaminação da cadeia alimentar. Incentive os estudantes a pensarem em soluções individuais e coletivas para reduzir a produção de lixo e proteger os oceanos, conectando essa discussão com a prática de esportes ao ar livre e a responsabilidade de cada um na preservação do meio ambiente.

Comente com a turma que, nos últimos anos, o plástico se tornou parte essencial do cotidiano e está presente em incontáveis produtos que usamos diariamente. O consumo elevado e o descarte inadequado têm causado um impacto ambiental devastador para o meio ambiente, sobretudo para os ecossistemas marinhos.

Segundo dados de um estudo global publicado na revista *Nature Sustainability* em 2021, o plástico é o tipo de lixo mais encontrado nos mares, representando cerca de 80% de todo o lixo marinho. Essa poluição desenfreada tem consequências alarmantes para a vida marinha e para todo o ecossistema.

As origens e a cultura do surfe

4. Grupo 1: Pegada ecológica das pranchas
   - Como a fabricação de pranchas de surfe impacta o meio ambiente? Que materiais e processos são utilizados? Existem alternativas mais sustentáveis?

Espera-se que os estudantes descubram que a produção tradicional de pranchas, que utiliza espuma de poliuretano, resinas de poliéster e fibra de vidro, tem um impacto ambiental considerável devido ao alto consumo de energia, à emissão de gases tóxicos e à geração de resíduos não biodegradáveis. Alternativas mais sustentáveis incluem o uso de materiais reciclados, como garrafas PET, ou de fontes renováveis, como madeira de reflorestamento e biorresinas.

Explore o conceito de "ciclo de vida do produto" e a importância de considerar todos os estágios na avaliação da sustentabilidade de um produto. Incentive os estudantes a buscarem informações sobre o ciclo de vida das pranchas de surfe, desde a produção ou extração da matéria-prima até o descarte, identificando os principais pontos de impacto ambiental. Motive a busca por soluções inovadoras e tecnologias que possam tornar a produção de pranchas mais sustentável.

Grupo 2: Moda sustentável para o surfe

- Como a indústria da moda ligada ao surfe tem produzido impacto no meio ambiente? Quais são os impactos da produção e do descarte desses produtos? Que práticas mais sustentáveis podem ser adotadas?

Espera-se que os estudantes compreendam que a indústria da moda relacionada ao surfe, com a confecção de roupas (inclusive de *wetsuits*, que são vestimentas de neoprene) e a produção de acessórios, também gera impactos ambientais significativos. A produção têxtil envolve o uso intensivo de água, produtos químicos e energia, além de gerar grande quantidade de resíduos. O descarte inadequado de roupas também contribui para a poluição de solos e oceanos. Alternativas mais sustentáveis incluem o uso de tecidos reciclados ou de fibras naturais orgânicas, a produção em pequena escala e a adoção do *upcycling* e reutilização de materiais.

Incentive os estudantes a pesquisarem sobre os impactos da indústria da moda no meio ambiente, como a poluição da água, o consumo de recursos naturais e a geração de resíduos. Explore o conceito de "*fast fashion*" e seus efeitos negativos. Estimule a reflexão sobre o consumo consciente e a busca por marcas e produtos que adotem práticas mais sustentáveis.

Grupo 3: Grandes eventos e o meio ambiente

- Quais são os possíveis impactos ambientais da realização de grandes eventos de surfe? Que ações podem ser implementadas e que tecnologias estão disponíveis para reduzir a geração de resíduos, o consumo de energia e água e o estresse dos ecossistemas locais?

Espera-se que os estudantes identifiquem os principais impactos ambientais da realização de grandes eventos esportivos, como a geração de resíduos, o consumo excessivo de água e energia e o aumento do estresse sobre os ecossistemas locais, especialmente em eventos realizados em áreas naturais, como os do surfe. Para minimizar esses impactos, algumas práticas podem ser implementadas, como: a adoção de eventos "neutros em carbono", que compensam suas emissões de gases do efeito estufa; programas de reciclagem e compostagem; uso de energias renováveis; e estabelecimento de parcerias com organizações ambientais para realizar ações de limpeza e de educação ambiental.

Incentive os estudantes a pesquisarem exemplos de grandes eventos esportivos que adotaram práticas sustentáveis e a avaliarem sua eficácia. Promova um debate sobre a responsabilidade dos organizadores de eventos em relação à preservação ambiental e como o esporte pode ser uma plataforma para a conscientização e a promoção da sustentabilidade.

Grupo 4: Ações locais voltadas para a sustentabilidade

- Que iniciativas de educação ambiental e campanhas de conscientização relacionadas à preservação do meio ambiente e à sustentabilidade existem em sua cidade ou região? Quais são os objetivos, o público-alvo e os resultados dessas iniciativas?

Espera-se que os estudantes identifiquem e descrevam programas, campanhas e projetos em sua cidade ou região que promovam a educação ambiental e a conscientização sobre a sustentabilidade. Podem ser iniciativas em escolas, campanhas de limpeza de praias e rios, projetos comunitários de reciclagem, ações de ONGs locais, entre outros. É importante que os estudantes identifiquem os objetivos, o público-alvo e os resultados esperados ou já alcançados por essas iniciativas, além de refletirem sobre como elas podem ser ampliadas ou replicadas em outras áreas.

Incentive-os a pesquisarem ativamente sobre as iniciativas locais, entrando em contato com as organizações e os projetos pesquisados, se possível. Promova um debate sobre a importância da participação cidadã na construção de um futuro mais sustentável e como cada um pode contribuir para a preservação do meio ambiente em sua comunidade.

Se julgar interessante, para aprofundar a discussão, pergunte aos estudantes se já lidaram com a obsolescência de um aparelho eletrônico, como um *smartphone* ou um computador pessoal. Mencione que a interrupção das atualizações de *software* e do suporte técnico podem levar ao descarte precoce de dispositivos, gerando impactos ambientais e perpetuando o ciclo de consumo. Incentive-os a refletir sobre como podemos adotar práticas de consumo mais conscientes e responsáveis, priorizando a durabilidade, o reparo e a reutilização de produtos, em vez da constante busca por novidades.

Técnicas corporais do surfe

5. A atividade pode ser realizada com materiais disponíveis na escola. Ao conduzir a experimentação do surfe em terra firme, priorize a segurança, garantindo um ambiente livre de obstáculos e incentivando o uso de equipamentos de proteção. Adapte as atividades aos diferentes corpos e níveis de habilidade dos estudantes, oferecendo opções para pessoas com e sem deficiência, iniciantes e praticantes mais experientes. Incentive a criatividade e a experimentação, permitindo que os estudantes explorem diferentes movimentos e variações, e promova a colaboração e o apoio mútuo entre eles, criando um ambiente de aprendizado inclusivo, positivo e encorajador.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 4, 5, 6 e 7.

Competências específicas de Linguagens: 3 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG305, EM13LGG701, EM13LGG702, EM13LGG703, EM13LGG704.

A habilidade EM13LGG301 é mobilizada pela necessidade dos estudantes de produzir conteúdos que respeitem a diversidade de vozes e perspectivas na criação da campanha publicitária.

A habilidade EM13LGG302 é trabalhada na apreciação de campanhas inspiradoras, com o objetivo de identificar os elementos que foram eficazes e adaptá-los para as próprias criações. Os estudantes avaliam criticamente as campanhas anteriores e propõem melhorias para aumentar o impacto na comunidade.

A habilidade EM13LGG303 é ativada quando os estudantes utilizam a tecnologia para desenvolver e divulgar suas campanhas. Eles se envolvem em processos de edição de vídeo, *design* gráfico e produção de conteúdos digitais, empregando tecnologias da comunicação como ferramentas de engajamento social.

A habilidade EM13LGG304 é desenvolvida durante a criação dos materiais de campanha, como *posts* para redes sociais, vídeos e folhetos. Os estudantes são incentivados a adaptar a linguagem para o público-alvo da campanha, considerando as características e os interesses do grupo escolhido.

A habilidade EM13LGG305 é promovida na produção da campanha para expressar ideias.

As habilidades EM13LGG701 e EM13LGG702 são mobilizadas ao se avaliar criticamente o impacto das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC), utilizando-as conscientemente na campanha para engajar o público e transmitir mensagens de modo reflexivo e ético.

Além disso, também são incrementadas as habilidades EM13LGG703 e EM13LGG704 ao se utilizar e pesquisar diferentes mídias e ferramentas digitais para produzir coletivamente materiais autorais, integrando linguagens diversas para promover inclusão, igualdade e sustentabilidade.

Campanha publicitária

É importante que você faça a leitura das etapas de desenvolvimento da campanha com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam a proposta. Ao longo do processo de criação da campanha, oriente-os na busca por informações, no planejamento e na execução das atividades, oferecendo suporte e recursos necessários. Incentive a criatividade, a colaboração e o pensamento crítico, garantindo inclusive o desenvolvimento de soluções inovadoras e eficazes para os desafios sociais e ambientais que identificaram. Promova um ambiente de aprendizado ativo e participativo, no qual todos se sintam à vontade ao colaborar para a construção de um mundo melhor por meio das práticas corporais e da comunicação.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Ao conduzir esta atividade de retrospectiva, se julgar necessário, sugira aos estudantes que revisitem os conceitos e as experiências que vivenciaram ao longo do capítulo.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, os estudantes poderão consolidar o que estudaram, conectando os aspectos técnicos das práticas corporais com questões sociais e ambientais relevantes para a construção de uma sociedade mais justa e sustentável.

1. Incentive-os a relembrarem os movimentos e elementos do *breaking* que exploraram na 1ª Parada. Promova uma discussão sobre a história e a cultura do *breaking*, destacando sua importância como forma de expressão e resistência para jovens de diferentes origens sociais e culturais.
2. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. O *breaking* se destaca como uma ferramenta poderosa de inclusão social, acolhendo jovens de diversas origens, identidades de gênero e expressões. A história de Rudá Gonçalves, um talentoso *b-boy* transgênero, ilustra como o *breaking* pode ser um espaço de afirmação e empoderamento para pessoas trans, que encontram na dança uma forma de expressar sua identidade e desafiar estereótipos. A cultura do *breaking*, que valoriza a individualidade e a liberdade de expressão, cria um ambiente no qual todos se sentem acolhidos e respeitados, independentemente de sua orientação sexual ou identidade de gênero.
3. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. O forró desempenha um papel fundamental na construção da identidade nordestina, expressando a história, as tradições, as alegrias e as lutas do povo da região. A difusão do forró para outras regiões do Brasil, impulsionada por artistas como Luiz Gonzaga, contribuiu para a popularização e o reconhecimento como um dos gêneros de música e dança mais representativos da cultura brasileira. O forró se tornou um símbolo de união e celebração, conectando pessoas de diferentes origens e fortalecendo o tecido cultural do país.
4. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. O forró universitário, surgido nos anos 1990, trouxe uma nova roupagem ao forró tradicional, modernizando o estilo com novos arranjos musicais e coreografias mais elaboradas, que incorporaram influências de outras danças de salão, como o bolero e o tango. Essa transformação atraiu um público mais jovem e diversificado, abrindo espaço para discussões sobre questões de gênero.
5. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Campanhas como a de Niterói desempenham um papel crucial na promoção da mobilidade urbana sustentável, ao destacar os benefícios do uso da bicicleta como meio de transporte. Ao conscientizar a população sobre as vantagens do ciclismo para a saúde, o meio ambiente e a qualidade de vida, essas campanhas incentivam a adoção de hábitos mais sustentáveis e a redução da dependência de carros e motos, que são grandes fontes de poluição e congestionamento. Além disso, campanhas eficazes podem pressionar o poder público a investir em infraestrutura cicloviária, como a criação e a ampliação de ciclovias e ciclofaixas, tornando o ciclismo mais seguro e acessível para todos.
6. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. A implementação de ciclovias e outras infraestruturas para ciclistas enfrenta diversos desafios complexos. Um dos principais é a resistência de motoristas, que muitas vezes veem as ciclovias como um obstáculo ao tráfego de carros, gerando conflitos e insegurança para os ciclistas. A falta de um planejamento urbano integrado, que considere a bicicleta como um modal de transporte prioritário, também dificulta a criação de uma rede cicloviária eficiente e conectada. Além disso, a construção e a manutenção de ciclovias e ciclofaixas exigem investimentos significativos, que nem sempre são priorizados pelo poder público.
7. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. O *skate* se destaca como uma prática de aventura urbana por sua natureza desafiadora e criativa, que envolve a realização de manobras em diversos obstáculos urbanos, como rampas, corrimões, escadas e paredes. Além do aspecto técnico, o *skate* possui uma forte dimensão cultural, representando um estilo de vida que valoriza a liberdade do corpo, a expressão individual, a superação de limites e a apropriação do espaço urbano de maneira autônoma e criativa. O *skate* também se tornou um símbolo de resistência e de luta por direitos, especialmente entre os jovens, que utilizam a modalidade para reivindicar espaços públicos adequados para a prática e para questionar normas e padrões sociais.
8. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. O *skate* tem um grande potencial para promover a inclusão social, pois é uma atividade acessível a pessoas de diferentes idades, classes sociais e habilidades. A construção de *skateparks* e a valorização do *skate* como prática esportiva e cultural em espaços públicos são medidas que contribuem para a democratização do lazer e para a criação de ambientes de convivência e integração social. Além disso, o *skate* pode ser adaptado para pessoas com deficiência, como demonstrado pelo exemplo de Ítalo Romano, incentivando a participação de todos. Ao reivindicar o direito à cidade e ao lazer, os *skatistas* também atuam como agentes de transformação social, lutando por espaços públicos mais inclusivos e acolhedores para todos.
9. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. Incentive os estudantes a pesquisarem os impactos ambientais da produção de equipamentos de surfe e a discutir alternativas mais sustentáveis. Explore o papel do Instituto EcoSurf e de outras organizações na promoção da conscientização ambiental e na mobilização da comunidade do surfe para a proteção dos oceanos. A prática do surfe, apesar de sua forte conexão com a natureza, também gera impactos ambientais. A produção de pranchas e roupas de neoprene, que muitas vezes envolve o uso de materiais derivados do petróleo e processos industriais poluentes, é um dos principais desafios. Além disso, o descarte inadequado desses equipamentos pode contribuir para a poluição dos ecossistemas marinhos. Felizmente, cada vez mais surfistas e organizações, como o Instituto Ecosurf, têm se mobilizado para minimizar esses impactos e promover a preservação dos oceanos. Por meio de ações de limpeza de praias, campanhas de conscientização e o incentivo ao uso de materiais ecológicos na fabricação de equipamentos, a comunidade do surfe demonstra seu compromisso com a sustentabilidade e a proteção do meio ambiente.
10. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. As ações de limpeza de praias lideradas por grupos como o EcoSurf e por surfistas engajados desempenham um papel crucial na luta contra a poluição marinha. Ao removerem o lixo das praias e dos oceanos, essas iniciativas têm um impacto direto na redução dos danos causados aos ecossistemas e à vida marinha. Além disso, essas ações promovem a conscientização sobre a gravidade do problema da poluição, mobilizando a comunidade local e incentivando a adoção de práticas mais sustentáveis, como o descarte correto de resíduos e a redução do consumo de plástico. Ao verem o resultado concreto de seus esforços na limpeza das praias, as pessoas se sentem mais motivadas a agir em prol da preservação ambiental, gerando um impacto positivo que vai além da simples remoção do lixo.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas são pessoais. Convide os estudantes a fazer uma pausa para refletir individualmente sobre sua jornada de aprendizado ao longo do capítulo. Incentive-os a pensar sobre como as discussões, as atividades e os exemplos apresentados impactaram suas perspectivas sobre as práticas corporais, a cultura, a sociedade e o meio ambiente.

3 EXPERIÊNCIA ESPORTIVA: MÚLTIPLAS CONEXÕES

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, o estudo do esporte está articulado ao TCT Cidadania e Civismo (Educação em direitos humanos), na abordagem de questões de gênero e da inclusão de pessoas com deficiência, bem como ao TCT Ciência e Tecnologia, por meio de discussões sobre o papel do conhecimento científico e das tecnologias nas práticas esportivas. Destaca-se também o trabalho com o TCT Saúde (Educação alimentar e nutricional) na abordagem da importância da alimentação saudável na prática esportiva.

As práticas de linguagens do campo da vida pessoal são trabalhadas por meio de reflexão crítica sobre os posicionamentos dos estudantes em relação à defesa dos direitos humanos e a escolhas relativas ao bem-estar, à alimentação e à saúde. A análise de legislação esportiva permite o trabalho com o campo da vida pública. O campo jornalístico-midiático está presente por meio da leitura de reportagem e produção de *e-clipping* sobre esportes. A produção de mascotes e de um festival cinematográfico sobre o esporte permite o trabalho com produção, apreciação e curadoria no campo artístico-literário.

São variados os objetos de conhecimento trabalhados, como o atletismo, a bocha paralímpica e o vôlei sentado. A apreciação, experimentação e análise do esporte enquanto fenômeno cultural envolve discussões sobre megaeventos, valores do olimpismo e busca por equidade no esporte para mulheres e pessoas com deficiência.

Em relação às competências gerais, a CG1 é mobilizada quando os estudantes utilizam conhecimentos históricos e científicos para analisar práticas esportivas. A CG2 é promovida ao se incentivar a reflexão sobre o papel da ciência e da tecnologia no esporte, utilizando conhecimentos da Sociologia e de outras áreas para embasar essas análises. A CG3 é desenvolvida ao se incentivar a cooperação e o trabalho em equipe, nas diferentes atividades, especialmente na organização do festival cinematográfico. A CG4 é ativada pelo uso de diferentes linguagens para expressar e discutir os valores, impactos e a diversidade no contexto esportivo, bem como pelos debates críticos sobre temas relacionados ao esporte. A CG5 é trabalhada ao se proporcionar atividades práticas que exigem planejamento, argumentação e reflexão. A CG6 é incrementada com a valorização da diversidade cultural e da pluralidade nas práticas esportivas, ajudando os estudantes a respeitar diferentes culturas e características corporais. A CG7 é destacada ao se promover a construção de argumentos para a participação dos estudantes em atividades esportivas e em discussões sobre acessibilidade, equidade e inclusão, visando a integração e o respeito à diversidade. A CG8 é ativada ao serem proporcionadas discussões sobre os impactos das práticas esportivas de alto rendimento e a ética no uso de *doping*, promovendo o exercício da cidadania crítica e consciente, além de relacionar esses aspectos com a saúde, o autocuidado e a importância de hábitos saudáveis na vida do atleta. A CG9 é abordada ao se discutir questões éticas no esporte, como o uso de *doping* e o impacto das práticas esportivas de alto rendimento na sociedade, promovendo o exercício da cidadania crítica e consciente. A CG10 é explorada ao se incentivar os estudantes a refletirem sobre a relevância dos eventos esportivos e suas implicações sociais e políticas, tomando decisões embasadas em princípios éticos e sustentáveis.

As competências específicas da área de Linguagens são abordadas de forma contínua ao longo do capítulo. A CE1 é mobilizada ao incentivar os estudantes a utilizarem as linguagens para explicar conceitos científicos, culturais e sociais que permeiam o contexto esportivo, além de discutir temas como a influência da ciência nos esportes. A CE2 é ativada ao se promover debates sobre as relações de poder, visibilidade e preconceito no esporte, usando argumentos para sustentar ideias e dirigir um olhar crítico sobre os megaeventos esportivos e as desigualdades presentes neles. A CE3 é utilizada ao se estimular o protagonismo dos estudantes, na organização do festival cinematográfico, nas discussões sobre inclusão e sobre diversidade corporal, ou nas reflexões sobre o impacto social do esporte, levando à compreensão do papel do esporte na formação integral do indivíduo. A CE5 é desenvolvida ao se buscar a interação social e o respeito à diversidade nas práticas esportivas e no cinedebate, explorando os valores esportivos. A CE6 é trabalhada ao se incentivar a apreciação crítica de produções cinematográficas, promovendo a análise das mensagens transmitidas e a interpretação dos valores representados. A CE7 é explorada no reconhecimento do papel das tecnologias na prática esportiva.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 4 e 6.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG104, EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG502.

Na seção **Embarque**, a habilidade EM13LGG104 é ativada no trabalho com a observação e a análise de imagens e textos sobre a prática esportiva. A habilidade EM13LGG201 é mobilizada pela discussão sobre as modalidades apresentadas nas imagens, e a habilidade EM13LGG202 é desenvolvida quando os estudantes analisam as imagens e discutem a diversidade no esporte. A habilidade EM13LGG204 é desenvolvida ao se incentivar o diálogo entre os estudantes sobre as modalidades apresentadas. A habilidade EM13LGG301 é promovida durante a discussão e a participação colaborativa nas reflexões sobre a diversidade nas práticas esportivas. Já a habilidade EM13LGG302 é trabalhada pela crítica feitas às visões de mundo associadas ao "corpo ideal" no esporte. Por fim, a EM13LGG502 é abordada ao se analisar os estereótipos e preconceitos presentes nas práticas corporais, como os ligados ao gênero e à deficiência, adotando um posicionamento de respeito e valorização dos direitos humanos.

Foco na imagem

O objetivo desta seção é promover a ativação dos conhecimentos prévios dos estudantes sobre os Jogos Olímpicos e Paralímpicos, promovendo a reflexão sobre a pluralidade presente em diferentes instâncias do esporte. As atividades também visam gerar identificação e/ou expectativas nos estudantes quanto ao tema, para que possam se expressar comentando suas impressões e vivências.

A ideia é propiciar aos estudantes a oportunidade de refletir sobre a pluralidade do biotipo dos atletas olímpicos para reforçar que essa problemática está ligada à diversidade de práticas esportivas. O objetivo não é, portanto, estabelecer um corpo "ideal" e fazer comparações estéticas – caso haja comentários nesse sentido, procure ampliar a discussão, auxiliando os estudantes a compreender que os esportes demonstram que cada corpo tem suas potencialidades. Ressalte também que o biotipo pode favorecer uma prática esportiva, mas não necessariamente vai determinar se alguém pode ou não praticar determinado esporte. Essas escolhas dependem de muitos outros fatores individuais e sociais.

Foco no diálogo

Estimule os estudantes a fazerem uma leitura crítica dos textos sobre Sociologia e Filosofia do Esporte, focando nos conceitos principais de cada área. Incentive o diálogo entre os alunos, destacando

exemplos práticos e questões sociais relevantes que atravessam o fenômeno esportivo. Auxilie-os a relacionar suas próprias experiências às perspectivas apresentadas sobre equidade de gênero e à diferenciação entre esporte de rendimento e esporte de lazer.

NA ESTRADA

1ª Parada – Movimento Olímpico: educação e megaeventos

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 4, 7, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

Habilidades de Língua Portuguesa: EM13LP20, EM13LP27.

Na 1ª Parada, a habilidade EM13LGG101 é ativada pela análise dos processos de produção de discursos sobre o impacto dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos e pela análise de textos e discursos sobre o movimento paralímpico e sobre os direitos das pessoas com deficiência. A habilidade EM13LGG102 é promovida pela análise crítica de questões sociais presentes na organização dos megaeventos esportivos e pela reflexão crítica sobre o capacitismo e sobre valores sociais presentes no esporte. A habilidade EM13LGG201 é mobilizada pela discussão das modalidades olímpicas e sua influência na formação cultural e social dos estudantes. A habilidade EM13LGG202 é desenvolvida pela análise dos interesses e das perspectivas de mundo que permeiam os megaeventos esportivos e os valores do esporte. A habilidade EM13LGG204 é trabalhada pelo incentivo ao diálogo sobre os benefícios e desafios dos eventos esportivos na escola, na promoção dos direitos de participação. A habilidade EM13LGG301 é destacada na discussão colaborativa sobre a relevância da Semana da Educação Olímpica. A habilidade EM13LGG302 é acessada pela crítica de visões sobre o olimpismo e sobre o impacto dos megaeventos na sociedade; além disso, possibilita discussões sobre a representação dos atletas paralímpicos na mídia e as formas de combater o capacitismo. A habilidade EM13LGG303 é relevada por meio do trabalho com questões polêmicas, como a influência dos Jogos Olímpicos na infraestrutura urbana. A habilidade EM13LGG304 é ativada com a formulação de propostas de projetos que promovam o olimpismo nas escolas. A habilidade EM13LGG501 é acionada ao se explorar a importância dos valores olímpicos e como eles podem ser praticados nas atividades escolares. A habilidade EM13LGG502 é considerada ao se analisar preconceitos e relações de poder presentes nos megaeventos, propondo soluções inclusivas e por estimular a discussão sobre os desafios enfrentados por pessoas com deficiência no contexto esportivo e social, promovendo um posicionamento crítico e inclusivo. A habilidade EM13LGG503 é aplicada ao se estimular os estudantes a integrarem os valores olímpicos em seu projeto de vida, valorizando práticas corporais em contexto inclusivo. A habilidade EM13LP20 também é incrementada, pois os estudantes são incentivados a compartilhar seus interesses em esportes e olimpismo durante as discussões em grupo, fomentando habilidades de comunicação e compartilhamento de preferências culturais. E a habilidade EM13LP27 é trabalhada por meio dos debates sobre a falta de valorização dos atletas paralímpicos, oferecendo oportunidades para os estudantes se posicionarem e elaborarem argumentos de forma fundamentada e respeitosa, incentivando a defesa de ideias e o respeito às diferentes opiniões.

O objetivo desta Parada é problematizar a questão do esporte no contexto escolar, levando em consideração os aspectos históricos, sociais, políticos e econômicos dessa manifestação da Cultura Corporal de Movimento, além de buscar uma visão crítica sobre os megaeventos esportivos.

O ponto de partida para as reflexões e discussões é o Projeto de Lei nº 5015/19 (que inclui no calendário das escolas a Semana da Educação Olímpica), aprovado em 2020 pela Comissão de Educação, Cultura e Esporte (CE) e pelo senado em 2023, com emendas que incluíram a referência ao esporte paralímpico. É importante que os estudantes tenham contato com essa leitura, por se tratar de um gênero do discurso bastante significativo no campo da vida pública. Além disso, o texto conduz uma reflexão sobre o peso que essa lei pode ter no desenvolvimento dos valores olímpicos e paralímpicos nas escolas.

Ao trabalhar com a proposta, consulte como se desenvolveu a tramitação e a promulgação da lei, caso ela já tenha acontecido, pois em 2024 o projeto foi discutido em audiência pública e retornaria ao plenário para aprovação definitiva. A atividade pode ser um momento interessante para você trabalhar práticas de linguagens do campo da atuação na vida pública.

Se possível, mostre para os estudantes como eles podem acompanhar o processo de tramitação de um projeto de lei. No *site* da Câmara dos Deputados, você encontra a proposição (disponível em: https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=549767; acesso em: 5 out. 2024).

Ao longo das reflexões, os estudantes vão compreender que a instituição escolar é um espaço de construção da cidadania e o mundo esportivo pode potencializar uma formação mais humana e crítica dos jovens. Inclusive, o debate sobre os valores olímpicos e a inclusão de pessoas com deficiência também será analisado criticamente com discussões sobre o legado e os desafios da realização de megaeventos esportivos.

Nesta Parada, os estudantes também criarão uma mascote para representar o festival de filmes na escola, que será desenvolvido na seção **Desembarque**. Essa personagem representará os valores da turma e os direitos humanos. Como o processo de modelagem de peças da mascote com papel machê exige atenção especial, o ideal seria que elas fossem produzidas com antecedência, em relação à semana da realização do evento.

1. a) A realização de eventos esportivos é algo que há muito tempo vem sendo feito no âmbito escolar. É possível que essa tradição já exista na escola em que estudam. No caso de terem vivenciado um evento desse tipo, deixe que compartilhem as impressões que tiveram durante a participação.

b) Avalie se há tempo para propor a leitura da "Carta Olímpica" na íntegra.

d) Nesta questão, o objetivo é estimular os estudantes a expressarem suas ideias e a refletirem sobre as funções da escola. A expectativa é que eles reconheçam a escola como um ambiente responsável e capaz de proporcionar a construção de novos conhecimentos e transformações sociais.

f) Uma proposta como essa possibilitaria uma maior compreensão dos princípios olímpicos e da inclusão das pessoas com deficiência, promoveria o conhecimento sobre o esporte e viabilizaria debates acerca dos impactos sociais, culturais e econômicos gerados pelos eventos multiesportivos. Permita que os estudantes se expressem e incentive-os a compartilharem suas opiniões sobre o assunto.

g) Pense com os estudantes formas de diversificar as práticas esportivas nos eventos escolares, possibilitando que pessoas com diferentes habilidades, com e sem deficiência, vivenciem essas práticas corporais. Além disso, explique que a participação nas atividades é muito mais importante do que a vitória, pois a escola não possui a função social de formar atletas. Por fim, estimule os educandos a participarem de diferentes ações nesse projeto, como estudar a história dos megaeventos esportivos, debater sobre os marcadores socioculturais (gênero, raça, classe social e religião) que atravessam as manifestações da cultura corporal.

h) Abra espaço para que a turma se posicione e apresente seu ponto de vista. Aqueles que se posicionarem favoravelmente poderão argumentar que, uma vez que a imersão dos estudantes no universo olímpico e paralímpico produziria uma espécie de cultura do esporte, as práticas esportivas também seriam ampliadas e mais pessoas vislumbrariam o caminho dessas práticas como projeto de vida. Aqueles que se posicionarem negativamente poderão argumentar que o processo de melhoria na *performance* dos esportistas olímpicos e paralímpicos já tinha uma tendência crescente mesmo sem um projeto de lei, pois essa iniciativa não é nova, uma vez que o olimpismo é um estilo de vida presente há muito tempo no âmbito esportivo, ou defenderão que o real campo de desenvolvimento do esporte de alto rendimento é em outros lugares que não na escola. Nesse cenário, posicione-se mencionando que a escola não possui a intencionalidade de formar atletas, mas sim cidadãos que vão se posicionar sobre o tema esportivo durante toda a sua vida.

2. Incentive os estudantes a observar detalhadamente os dados apresentados na tabela e a formular uma análise crítica da *performance* brasileira. Estimule-os a comparar diferentes edições dos Jogos Olímpicos, destacando fatores que possam ter influenciado na variação do número de medalhas. Encoraje-os a justificar suas respostas com base nos dados disponíveis, desenvolvendo um pensamento analítico.
3. Promova uma reflexão coletiva com os estudantes sobre a importância de incentivar a continuidade da prática esportiva para atletas que não conquistaram o pódio. Incentive-os a considerar o impacto dos valores olímpicos, como amizade, excelência e respeito, e a importância do *fair play* para além das vitórias. Direcione o debate para que explorem como esses princípios são relevantes para a formação cidadã e como podem contribuir para uma sociedade mais justa.
4. Problematize com os estudantes a relação entre o olimpismo e questões como o *doping*, a pressão pela vitória a qualquer custo e a valorização do corpo atlético ideal. Incentive-os a refletir sobre como esses aspectos podem reforçar padrões hegemônicos e quais seriam as alternativas mais inclusivas e justas no contexto esportivo.

Sugestão de ampliação

Para mais informações, acesse a seguinte referência:

- GOMES, Marta Correa; MATURANA DOS SANTOS, Leonardo José; SILVA, Paulo Rodrigo Pedroso da. Educação olímpica para quê? Educação olímpica para quem? Representações e práticas para uma pedagogia crítica do olimpismo em tópicos especiais – o doping entre escolares. *PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review*, v. 3, n. 1, jan./jun. 2014, p. 38-49. Disponível em: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5037169. Acesso em: 5 set. 2024.

5. Estimule os estudantes a discutir sobre como podem contribuir para mudanças políticas, tanto no esporte quanto em outros setores. Incentive a reflexão sobre o papel do legislativo na promoção do esporte e do lazer e se há interesse em atuar nessa área futuramente. Esse momento de reflexão pode ser interessante para a turma pensar nas relações do mundo do trabalho, para que possam fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida. Escute o que os estudantes têm a dizer.
6. A ideia é que os estudantes reflitam sobre o tratamento que é dado aos esportes no local onde estudam ou onde vivem. Ajude-os a refletir se existe atenção das instituições para essas questões. Deixe que eles apresentem possíveis soluções para os problemas que identificarem e incentive-os a justificar a relevância do que estão propondo.

   Já existem experiências na literatura em que professores e professoras de Educação Física do Ensino Médio tematizaram e problematizaram a questão das práticas esportivas. Em muitos desses projetos, foram utilizados espaços e materiais alternativos, adaptando as modalidades esportivas para que todos os estudantes conseguissem participar das vivências.

Sugestão de ampliação

Seguem algumas indicações de práticas político-pedagógicas publicadas em artigos científicos:

- MALDONADO, Daniel Teixeira; JABOIS, Diego Pinto; NEIRA, Marcos Garcia. Organização didático-pedagógica das aulas de Educação Física na educação básica: entre o "não mais" e o "ainda não"? *Conexões*, Campinas, SP, v. 17, p. e019016, 2019. Disponível em: https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8654674. Acesso em: 23 jun. 2024.
- MALDONADO, Daniel Teixeira; BOCCHINI, Daniel. Prática pedagógica diferenciada nas aulas de Educação Física: os esportes adaptados na escola pública. *Revista Mineira de Educação Física*, v. 23, n. 2, p. 160-173, 2015. Disponível em: https://periodicos.ufv.br/revminef/article/view/9983. Acesso em: 23 jun. 2024.

7. Incentive os estudantes a citar as mascotes de que se lembram e a argumentar por que elas foram marcantes. A mascote Vinicius, dos Jogos Olímpicos Rio 2016, por exemplo, viralizou nas redes sociais em vídeos, dançando músicas brasileiras para animar os expectadores dos jogos durante os intervalos. Pergunte se os estudantes acompanharam esse tipo de conteúdo e se acharam divertido.
8. Incentive os estudantes a identificar os elementos que tornam a cidade única, destacando aspectos culturais, históricos e naturais. Oriente-os a pensar em figuras ou símbolos que melhor representem esses elementos para a criação da mascote. Ao promover a eleição da mascote, incentive-os a explicar as escolhas feitas, valorizando a criatividade e a conexão com a identidade local. Propicie um ambiente colaborativo, onde todos possam opinar e justificar suas escolhas, reforçando a importância da expressão coletiva e do pertencimento.

   Comente com os estudantes que essa poderá ser a mascote do festival de filmes nacionais e internacionais que retratará a prática esportiva. Incentive-os a criar uma personagem que possa ser relacionada com facilidade à cidade em que vivem. Pontue para eles que a grande maioria das mascotes tem uma imagem simples. Outro ponto importante é que essa personagem potencialize as discussões sobre a inclusão, a diversidade cultural e a justiça social que foram produzidas ao longo de todo o capítulo.

   A atividade também pode ser feita em duplas ou grupos. Procure desenvolver uma dinâmica em que todos estejam à vontade para mostrar o que foi feito. A votação pode envolver toda a comunidade escolar por meio do perfil de uma rede social da turma, por exemplo. O nome da mascote pode ser também um desdobramento desta atividade e envolver, mais uma vez, a comunidade escolar para votação.

Megaeventos esportivos: legado ou promessas vãs?

Nesta atividade, a proposta é que os estudantes reflitam de forma crítica sobre a Educação Olímpica e seu legado, observando, por exemplo, o planejamento que as cidades precisam fazer para recepcionar um evento como os Jogos Olímpicos. A organização abrange diversos aspectos, desde o preparo logístico e de infraestrutura inclusiva até a maneira como os voluntários deverão lidar com os visitantes, sejam atletas ou torcedores. É importante que os estudantes pensem sobre a organização de um evento esportivo, observem que os organizadores de um megaevento esportivo precisam

considerar os espaços que a cidade-sede dispõe, os equipamentos necessários para a execução de cada modalidade, as medidas de prevenção de lesões, a estrutura inclusiva para que pessoas com deficiência possam participar dos jogos (como espectadores ou competidores), a segurança e até fatores externos, como a meteorologia. Além disso, é interessante que eles considerem, também, a atmosfera que é criada para que os convidados se sintam bem recebidos. Informe antecipadamente sobre a produção do *e-cliping* que será realizada na **atividade 12**.

10. Incentive os estudantes a pensar sobre os investimentos necessários para sediar um megaevento esportivo e os impactos que as mudanças provenientes podem ter na cidade a longo prazo, considerando tanto os aspectos positivos quanto os negativos.

11. Durante a leitura do texto, é importante lembrar que, até meados de 2020, a data dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos de Inverno de Pequim, em 2022, estava mantida.

b) É importante que os estudantes possam discutir questões socialmente relevantes como essa. Deixe que eles se expressem de forma respeitosa e empática. Se considerar conveniente, comente com eles que, enquanto a denominação "Jogos Olímpicos" é o evento esportivo propriamente dito, aquele inspirado no rito helênico e organizado pelo Comitê Olímpico Internacional (COI), que ocorre de quatro em quatro anos, as "Olimpíadas" determinam o período de quatro anos de intervalo entre cada edição dos Jogos.

12. Reforce a reflexão acerca de toda a mobilização que um evento como esse requer na cidade-sede. As mudanças na arquitetura vão além da construção e reforma de estádios e arenas, abrangendo praças, hotéis, restaurantes, além de alterações nas rotas do trânsito e nos sistemas de transporte púbico. Outro aspecto relevante é a construção de vilas olímpicas com apartamentos que abriguem os atletas durante o evento e que depois costumam ser vendidos para as pessoas em geral. Há também uma preparação do comércio, assim como mudanças nas relações interpessoais, devido às possibilidades de trocas culturais e ao contato com pessoas diferentes. É interessante, ainda, que a turma leve em consideração o legado que fica na cidade anfitriã. Essas estruturas, geralmente, deixam uma marca duradoura na paisagem urbana e podem se tornar um cartão de visita para turistas.

2ª Parada – Paralimpíadas: inclusão ou exclusão?

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 6, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG502, EM13LGG604.

Nesta parada, a habilidade EM13LGG302 é trabalhada com base na reflexão sobre inclusão e marginalização de pessoas com deficiência. As habilidades EM13LGG303 e EM13LGG304 são exploradas por meio de análises e argumentações sobre maneiras mais apropriadas de promover a inclusão de pessoas com deficiência nos esportes e na vida cotidiana. As habilidades EM13LGG502 e EM13LGG604 são abordadas com base no desenvolvimento do senso crítico ao analisar diferentes realidades.

1. a) Incentive os estudantes a refletirem sobre as razões históricas e sociais que levaram à demora na criação dos Jogos Paralímpicos. Provoque-os a pensar sobre como as pessoas com deficiência foram marginalizadas por muito tempo e como isso impactou seu acesso ao esporte. Ressalte para os estudantes que todas as conquistas e direitos das pessoas com deficiência são resultado da luta contra o preconceito e de movimentos pela inclusão.

b) Estimule os estudantes a discutir o impacto positivo da mudança que tornou os Jogos Paralímpicos parte da programação oficial das cidades que sediam os Jogos Olímpicos. Realce a importância dessa visibilidade e o quanto isso contribui para a valorização das pessoas com deficiência e para a conscientização sobre inclusão.

2. Organize antecipadamente o material para a atividade e oriente a turma a se dividir em grupos de três estudantes. Corte as alças da sacola plástica para antecipar essa etapa. Demonstre como montar a bola, distribua o material e depois ajude os jovens circulando pelo espaço de aula. Proponha variações da atividade ampliando o espaço gradualmente para aumentar o nível de dificuldade em acertar o bolim. Incentive os estudantes a vivenciar a bocha, promovendo uma reflexão sobre a importância do esporte adaptado. Valorize o aprendizado sobre as regras e estratégias, destacando a inclusão e a acessibilidade das práticas corporais. Durante a prática, lembre-os de observar as diferenças entre a bocha convencional e a bocha paralímpica, e como a adaptação permite a participação de todos.

3. Estimule a turma a observar se as dificuldades se devem às adaptações feitas na modalidade paralímpica, como a regra de manter o corpo no chão durante todo o jogo, ou à falta de habilidades e estratégias necessárias para o jogo. Incentive os estudantes a pensar criativamente em como adaptar o vôlei sentado para o contexto escolar, utilizando os recursos disponíveis. Valorize o trabalho em equipe e as soluções colaborativas que tornem a prática acessível a todos. Estimule também a reflexão sobre as dificuldades enfrentadas e como superá-las, promovendo a empatia e a valorização das capacidades de cada um.

4. Peça aos estudantes que leiam as legendas das imagens e discutam o nível da audiência dos Jogos Paralímpicos, incentivando o respeito ao próximo e a inclusão e, principalmente, a reflexão sobre a falta de interesse econômico que inviabiliza que se dê o mesmo destaque às transmissões dos Jogos Paralímpicos com relação ao que é dado aos Jogos Olímpicos.

5. Para a reflexão proposta, incentive os estudantes a pensarem nas limitações que os espaços cotidianos já oferecem e, depois, considerarem os espaços específicos de eventos esportivos buscando garantir a acessibilidade para todos.

6. Incentive os estudantes a analisarem os ambientes que frequentam e as dificuldades que pessoas com deficiência enfrentam para acessá-los e aproveitá-los da melhor maneira. Reforce que acessar os locais não é suficiente; é necessário que pessoas com deficiência também possam vivenciar as experiências com qualidade e, para isso, o preconceito não pode ser mais uma barreira.

7. Se quiser expandir a discussão, proponha aos estudantes que reflitam se as pesquisas científicas e a tecnologia impactam apenas a prática esportiva de pessoas com deficiência. A ciência tem contribuído para a prática esportiva de diferentes maneiras e não apenas para os atletas, mas para qualquer pessoa que queira vivenciar a gestualidade das práticas corporais. Tecidos que absorvem o suor, tênis que absorvem impacto, materiais mais leves, equipamentos eletrônicos que realizam várias medições, próteses, entre outros, são apenas alguns exemplos de inovações científicas que são adotadas em práticas esportivas e que podem ser usadas por qualquer pessoa: atleta profissional ou amador ou pessoas que fazem atividade física para manter a saúde.

3ª Parada – As mulheres e as competições esportivas: histórias de luta!

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 6, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG502, EM13LGG604.

Nesta parada, os estudantes são incentivados a analisar criticamente o histórico de discriminação enfrentado pelas mulheres,

refletindo sobre as lutas enfrentadas por elas. Com base nessa perspectiva, são trabalhadas as habilidades EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG502 e EM13LGG604.

Propicie uma discussão sobre o preconceito e a discriminação de que muitas mulheres foram vítimas ao longo da história do esporte e destaque a realidade das mulheres com deficiência e os desafios advindos da interseccionalidade entre esses dois marcadores sociais. Se possível, amplie a atividade promovendo uma pesquisa breve sobre o assunto. Além disso, tematize as histórias de atletas que resistiram ao preconceito e mudaram o curso da história esportiva, estabelecendo relações entre as áreas de Linguagens e suas Tecnologias e Ciências Humanas e Sociais Aplicadas.

1. Incentive os estudantes a se posicionarem e a refletirem sobre a atitude violenta do diretor da corrida contra Kathrine Switzer, ao tentar retirá-la à força da competição, concluindo que, nos anos 1960, havia uma forte discriminação contra as mulheres no âmbito do esporte, que pode ser relacionada ao machismo estrutural e cultural. Sentir-se à vontade para cometer tal brutalidade em público revela o quanto a violência (física, psicológica, simbólica, etc.) contra a mulher foi e ainda é aceita como uma prática naturalizada pela sociedade.
2. Após as análises e reflexões propostas inicialmente nesta questão, a expectativa é que os estudantes percebam que, apesar de já terem se passado mais de 50 anos da Maratona de Boston de 1967, as mulheres continuam sendo vítimas de atitudes machistas no esporte, assim como em várias outras esferas sociais, como o trabalho, a política e a ciência. Alguns exemplos dos reflexos dessa cultura discriminatória são salários mais baixos em relação a colegas homens que ocupam o mesmo cargo, menor visibilidade na mídia, comentários machistas em programas de TV, etc. O objetivo da discussão é problematizar o espaço feminino no esporte, além de promover positivamente a imagem da mulher, considerando sua participação em diferentes trabalhos, profissões e espaços de poder, reforçando o compromisso social da não violência contra a mulher.
3. Fomente a discussão entre os estudantes. É importante que eles percebam que o discurso de Marta, a jogadora mais premiada da história da FIFA até 2020, questiona a atitude machista com o futebol feminino e pede que as mulheres se imponham no esporte. No texto, a menção a "Salários infinitamente menores, menos visibilidade, falta de patrocínio e a luta diária contra o preconceito." pode ser comparada aos rendimentos milionários de Lionel Messi e Cristiano Ronaldo, por exemplo, confirmando um dos aspectos das diferenças existentes. É interessante que os estudantes reflitam sobre essas práticas que, historicamente e em várias esferas sociais, excluem a participação feminina e o acesso aos mesmos direitos dos homens.

4ª Parada – Atletismo, ciência e desempenho

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 5 e 7.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 5 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG204, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG702.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP31.

Habilidade de Ciências da Natureza: EM13CNT101.

Nesta Parada, os estudantes vão refletir sobre o papel da ciência na *performance* de atletas e praticantes amadores nos esportes. Para isso, vão estabelecer relações entre as áreas de Linguagens, Ciências da Natureza, Ciências Humanas e Matemática e suas Tecnologias ao ler um texto jornalístico e utilizar os conhecimentos adquiridos na prática do salto em distância.

A habilidade EM13LGG101 é ativada ao se analisar o texto sobre a física no esporte e refletir sobre a relação entre ciência e prática esportiva. A habilidade EM13LGG103 é promovida ao se explorar o quanto a Física está presente no cotidiano e nas práticas esportivas, e como esse conhecimento pode ser aplicado para melhorar o desempenho dos atletas. A habilidade EM13LGG104 é desenvolvida ao se trabalhar a leitura e a análise crítica de diferentes textos científicos e esportivos, considerando suas contribuições para a compreensão da prática esportiva. A habilidade EM13LGG204 é trabalhada ao se incentivar o diálogo entre estudantes sobre as diferenças nos tempos de corrida e a análise dos fatores que influenciam o desempenho. A habilidade EM13LGG501 é aplicada ao se analisar os conceitos de Física e suas aplicações no esporte, promovendo a articulação do conhecimento científico com a prática esportiva. A habilidade EM13LGG502 é incrementada ao se discutir as contribuições da ciência para o esporte e os benefícios da parceria entre esporte e tecnologia, promovendo um posicionamento crítico. A habilidade EM13LGG503 é acionada ao se propor reflexões sobre o impacto das descobertas científicas na *performance* esportiva e como essas contribuições podem ser aplicadas na vida cotidiana. A habilidade EM13LGG702 é promovida ao se incentivar a vivência prática do atletismo, permitindo a aplicação dos conceitos de Física em uma atividade experimental, promovendo a compreensão de como esses conhecimentos influenciam o desempenho. A habilidade EM13CNT101 é acessada por meio da relação entre Física e esporte com discussões sobre o ângulo dos saltos, a resistência do ar e a velocidade dos atletas. Esses elementos exploram a análise de movimentos e a conservação de energia no contexto das práticas esportivas. A habilidade EM13LP31 é enfocada pela análise de textos de divulgação científica que tratam de Física e desempenho atlético, proporcionando aos estudantes oportunidade de identificar a consistência dos argumentos e interpretar dados de forma crítica.

Procure os professores de Física e de Língua Portuguesa para planejar ações interdisciplinares.

1. **a)** Avalie a pertinência das colocações dos estudantes, sugerindo que façam conexões com o que já vivenciaram com esse componente curricular na experiência escolar, incentivando-os a mencionar elementos da Física aplicada. O objetivo dessa atividade é fomentar nos estudantes a autonomia e o interesse pela pesquisa, ainda que seja em dicionários, de modo que possam incorporar em sua prática, dentro e fora da escola, atitudes de jovens pesquisadores. Estimule-os a formular hipóteses sobre a relação entre a Física e as práticas corporais, conectando conceitos teóricos a situações cotidianas, e depois verificar essas hipóteses na leitura do texto.

   b) Incentive os estudantes a se manifestarem. As explicações apresentadas sobre as modalidades salto em distância, salto em altura e lançamento de martelo mostram como os conceitos da Física se aplicam aos movimentos e como podem ajudar os atletas. Espera-se que, depois da leitura do texto, os estudantes tenham percebido a aplicação da Física nas práticas esportivas.

2. **a)** Incentive os estudantes a identificar exemplos práticos da aplicação da Física no esporte, como força, ângulo, atrito e movimento, mostrando como esses conceitos podem ajudar a melhorar a *performance* dos atletas.

   b) Oriente os estudantes a identificar e discutir as ideias dos pesquisadores no texto. Incentive-os a refletir sobre a importância de olhar o esporte por diferentes perspectivas e como isso pode tornar os conceitos científicos mais acessíveis e relevantes.

   c) Estimule os estudantes a pensar sobre como a pesquisa apresentada pode contribuir para a compreensão das modalidades esportivas e para a melhoria das técnicas usadas pelos atletas. Peça que reflitam como conceitos como força e ângulo podem ser aplicados no contexto esportivo.

   d) Estimule uma discussão sobre como o uso de exemplos práticos, como o atletismo, pode facilitar o ensino de Física no

Ensino Médio. Incentive os estudantes a pensar sobre como conectar a teoria com situações reais pode tornar o aprendizado mais interessante e acessível.

3. Com auxílio do professor de Física da turma, sugira aos estudantes que aprofundem os conhecimentos sobre energia mecânica, coeficiente aerodinâmico, energia, potência máxima entre outros conceitos. Esse trabalho pode ser mais uma oportunidade para os estudantes vivenciarem o campo das práticas de estudo e pesquisa com um trabalho interdisciplinar com a área de Ciências da Natureza e suas Tecnologias.

Antes de começar as rodadas de corrida, faça com os estudantes as atividades de aquecimento. Oriente os estudantes a se organizarem para a atividade de corrida, garantindo que todos possam participar e se envolver, inclusive os estudantes com deficiência ou com limitações motoras. Estimule a colaboração e o revezamento de funções durante a prática, promovendo a inclusão e a participação ativa de todos. Encoraje-os a refletir sobre as etapas experimentadas e a discutir suas impressões, observando as diferenças de desempenho entre as diferentes técnicas de corrida.

Para o registro de dados, é interessante que os estudantes exercitem as habilidades tecnológicas; entretanto, caso não haja possibilidade de um trabalho digital com *software* de criação de tabelas ou de acesso a plataformas que permitam sua criação *on-line* gratuitamente, os estudantes podem criá-los manualmente na forma impressa.

Ao fazer a análise dos resultados, é interessante estimular os estudantes a exercitarem a curiosidade intelectual e utilizar abordagens científicas. Possibilite que criem hipóteses, realizem testes e reflitam sobre os resultados de seus experimentos.

4. a) Incentive os estudantes a refletir sobre como o conhecimento das leis da Física pode melhorar o desempenho dos atletas, ressaltando a importância do entendimento sobre força, velocidade e ângulo no aprimoramento das técnicas esportivas.

b) Promova uma discussão sobre os benefícios da parceria entre esporte e ciência. Estimule os estudantes a pensar em exemplos práticos, como a melhoria da *performance*, a prevenção de lesões e o desenvolvimento de equipamentos esportivos, e como isso também gera avanços no campo científico.

5ª Parada – Prática esportiva: ações necessárias para atletas

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 7, 8 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG303, EM13LGG305, EM13LGG503.

A habilidade EM13LGG103 é promovida ao se incentivar a realização da análise crítica sobre as influências da nutrição, do treinamento e do descanso no desempenho esportivo, além das consequências éticas do uso de substâncias proibidas. A habilidade EM13LGG104 é ativada ao se trabalhar a leitura e a análise crítica de diferentes textos, como reportagens e entrevistas, relacionando-os ao contexto dos esportes e suas demandas físicas e nutricionais. A habilidade EM13LGG303 é desenvolvida ao se propor atividades que discutem a ética esportiva, o uso de *doping* e a formação de valores no contexto dos esportes de alto rendimento. A habilidade EM13LGG305 é mobilizada ao se incentivar a reflexão sobre a responsabilidade dos atletas em relação ao uso de substâncias proibidas e as consequências para sua saúde e para o esporte como um todo. A habilidade EM13LGG503 é explorada ao se estimular a reflexão crítica sobre os valores associados ao esporte, como o *fair play*, e a necessidade de uma prática esportiva ética e saudável.

1. Incentive os estudantes a refletir sobre o uso da expressão "maratona" em situações cotidianas. Estimule-os a identificar as características de uma atividade que pode ser considerada longa e desafiadora, fazendo uma comparação com as exigências físicas e mentais de uma prova de maratona.

2. Espera-se que os estudantes pensem nos hábitos adequados de treinamento e na preparação física dos atletas. Eles devem refletir sobre a importância de uma alimentação equilibrada, hidratação adequada e práticas de fortalecimento muscular, além de técnicas de recuperação, como alongamento e descanso, que são essenciais para o bom desempenho em corridas. Também é relevante considerar o impacto do condicionamento mental, como a disciplina e o foco durante os treinos, além de estratégias de motivação.

3. a) Estimule os estudantes a relacionar a qualidade da alimentação com o desempenho esportivo, destacando a importância de uma nutrição balanceada para fornecer a energia e os nutrientes necessários ao bom rendimento. Incentive-os a discutir como cada macronutriente desempenha um papel específico na prática esportiva.

b) Incentive os estudantes a refletir sobre como o sono afeta diretamente o desempenho de um atleta, auxiliando na recuperação muscular, prevenindo lesões e melhorando a *performance* física e mental. Encoraje-os a considerar a importância do descanso na rotina de treinos.

c) e **d)** Estimule os estudantes a pensar sobre as mudanças que precisariam adotar em suas rotinas caso desejassem se tornar atletas. Encoraje-os a refletir sobre a necessidade de disciplina, dedicação e bons hábitos. Permita um momento de reflexão e conversa entre os estudantes.

4. a) Incentive os estudantes a observar os infográficos e discutir por que a dieta de cada atleta é diferente, mesmo sendo todos esportistas. Encoraje-os a refletir sobre as demandas específicas de cada modalidade esportiva, a fim de entender como isso influencia diretamente a alimentação e o preparo dos atletas.

b) Espera-se que os estudantes reflitam sobre os próprios hábitos alimentares, verificando se os ajudam ou atrapalham na prática de suas atividades diárias, e se há algo que poderia ser melhorado. Estimule os estudantes a refletirem sobre o consumo de alimentos processados e ultraprocessados visitando o *Guia alimentar para a população brasileira* (disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf/@@download/file; acesso em: 8 out. 2024).

5. Estimule os estudantes a refletir sobre a busca do alto rendimento em detrimento de um estilo de vida saudável. Contraponha os valores olímpicos estudados na 1ª Parada ao uso de substâncias ilícitas para o alcance da vitória e questione, então, o mérito dessa conquista. Problematize o uso de substâncias para o aumento da *performance* entre atletas e entre os jovens. Ouça os relatos enfatizando uma escuta sem julgamentos, mas apresentando evidências sobre os efeitos do uso dessas substâncias. Se a turma tiver interesse, aprofunde os estudos sobre esse tema.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 3, 4, 5 e 6.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5, 6 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG102, EM13LGG103, EM13LGG105, EM13LGG301, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG305 EM13LGG502, EM13LGG601, EM13LGG602, EM13LGG604, EM13LGG701, EM13LGG704.

O objetivo da atividade proposta no **Desembarque** é fomentar a participação dos estudantes na organização de um festival cinematográfico sobre o mundo esportivo, a fim de promover a empatia, o diálogo, a resolução de conflitos, a cooperação e a consciência crítica sobre os aspectos sociais, políticos, históricos e econômicos que atravessam o esporte como manifestação da Cultura Corporal de Movimento.

A habilidade EM13LGG102 é ativada ao se incentivar os estudantes a realizar debates sobre os aspectos históricos e sociais que envolvem o esporte, promovendo um olhar crítico e reflexivo. A habilidade EM13LGG103 é promovida ao se fomentar a análise crítica sobre o impacto do esporte na sociedade, explorando questões como inclusão, diversidade e valores. A habilidade EM13LGG105 é trabalhada ao se propor a análise das mensagens sociais dos filmes apresentados no festival e ao se incentivar a participação em discussões reflexivas sobre elas. A habilidade EM13LGG301 é desenvolvida ao se promover o uso das produções cinematográficas para gerar reflexões sobre questões éticas e sociais que permeiam o esporte. A habilidade EM13LGG302 é explorada ao se incentivar os estudantes a apreciar criticamente as produções audiovisuais, relacionando-as com questões sociais. A habilidade EM13LGG303 é acionada ao se promover debates sobre questões éticas, como racismo e inclusão no esporte, durante os cine debates do festival. A habilidade EM13LGG304 é enfocada ao se incentivar os estudantes a investigar e representar temas esportivos por meio da fotografia, desenvolvendo sua capacidade de expressão visual. A habilidade EM13LGG305 é desenvolvida ao se estimular reflexões sobre a ética no esporte e a prática esportiva inclusiva, abordando os desafios enfrentados pelos atletas. A habilidade EM13LGG502 é tratada ao se promover a análise das produções cinematográficas e a construção de significados por meio das discussões em grupo. A habilidade EM13LGG601 é considerada ao se incentivar a organização do festival cinematográfico, que envolve comunicação, gestão e interação com diferentes públicos. A habilidade EM13LGG602 é relevada ao se propor a criação de cartazes e a divulgação dos filmes, promovendo o uso das linguagens verbais e não verbais de forma articulada. A habilidade EM13LGG604 é ativada ao se estimular a construção de um ambiente de aprendizado que valorize a diversidade e a inclusão, explorando essas questões nos filmes e debates do festival. A habilidade EM13LGG701 é promovida ao se incentivar a análise crítica de produções audiovisuais relacionadas ao esporte, incluindo o entendimento das mensagens transmitidas por meio dos filmes. A habilidade EM13LGG704 é explorada ao se promover a reflexão crítica sobre a inclusão e a diversidade no esporte, abordando as diferentes formas de expressão cultural e social.

Festival cinematográfico sobre o mundo esportivo

Antes de iniciar a atividade, é importante fazer a leitura da proposta com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam o objetivo.

As orientações propostas são sugestões que visam dar uma ideia de como as turmas podem se organizar para o evento. Optamos por uma dinâmica na qual os estudantes são inseridos em um dos quatro grupos por meio de um sorteio, por pensar que, dessa maneira, é possível promover a integração entre diferentes turmas, bem como a aproximação dos estudantes com os professores que serão os monitores. Essa é uma possibilidade de os estudantes interagirem com pessoas novas, não apenas com os colegas com os quais já têm maior proximidade. O fator aleatoriedade, na hora de descobrirem em qual grupo vão entrar, não apenas causa um suspense capaz de envolver os estudantes, mas traz também mais aceitação por soar mais justo, uma vez que todos entrarão nos grupos pelo mesmo processo. Por meio disso, é possível evitar que alguns problemas aconteçam na hora dos debates. Caso ache necessário, faça alterações para que a proposta atenda melhor a realidade das turmas da escola.

Preparação para o festival

1. Oriente os estudantes a fazerem um levantamento detalhado dos espaços disponíveis na escola e a planejar os horários e locais para cada atividade do Festival, como cerimônias de abertura, exibições e debates. Incentive-os a considerar aspectos como acessibilidade e infraestrutura adequadas, garantindo a participação de todos. Encoraje a reflexão sobre como preparar e decorar o ambiente para torná-lo acolhedor e funcional, valorizando a mascote criada pela turma. Na 1ª Parada, os estudantes estudaram como um país e uma cidade-sede se organizam para os Jogos Olímpicos e, além disso, escolheram a mascote da turma. Da mesma forma, é preciso planejar e organizar a escola para o evento, inclusive conversar com outros professores para integrar as turmas do Ensino Médio. É preciso avaliar o espaço que pode ser usado para que aconteça o Festival Cinematográfico sobre o mundo esportivo na escola. Esse reconhecimento é fundamental, inclusive, para a escolha dos filmes que serão apreciados. A escola também precisa estar organizada para receber os convidados. A limpeza e a decoração podem ser realizadas em mutirão. A decoração é importante para criar uma atmosfera que estimule os debates após as sessões dos filmes. É preciso, também, valorizar a mascote criada e eleita pela turma.
2. Incentive os estudantes a colaborar na divisão de tarefas e a se organizarem em grupos para realizar a pesquisa dos filmes. Enfatize a importância da pesquisa de conteúdos que abordem questões de relevância social no mundo esportivo, estimulando uma discussão crítica e diversificada entre os temas selecionados.

Escolha dos filmes

3. Incentive os estudantes a escolherem filmes que abordem temas como racismo, inclusão e ética no esporte. Oriente-os a justificar a relevância de cada tema para a comunidade escolar, destacando a importância de promover debates sobre questões sociais e culturais relacionadas ao esporte.

Divulgação dos filmes escolhidos

4. Oriente os estudantes a serem criativos na elaboração dos cartazes, utilizando a mascote da turma para criar uma identidade visual para o festival. Incentive-os a incluir perguntas que despertem a curiosidade dos espectadores e a planejar estratégias para alcançar todos os estudantes do Ensino Médio e a comunidade escolar.
5. Ressalte a importância de definir previamente os mediadores dos debates e de preparar as perguntas e temas que serão discutidos. Encoraje os estudantes a promoverem um ambiente inclusivo, onde todos se sintam confortáveis para participar e compartilhar suas opiniões. Seria importante que todas as seções de filmes contassem com um professor da escola para mediar o cine debate. Sempre explique aos espectadores que o espaço de reflexões não pode conter atitudes preconceituosas e discriminatórias. Além disso, todas as ideias que circularem sobre o racismo no esporte, as relações de gênero que atravessam o mundo esportivo, práticas esportivas para pessoas com deficiência e histórias de resistência de esportistas ao longo da história precisam ser respeitadas e analisadas de acordo com a mensagem da produção cinematográfica vista.

Semana do festival cinematográfico sobre o mundo esportivo: os direitos humanos em evidência

6. Incentive os estudantes a realizar reflexões profundas sobre os temas abordados nos filmes, destacando as conexões com os direitos humanos e os valores esportivos. Oriente-os a fomentar um debate que explore as perspectivas históricas, sociais e culturais do esporte, promovendo o respeito e a diversidade.

Finalizando o festival: vamos produzir fotografias sobre o esporte?

7. Estimule os estudantes a criar fotos que representem as discussões realizadas nos debates, escolhendo temas como diversidade, inclusão e superação. Incentive-os a pensar nos detalhes do cenário e nas vestimentas para transmitir claramente a mensagem pretendida. Oriente-os a trabalhar em equipe para desenvolver uma produção visual que dialogue com o que foi discutido durante o festival. Se possível, busque fazer uma parceria com o docente de Arte da escola para que todos compreendam as melhores técnicas para produção de fotografias.
8. Oriente os estudantes a planejar a exposição de maneira que se valorize cada foto, garantindo que as mensagens sejam compreendidas e que promovam o debate entre os colegas. Incentive-os a convidar a comunidade escolar para participar da exposição e a preparar explicações sobre as imagens, promovendo uma discussão mais ampla sobre a diversidade cultural no esporte.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Sugere-se que a **Retrospectiva** seja realizada em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a participação do professor.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, o objetivo é que os estudantes retomem conteúdos estudados no capítulo a fim de verificar a aprendizagem.

1. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. O olimpismo é uma filosofia olímpica de vida que tem como fundamento o equilíbrio entre corpo, mente e força de vontade. O objetivo desse movimento é contribuir para a construção de um mundo mais pacífico por meio da prática de esportes, unida à cultura e à educação.
2. Esse assunto foi abordado na 1ª e 2ª Paradas. Os participantes dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos se preparam para representar os seus países e ganharem medalhas. Portanto, o principal objetivo é a competição entre os atletas, embora esses megaeventos esportivos também passem uma mensagem de união entre os povos e de respeito aos adversários durante as competições. A principal diferença são os atletas paralímpicos, que são pessoas com deficiência. Além disso, pode-se verificar a diferença de destaque na mídia dado às duas modalidades de competição esportiva.
3. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. As obras para esses megaeventos têm ficado cada vez mais caras, e os legados prometidos para a população não estão sendo cumpridos. Por conta dessas questões, uma parcela da população de muitos países tem preferido que a verba que seria utilizada para a realização dos Jogos Olímpicos, por exemplo, seja destinada para outras situações mais urgentes que as cidades necessitam, priorizando políticas sociais que beneficiariam as pessoas com menor poder aquisitivo.
4. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. Os atletas paralímpicos ainda são pouco conhecidos pela população, pois as modalidades esportivas para as pessoas com deficiência não possuem a mesma visibilidade midiática dos esportes convencionais. Além disso, os próprios canais de televisão acabam transmitindo mais os Jogos Olímpicos, em comparação com os Paralímpicos. Essa realidade precisa ser urgentemente alterada, até porque os atletas brasileiros das Paralímpiadas têm tido resultados muito consistentes e precisam ser cada vez mais valorizados.
5. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Jaqueline Silva e Sandra Pires ganharam a medalha de ouro em Atlanta (1996) no vôlei de praia. Ketleyn Quadros (1987-), no judô, e Maurren Maggi (1976-), no salto em distância, conquistaram, respectivamente, as medalhas de bronze e de ouro em Pequim (2008). Sarah Menezes ganhou a primeira medalha de ouro brasileira no judô feminino em Londres 2012, e Rebeca Andrade conquistou uma medalha de ouro e outra de prata na Ginástica Artística em Tóquio (2020). Vale destacar também que as Olímpiadas de Paris (2024) foi chamada por muitos brasileiros de "Olimpíadas das mulheres", visto que, das 20 medalhas conquistadas, 12 delas vieram de vitórias femininas, inclusive os únicos três ouros, conquistados pela ginasta Rebeca Andrade no solo, pela judoca Beatriz Souza e pela dupla de vôlei de praia Ana Patrícia e Duda.
6. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. A ciência esportiva pode ser produzida a partir dos conhecimentos das Ciências Naturais e Humanas. Saberes da Física são importantes para que o atleta saiba fazer um movimento o mais perfeito possível, assim como os conhecimentos históricos possibilitam que a população conheça experiências de resistência e engajamento de pessoas envolvidas com o esporte. Portanto, todas as formas de produção de conhecimento científico sobre o fenômeno esportivo precisam ser valorizadas no ambiente escolar e problematizadas de forma interdisciplinar.
7. Esse assunto foi abordado na 5ª Parada. Um atleta de alto rendimento precisa de uma alimentação muito equilibrada, um sono de qualidade, treino com profissionais e momentos de descanso. Por conta dessas características, é preciso muito investimento para formar competidores profissionais em qualquer modalidade esportiva. Compreender essa realidade é muito importante para analisar de maneira crítica o fenômeno esportivo.
8. Esse assunto foi abordado ao longo do capítulo. Vivenciar o esporte nos momentos de lazer possibilita a socialização e a realização de uma atividade prazerosa para as pessoas que gostam de praticar essas manifestações da Cultura Corporal de Movimento. Todavia, para essa realidade se tornar importante, é necessário promover um esporte mais inclusivo e participativo, começando no ambiente escolar.
9. O conceito proposto na questão foi abordado ao longo de capítulo, com ênfase na 1ª Parada. O esporte da escola não pode reproduzir os códigos das competições esportivas profissionais, pois a maioria dos estudantes não possui o nível de habilidade que os atletas adquirem com treinamentos diários intensos. Por conta disso, as vivências das modalidades esportivas no contexto escolar precisam ser adaptadas para a realidade de cada situação e devem ser diversificadas, pois cada educando vai ter mais facilidade em um esporte do que em outro.
10. Esse conceito foi abordado no **Desembarque**. Muitas produções cinematográficas problematizam temas como o racismo no esporte, as relações de gênero que atravessam o mundo esportivo, as práticas esportivas para pessoas com deficiência e histórias de resistência de atletas ao longo do tempo. Portanto, os cines debates são uma potente forma de aprofundar os temas de relevância social que atravessam o mundo esportivo e a sociedade como um todo.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas dessa parte são pessoais. O objetivo desta subseção é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo.

4 ENVELHECIMENTO ATIVO, SAÚDE COLETIVA E GINÁSTICA

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, estimula-se o protagonismo dos estudantes, especialmente ao refletirem sobre questões relacionadas ao projeto de vida deles e ao processo de desenvolvimento e envelhecimento. Essa abordagem promove a ampliação de referências e do autoconhecimento, conectando-se com as práticas de linguagens do campo da vida pessoal.

Sobre as macroáreas temáticas e os TCTs do capítulo, temos:

- **Cidadania e Civismo:** processo de envelhecimento, respeito e valorização da pessoa idosa abordando temáticas relacionadas à velhice e proporcionando vivências para que o adolescente se perceba nesse processo e compreenda a importância do treinamento funcional para a manutenção da autonomia. Além disso, a discussão sobre envelhecimento, organização social preparada para o envelhecimento da população, projeto de vida na velhice e Estatuto da Pessoa Idosa permite o trabalho com Educação em direitos humanos.
- **Saúde:** práticas corporais que favorecem aspectos biológicos e emocionais em uma perspectiva ampliada de saúde.
- **Multiculturalismo:** apresentação da perspectiva de envelhecimento dos povos indígenas e o significado atribuído às atividades físicas nessas culturas.

Nas práticas de estudo e pesquisa, os estudantes realizarão uma entrevista para identificar as barreiras à prática de atividades físicas na comunidade, refletindo sobre o papel de fatores culturais, sociais e ambientais como crenças sobre a velhice, permanência em trabalhos remunerados e domésticos, disponibilidade de recursos financeiros, dificuldades de deslocamento e acessibilidade de programas de práticas corporais.

Neste capítulo, o desenvolvimento das competências gerais é evidenciado em diversos momentos. A CG1 é trabalhada por meio do conhecimento sobre as práticas corporais que as pessoas idosas praticam, suas capacidades físicas e funcionais, enquanto a CG2 é acionada ao se discutir os estereótipos de velhice e a concepção de saúde ampliada em uma perspectiva crítica. A CG3 é estimulada ao se conhecer e vivenciar diferentes manifestações da Cultura Corporal do Movimento, como o treinamento funcional, a ioga e o treino intervalado de alta intensidade. Já a CG4 é mobilizada, no **Desembarque**, quando os estudantes refletem e expressam suas percepções nas vivências e no compartilhamento de suas produções de pesquisa e evento.

A CG5 é ativada nos momentos de pesquisa, usando os recursos tecnológicos e analisando criticamente o que é exposto na mídia em relação ao envelhecimento, além de possibilitar a reflexão sobre os aplicativos de práticas corporais. A CG6 é trabalhada em vários momentos do capítulo, desde o **Embarque**, quando os estudantes são instigados a pensar sobre seu processo de envelhecimento, até momentos em que refletem concretamente sobre suas expectativas para o projeto de vida, incluindo a velhice. A CG7 é explorada quando os estudantes são estimulados a refletir sobre os argumentos usados em um artigo de opinião sobre a arte de envelhecer, e a CG8 é instigada a todo o momento, tanto na compreensão da importância da prática corporal para as diferentes dimensões da saúde coletiva quanto nos momentos de autoavaliação de suas capacidades e percepções físicas.

A CG9 é um dos princípios fundamentais nas Paradas para que os estudantes tenham empatia com o próprio processo de envelhecimento e das pessoas de sua comunidade e sociedade, sendo promovida especificamente ao se incentivar a empatia ao refletir sobre o tratamento atribuído às pessoas idosas e em se vivenciar uma prática corporal de movimento simulando possíveis dificuldades nessa faixa etária. Por fim, a CG10 é fortalecida ao refletirem sobre os direitos dessas pessoas e pelo protagonismo estudantil, que é incentivado tanto ao pensar em projetos coletivos como na organização de um evento para que as pessoas idosas compartilhem seus saberes.

Quanto às competências específicas de Linguagens, a CE1 é explorada pela análise e produção de discursos sobre a saúde e na abordagem do envelhecimento e das práticas corporais presentes na contemporaneidade e na concepção dos povos indígenas. A CE2 é ativada quando os estudantes são convidados a refletir sobre os estereótipos de velhice que permeiam a sociedade que valoriza a juventude, enquanto a CE3 se manifesta ao se incentivar os estudantes a protagonizarem discussões sobre os direitos em uma perspectiva ampliada, a organizarem o evento em que pessoas idosas compartilharão seus saberes e a expressarem suas perspectivas, valorizando suas vozes e autoria. A CE5 está no cerce do capítulo ao promover a apreciação, vivência e reflexão sobre as práticas corporais praticadas pelas pessoas idosas e outras possibilidades de ginástica de condicionamento físico e conscientização corporal. A CE6 é estimulada ao se apresentar uma perspectiva com diferentes significados da manifestação da Cultura Corporal do Movimento dos povos indígenas, e a CE7 é mobilizada ao se incentivar o uso crítico e criativo das ferramentas digitais e a análise de discursos sobre a velhice na mídia.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG502, EM13LGG503.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP26.

Habilidade de Matemática: EM13MAT104.

O objetivo desta seção é estimular os estudantes a se projetarem no futuro, promovendo o respeito à pessoa idosa e a reflexão sobre a importância da prática corporal em seus projetos de vida.

As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG502 são desenvolvidas por meio da reflexão sobre os efeitos das práticas corporais para as pessoas idosas e como elas podem afetar outras faixas etárias, como a adolescência. A EM13LGG503 é explorada quando os estudantes são questionados sobre essas práticas como forma de autocuidado em seu processo de envelhecimento e projeto de vida. De forma interdisciplinar, a EM13LP26 é ativada ao se analisar o Estatuto da Pessoa Idosa e a EM13MAT104, quando os estudantes analisam os gráficos da pirâmide etária. Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com os professores das áreas de Língua Portuguesa e de Matemática.

Antes de iniciar as atividades da seção, lance perguntas como: "De que forma vocês se imaginam quando forem idosos?", "Quais tipos de atividade imaginam fazer nessa etapa da vida?" e "É possível realizar outros sonhos ou vivenciar experiências inovadoras, mesmo em idade avançada?".

Após ouvir as respostas dos estudantes, aprofunde a discussão com questões como: "O que vocês poderiam fazer hoje para viabilizar esses planos para o futuro?", "Quais hábitos (de alimentação, exercícios físicos, estudos, planejamento financeiro, construção de laços de amizade, etc.) seriam necessários para que a velhice de vocês seja mais agradável e divertida?", "Acham que as pessoas idosas

que vocês conhecem têm vontade de realizar coisas semelhantes às que foram citadas?" e "Qual é a relação de vocês com os idosos?".

Estimule os estudantes a conjecturar possibilidades de atuação durante a velhice e, nesse processo, percebam que as pessoas idosas também vivenciam experiências diferentes, alegres, praticam atividades físicas e são ótimas companhias.

Foco na imagem

O objetivo desta seção é incentivar os estudantes a perceberem a importância da prática corporal para a saúde ampliada, com bem-estar físico, mental e social, ao longo de todo o processo de desenvolvimento e envelhecimento. Estimule-os a se projetarem no futuro, promovendo o autoconhecimento, o respeito à pessoa idosa e a reflexão sobre o tipo de envelhecimento que desejam ter.

1. b) Chame a atenção dos estudantes para o fato de que, na velhice, a prática de atividades físicas pode ser uma oportunidade importante de socialização. Analisem juntos as respostas dadas a este item na roda de conversa e avalie os argumentos que justificam o posicionamento dos estudantes.

2. Auxilie os estudantes a se projetarem na pirâmide etária, considerando que, em 2060, eles serão adultos em um mundo com proporcionalmente mais pessoas idosas. Mostre a relevância de estarem atentos ao planejamento dessa fase da vida de maneira benéfica, empática e solidária para todos.

Foco no diálogo

Esta seção tem como objetivo incentivar os estudantes a compartilharem suas perspectivas e reflexões sobre o envelhecimento, o projeto de vida e a importância da prática corporal para a saúde e o bem-estar na velhice. As atividades propostas promovem o diálogo e a troca de experiências entre os estudantes, estimulando a empatia, o respeito à pessoa idosa e a construção de uma visão mais consciente e responsável sobre o processo de envelhecimento.

3. a) Oriente os estudantes a expor com sinceridade as análises e os pensamentos, reforçando que não há certo ou errado. Verifique se há dificuldade em elaborar planos que considerem a velhice. Na roda de conversa, solicite que compartilhem exemplos que justifiquem os argumentos que apresentaram.

c) Se julgar pertinente, peça aos estudantes que pesquisem projeções financeiras para o futuro, considerando um valor a ser definido e poupado mensalmente a partir de uma fonte de renda. Promova a discussão sobre previdência social e privada e outros tipos de aplicação, para que compreendam que as escolhas financeiras do presente podem impactar a estabilidade deles no futuro. Estimule-os a conversar com familiares sobre o tema e, se possível, elaborar um planejamento financeiro em conjunto, ressaltando que a segurança financeira contribui para o bem-estar emocional e físico na velhice. Incentive a turma a refletir sobre os fatores que facilitam ou dificultam o planejamento financeiro na comunidade em que vivem.

d) Estimule os estudantes a identificar, na família, na vizinhança e no bairro, os locais frequentados pelas pessoas idosas, como praças, parques, mercados, farmácias, etc. Verifique se reconhecem atividades de cuidado (cuidados com netos, tarefas domésticas) ou de lazer (assistir à TV, jogos, artesanato, jardinagem) realizadas em casa ou em locais públicos (exercícios, jogos de tabuleiro, carteado, conversas com amigos). Amplie a discussão apontando as diferenças presentes na sociedade brasileira e no acesso a produtos e serviços, como o acesso a clubes particulares com alto custo de manutenção *versus* equipamentos esportivos públicos.

4. a) Valorize os relatos dos estudantes, aceitando os pontos de vista e levando-os a refletir sobre o fato de que algumas atitudes e escolhas individuais são essenciais para uma boa velhice, mas não são o suficiente. Ressalte a importância de se viver em uma sociedade com leis que reconheçam e garantam uma estrutura adequada para as pessoas idosas. Oriente-os a relacionar esse ponto com a pirâmide etária de projeção para 2060 analisada anteriormente, que indica o aumento na quantidade de pessoas idosas e a importância de se pensar na colaboração e na inserção dos idosos na construção social.

b) Peça aos estudantes que acessem o Estatuto da Pessoa Idosa (disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm, acesso em: 2 nov. 2024) para verificar outros artigos que integram o documento. Essa atividade promove um olhar sobre as políticas públicas de proteção a grupos historicamente marginalizados. A partir das respostas dos estudantes, peça que analisem criticamente as observações e que apontem ideias que poderiam ser consideradas para ampliar a proteção às pessoas idosas na comunidade em que vivem.

NA ESTRADA

1ª Parada – Existem diferentes maneiras de envelhecer

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG204, EM13LGG501, EM13LGG503.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP05.

Habilidade de Matemática: EM13MAT104.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS502.

Nesta Parada, os estudantes vão desenvolver uma compreensão mais profunda sobre o processo de envelhecimento, explorando diferentes perspectivas e desafios. A leitura de um artigo de opinião e de um documento da Organização Mundial da Saúde (OMS) irá incentivá-los a refletir sobre o envelhecimento ativo e saudável, considerando aspectos físicos, mentais, sociais e culturais. Além disso, os estudantes realizarão uma autoavaliação de sua flexibilidade física e experimentarão a prática da ioga, reconhecendo seus benefícios para a saúde e o bem-estar em diferentes faixas etárias.

As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG102 são mobilizadas ao refletirem sobre o envelhecimento ativo, que vai além das práticas corporais, e a EM13LGG204, na discussão sobre a importância das políticas públicas. As habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 são trabalhadas ao se utilizar as práticas corporais de forma consciente e intencional, com empatia, e significá-las em seu projeto de vida.

De forma interdisciplinar, a EM13LP05 é trabalhada ao se analisar o artigo de opinião sobre a arte de envelhecer e os argumentos utilizados para sustentá-la, avaliando sua força e eficácia, e se posicionando diante da questão discutida. A EM13MAT104 é acionada quando os estudantes analisam os gráficos sobre a manutenção da capacidade funcional, e a EM13CHS502, ao se analisar os determinantes do envelhecimento ativo e problematizar formas de desigualdade social.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com os professores das áreas de Língua Portuguesa, de Matemática e de Ciências Humanas.

1. Antes da leitura do texto, solicite que os estudantes observem com atenção os argumentos utilizados pelo autor e as justificativas apresentadas para embasá-los.

c) Incentive os estudantes a se posicionarem criticamente sobre o tema do envelhecimento. É importante que sejam encorajados a enxergar a velhice de maneira empática e respeitosa.

2. Verifique se as hipóteses se direcionam à prática de atividades físicas e destaque a importância de uma participação mais

ampliada nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, como apresentado nas definições da OMS. Ressalte que a qualidade de vida é um conceito que depende do meio cultural em que as pessoas vivem e de suas expectativas, desejos e necessidades.

3. Verifique se os estudantes já apresentavam uma perspectiva ampliada sobre o envelhecimento, incluindo questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, além do aspecto físico. Destaque a questão subjetiva da qualidade de vida, que se relaciona aos objetivos, às expectativas, aos padrões e às preocupações do sujeito.

A importância das políticas públicas no envelhecimento

5. Para aprofundar as questões levantadas na atividade, promova um trabalho interdisciplinar com os professores de Sociologia, História e Geografia. Explore a possibilidade de realizar um estudo de campo na comunidade para que os estudantes investiguem e compreendam na prática as políticas públicas voltadas ao envelhecimento. Analisem coletivamente a necessidade e a viabilidade de propor um projeto que se alinhe ao projeto político-pedagógico da escola.

6. Incentive a turma a identificar, na comunidade, a existência de projetos sociais, centros religiosos e locais para prática de atividades de lazer voltadas para idosos. Solicite que analisem o percurso de casa até a escola, verificando as condições das calçadas, a existência de faixa de pedestre e semáforos, a ausência de obstáculo com obras, desníveis ou sujeira no trajeto. Verifique se conhecem os meios de transporte que dão acesso a equipamentos públicos de saúde e lazer. Retome as questões sobre barreiras sociais para a promoção da saúde do idoso na comunidade, como: falta de apoio social para incentivar a participação ativa de pessoas idosas em atividades, de acordo com suas necessidades, preferências e capacidades; ambiente físico inadequado para deslocamentos seguros, com acessibilidade e sem barreiras e risco de queda; falta de proteção aos pedestres mais velhos para fazerem caminhadas seguras; serviços de transporte público inacessíveis ou caros em áreas rurais e urbanas, dificultando a participação das pessoas idosas, especialmente aquelas com mobilidade comprometida, na vida familiar e comunitária.

A construção da saúde ao longo do tempo

7. Incentive os estudantes a compartilhar o que pensam a respeito de suas capacidades físicas, intelectuais, emocionais e sociais. Investigue o que já conhecem em relação à prática de elementos da Cultura Corporal do Movimento. Verifique se tinham conhecimento prévio sobre o declínio da flexibilidade física e se conhecem exercícios de alongamento para aumentar a amplitude articular e manter a capacidade física.

10. A atividade promove o autoconhecimento, a compreensão da importância da flexibilidade física para a saúde e o bem-estar, e a reflexão sobre os fatores que podem influenciar o aumento ou a redução dessa capacidade, como hábitos, genética e acesso a práticas corporais.

Explique aos estudantes que o objetivo da atividade é a autoavaliação, e não a realização de competição de desempenho.

Para a execução do teste, siga os passos:

- Estenda uma fita métrica no chão. Na marca de 38 cm dela, cole um pedaço de fita adesiva de 30 cm na perpendicular, fixando a fita métrica no solo.
- Oriente o estudante a ser avaliado a ficar descalço, com os calcanhares tocando a fita adesiva na marca dos 38 cm e separados por 30 cm.
- Com os joelhos estendidos e as mãos sobrepostas, o estudante deve inclinar-se lentamente e estender as mãos para a frente o mais distante possível.
- O estudante deve permanecer nessa posição enquanto a distância é anotada.
- Realize duas tentativas.
- O resultado é medido em centímetros a partir da posição mais longínqua que o estudante conseguir alcançar na escala com as pontas dos dedos.
- Registrem os resultados com uma casa após a vírgula.
- Para a avaliação, utilizem o melhor resultado.

11. Auxilie a turma a interpretar os resultados do teste e a perceber se a flexibilidade está associada a fatores genéticos, analisando essa capacidade física em familiares, ou se o desempenho pode ser atribuído ao sedentarismo e a fatores que dificultam a prática de atividades físicas, como falta de recurso, espaços e serviços. Verifique se os estudantes compreendem que o declínio dessa capacidade física é um processo contínuo de perdas que se inicia desde o nascimento. Relacione a perda da flexibilidade da região posterior dos membros inferiores, observada no teste, ao tempo prolongado que se permanece sentado e ao sedentarismo. Destaque as implicações do encurtamento dessa musculatura para as atividades futuras, como a dificuldade que pessoas idosas podem ter para calçar sapatos.

Ioga: prática milenar

12. Analise as respostas dos estudantes, avaliando a visão que eles têm sobre a ioga e discutindo posicionamentos preconceituosos. Aponte os benefícios físicos, mentais e espirituais que permitiram que a ioga se perpetuasse até os dias atuais.

14. Nesta atividade, os estudantes serão apresentados à prática da ioga, experimentando posturas e técnicas de respiração que promovem a flexibilidade, o equilíbrio, a concentração e o relaxamento. Após a prática de ioga, garanta que os estudantes tenham a oportunidade de expressar suas impressões sobre a vivência, considerando que, para alguns, pode ter sido o primeiro contato com essa prática corporal.

2ª Parada – Direito à saúde: atividade física é para todos

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG202, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP27.

Habilidades de Matemática: EM13MAT104, EM13MAT202.

Habilidade de Ciências da Natureza: EM13CNT303.

Nesta Parada, o objetivo é levar os estudantes a refletir sobre a visão de saúde ampliada, compreendendo as consequências positivas da prática de atividade física em todas as etapas da vida, desde a juventude até a velhice, considerando seus benefícios nos âmbitos físico e mental. Além disso, os estudantes vivenciarão exercícios de treinamento funcional para pessoas idosas, com o intuito de estimular a empatia em relação às dificuldades enfrentadas durante o processo de envelhecimento por pessoas sedentárias.

As habilidades EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG103, EM13LGG104 e EM13LGG202 são estimuladas na leitura, análise e discussão de textos de diferentes gêneros sobre a saúde em uma perspectiva que amplia o conceito a partir da compreensão dos fenômenos sociais, políticos e econômicos relacionados à saúde. Além disso, os estudantes são orientados a realizar uma entrevista sobre as barreiras para a prática corporal, com base no conteúdo discutido durante a Parada. As habilidades EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 são estimuladas na vivência e análise de uma proposta de treinamento funcional pautado nas atividades da vida diária

de pessoas idosas e de suas capacidades neuromotoras, que permitem a autonomia de idosos com fragilidade física por serem mais velhos e/ou sedentários.

Interdisciplinarmente, a partir da identificação das desigualdades sociais para o envelhecimento ativo, a habilidade EM13LP27 é priorizada, propondo reflexões para que a turma se engaje na busca de soluções para enfrentar as barreiras socioeconômicas da comunidade no entorno escolar. São discussões que fomentam os princípios democráticos e uma atuação pautada pela ética da responsabilidade. A habilidade EM13MAT104 é ativada quando os estudantes analisam os gráficos sobre o perfil de praticantes de atividades esportivas, e a EM13MAT202, quando a turma planeja e realiza uma pesquisa e constrói uma tabela com as barreiras que impedem a prática de atividade física pelos idosos. A habilidade EM13CNT303 é trabalhada com a apresentação de um artigo científico sobre o conceito ampliado de saúde na Educação Física escolar, para que a turma interprete o texto de divulgação científica.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com os professores de Língua Portuguesa, de Matemática e da área de Ciências da Natureza.

Nesta etapa, os estudantes vão analisar e discutir a importância da atividade física para a saúde e o bem-estar ao longo da vida, considerando uma perspectiva ampliada que engloba aspectos sociais, econômicos, culturais e políticos. A leitura de um artigo científico e a realização de uma entrevista com pessoas idosas da comunidade permitirão que compreendam os fatores que influenciam a prática de atividade física e reflitam sobre as desigualdades e barreiras existentes a ela.

Informe aos estudantes que a atividade em grupo é um exercício de argumentação sobre o conceito de saúde, para que reflitam sobre os fatores que interferem na condição saudável das pessoas, indo além dos aspectos biológicos. Combine com os grupos um tempo para que eles leiam o texto e preparem uma síntese das respostas das perguntas disparadoras. Depois, organize o tempo para que os grupos apresentem suas sínteses.

2. **b)** Estimule os estudantes a recordar se já viram ou participaram de campanhas como "Dia do desafio", "Agita", etc. Questione se houve mudança de hábitos decorrente dessa participação pontual e se ocorreram alterações nas condições ambientais que favorecessem a adesão às práticas corporais. Pergunte sobre as barreiras que impedem essa mudança de comportamento. Verifique se a turma entendeu o significado da expressão "culpabilização da vítima" na perspectiva médica e de responsabilidade individual de manutenção da saúde. Ressalte a importância de haver uma perspectiva multidisciplinar na Educação Física.

Sugestão de ampliação

Para saber mais, consulte o artigo:

- FERREIRA. M. S. *Aptidão física e saúde na Educação Física escolar*: ampliando o enfoque. RBCE, n. 2. jan. 2001. Disponível em: http://revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/download/411/336. Acesso em: 11 out. 2024.

4. Verifique se a turma tem noção do que representa a indicação da quantidade de salários mínimos no gráfico e o que isso representa. Solicite que identifiquem os espaços de práticas de atividades físicas e esportivas nos locais públicos e privados, considerando o valor estimado que os idosos da comunidade recebem de aposentadoria ou por trabalho remunerado. Ouça com atenção o relato das condições ambientais, como a disponibilidade de áreas verdes, segurança ou questões de gênero relacionadas a comportamento mais ativos.

a-f) Verifique se a turma tem uma visão realista da comunidade em que vive, associando os dados do gráfico e do artigo. Faça ponderações a respeito das características da comunidade escolar.

5. Esclareça aos estudantes que a atividade permite o contato deles com recursos para a interpretação e a análise estatística, com base nos estudos do capítulo. Incentive-os a publicar os resultados da entrevista no perfil da rede social da turma, para que funcione como um alerta para a comunidade.

Atividade física: responsabilidade individual

6. O objetivo desta atividade é que os estudantes reflitam sobre as consequências positivas, tanto física quanto psicológicas, da prática de atividade física ao longo de toda a vida. Para isso, eles lerão uma reportagem sobre o assunto. É fundamental que a turma reconheça que o exercício físico não é apenas uma questão estética, como comumente é visto entre jovens e adolescentes, mas, principalmente, uma questão de saúde.

Questione-os sobre o contato que têm com atividades físicas e acrescente que práticas regulares, mantidas a longo prazo, trazem benefícios para o corpo e para mente até a fase do envelhecimento.

Prepare-se para envelhecer com empatia

8. Nesta seção, os estudantes participarão de um circuito de atividades que simulam dificuldades físicas e sensoriais comumente experimentadas por pessoas mais velhas. Essa vivência promoverá a empatia, a compreensão dos desafios do envelhecimento e a reflexão sobre a importância da acessibilidade e da inclusão de pessoas com diferentes necessidades.

Preparação e organização do circuito

- Separe os materiais necessários com antecedência e solicite a ajuda dos estudantes para montar as seis estações do circuito.
- Explique para a turma quais serão as atividades de cada estação e organize seis grupos, um para cada uma delas.
- Oriente os estudantes a explorar as atividades de cada estação durante cinco minutos e, ao sinal do professor, mudar de estação no sentido anti-horário, para que todos possam vivenciar todas elas.

Orientações para os estudantes

- Solicite que a turma leve os materiais na aula anterior à vivência.
- No dia da atividade, oriente-os a colocar os jornais nas articulações dos joelhos, de forma a limitar a movimentação, mas sem impedir que se mexam.
- Por fim, peça que cada estudante utilize o recurso que o limitará sensorialmente (óculos, luvas e fones de ouvido).

3ª Parada – Diferentes perspectivas sobre as práticas corporais

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 5, 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG501, EM13LGG503.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS101.

Habilidade de Ciências da Natureza: EM13CNT203.

Nesta Parada, os estudantes ampliarão os conhecimentos sobre as práticas corporais, abordando aspectos antropológicos e sociológicos, com a perspectiva dos povos originários, e aspectos fisiológicos, como no sistema cardiovascular. Eles compreenderão as partes que compõem esse sistema e construirão o conceito de corpo como um organismo complexo que se adapta aos estímulos, percebendo que o treinamento promove alterações significativas no corpo, que vão além da estética.

As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG103 são mobilizadas pela análise de discursos sobre as práticas corporais em uma perspectiva antropológica e fisiológica. As habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 são incentivadas quando os estudantes analisam e vivenciam o treino intervalado de alta intensidade (HIIT, sigla em inglês para *High Intensity Interval Training*), respeitando suas capacidades

e limitações, o que estimula o autoconhecimento e o autocuidado.

De forma interdisciplinar, a habilidade EM13CHS101 é ativada ao se compreender e analisar diferentes narrativas sobre as práticas corporais, como a dos povos indígenas, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos históricos, sociais, ambientais e culturais. A habilidade EM13CNT203 é desenvolvida ao se avaliar e prever efeitos de intervenções no corpo humano, especificamente no sistema cardíaco.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Ciências Humanas e Ciências da Natureza.

O foco nos aspectos biológicos da frequência cardíaca

Nesta etapa, os estudantes irão vivenciar um treino intervalado de alta intensidade e analisar as respostas do corpo ao esforço físico, com foco na frequência cardíaca. Essa atividade promoverá a compreensão do funcionamento do sistema cardiovascular, da importância do aquecimento físico e do respeito aos limites do corpo, e do desenvolvimento de habilidades de autoconhecimento e autocuidado.

13. Antes da realização da atividade, solicite que cada estudante responda ao questionário de prontidão para a atividade física, o PAR-Q (*Physical Activity Readiness Questionnaire*) adaptado. Se houver alguma resposta positiva ("Sim"), aconselhe o estudante a realizar uma avaliação médica antes de iniciar os exercícios. Desde 1991, o Colégio Americano de Medicina Esportiva (ACSM, *American College of Sports Medicine*) recomenda essa avaliação prévia para a prática de atividade física moderada segura para homens até 40 anos e mulheres até 50 anos. Seguem as questões:

1. O seu médico já lhe disse alguma vez que você apresenta um problema cardíaco? ( ) Sim ( ) Não
2. Você sente dores no peito com frequência? ( ) Sim ( ) Não
3. Você apresenta episódios frequentes de tontura ou sensação de desmaio?
   ( ) Sim ( ) Não
4. Seu médico alguma vez já lhe disse que sua pressão sanguínea era muito alta? ( ) Sim ( ) Não
5. Você possui algum problema ósseo ou articular que pode ser agravado pela prática de exercícios? ( ) Sim ( ) Não
6. Sabe de alguma outra razão pela qual você não deve realizar atividade física? ( ) Sim ( ) Não

No dia da atividade, oriente os estudantes a aferir a frequência cardíaca antes de iniciá-la, após fazer o aquecimento físico e durante a realização dos exercícios. Incentive-os a levantar hipóteses sobre o comportamento esperado da frequência cardíaca em cada momento e a registrar as informações no caderno.

Para a atividade prática, conduza a turma a um espaço aberto e seguro na escola, livre de obstáculos, tendo se certificado antes de que ele seja propício para a realização dos exercícios sem que haja riscos. Oriente os estudantes a levar caderno e lápis para fazer as anotações.

Inicie a atividade com um aquecimento físico adequado, com movimentos realizados lentamente e com aumento gradual da velocidade. Explique que o aquecimento eleva a temperatura corporal, promove a vasodilatação periférica, aumenta a viscosidade intramuscular e prepara as articulações para o esforço físico, além de elevar a frequência cardíaca. Oriente os estudantes a aferir a frequência cardíaca 1 minuto e 4 minutos após o término dos desafios.

Explique que as medições terão intensidades diferentes: em repouso (solicite que se sentem para essa medição), durante o HIIT e após o esforço. Ao comparar sua percepção de esforço com as frequências cardíacas anotadas, os estudantes poderão constatar que ela aumenta conforme o esforço cresce, porque o coração bombeia mais sangue para atender à demanda de energia (oxigênio e nutrientes) dos músculos durante a atividade física.

14. Auxilie os estudantes que tiverem dificuldade para executar os movimentos. Incentive-os a realizar cada posição isoladamente, antes de encadeá-las na movimentação. Acolha as dificuldades e inseguranças, recomendando calma e persistência.

4ª Parada – Projeto de vida: da adolescência à velhice

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG303, EM13LGG304.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP20.

Nesta Parada, os estudantes serão incentivados a refletir sobre os sonhos, as metas e os objetivos que pessoas mais velhas podem ter, compreendendo que o projeto de vida é um processo contínuo e que se estende por todas as fases dela, inclusive na velhice. A análise da influência da mídia e do etarismo nas concepções sobre o envelhecimento e a discussão sobre expectativas e planos para o futuro contribuirão para a construção de uma visão mais positiva e inclusiva sobre a velhice.

As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG104 são estimuladas à medida que os estudantes analisam a circulação de discursos na mídia em função de interesses pessoais e coletivos sobre a velhice e os padrões de beleza. A habilidade EM13LGG303 é mobilizada quando a turma debate sobre o etarismo sob diferentes perspectivas, e a EM13LGG304, quando mapeiam o estilo de vida que pretendem ter durante a velhice. A habilidade EM13LP20 é desenvolvida ao se compartilhar gostos, interesses e práticas corporais que despertam maior interesse, respeitando e valorizando as diferenças e identificando afinidades e interesses comuns.

Nesta etapa, os estudantes serão incentivados a refletir sobre o projeto de vida em uma perspectiva que abrange todas as fases da vida, da adolescência à velhice. As discussões e atividades propostas visam promover a compreensão de que a velhice pode ser uma fase ativa, repleta de sonhos, expectativas e realizações, e que as decisões e ações tomadas ao longo da vida influenciam na construção de um envelhecimento saudável e satisfatório.

Contribua para que os estudantes realizem discussões aprofundadas sobre projeto de vida, refletindo sobre suas decisões na juventude e na idade adulta, e percebendo a velhice como uma fase ativa, em que as pessoas também têm sonhos e expectativas.

1 e 2. Oriente os estudantes a registrar por escrito no caderno e, posteriormente, a falar sobre suas expectativas para o futuro. Organize a turma em uma roda de conversa para a discussão das questões desta Parada. Reforce que a roda de conversa, no contexto da sala de aula, implica o respeito aos turnos de fala e trata-se de uma técnica de aprendizagem coletiva, pois promove o aprender com o outro e a partir do outro. Na condição de mediador, oriente o encaminhamento das discussões. Durante a roda de conversa, estimule os estudantes a pensar em um projeto de vida amplo, que considere vida profissional, vida familiar e comunitária, engajamento social, ações e hábitos sustentáveis, opções de moradia e transporte, atividades solidárias, atividades de lazer e hábitos benéficos, entre outros.

3. a) O objetivo é levar os estudantes a refletir sobre os aspectos mencionados no artigo científico e considerar a possibilidade de uma velhice em que o indivíduo aproveite a vida plenamente. Espera-se que reflitam também sobre a importância das ações individuais e coletivas para que as pessoas idosas tenham seus diretos respeitados.

b) Estimule os estudantes a refletir sobre a preparação de um projeto de vida que inclua a velhice. Reforce que, apesar das alterações corporais naturais do envelhecimento, os cuidados e os hábitos saudáveis podem contribuir para o bem-estar a longo prazo, tanto em aspectos fisiológicos e imunológicos quanto em psicológicos e sociais.

c) Espera-se que os estudantes considerem fatores internos, como saúde e família, e fatores externos, como saneamento básico, acesso a vacinas, estabilidade econômica, proteção aos direitos estabelecidos no Estatuto da Pessoa Idosa, etc., que influenciam a qualidade de vida na velhice.

5. Oriente os estudantes a trocar informações sobre os quadros elaborados, de modo que ampliem o repertório sobre o tema do projeto de vida. Incentive-os a ilustrar o quadro com imagens. O objetivo é que enxerguem a velhice como um período de descobertas e aprendizados, além da realização de novos sonhos, objetivos e metas.

Quem define quem você quer ser?

Nesta etapa, os estudantes vão refletir criticamente sobre os padrões de beleza e comportamento impostos pela sociedade, em especial aqueles relacionados ao envelhecimento.

Durante o estudo deste tópico, destaque a importância de uma atitude crítica em relação aos padrões que a sociedade impõe, incentivando os estudantes a questionar e analisar os modelos e expectativas sociais que influenciam suas escolhas e comportamentos.

6. Analise as respostas dos estudantes, avaliando a visão que eles têm sobre a velhice. Discuta posicionamentos preconceituosos que possam surgir, promovendo a reflexão e a desconstrução de estereótipos.

7. Comente com os estudantes que o sufixo "-ismo" pode ser usado com uma conotação negativa, como na nomeação de doenças. Destaque que os preconceitos sobre o comportamento adequado em cada idade podem ocorrer em qualquer faixa etária. Verifique se a turma identifica como a charge satiriza a discriminação, apresentada na fala do jovem, quando o idoso responde com a mesma atitude preconceituosa.

8. Fortaleça a atitude crítica da turma em relação aos serviços e produtos oferecidos pelo mercado que exploram a imagem e o corpo. Incentive-os a refletir sobre os padrões de beleza que internalizaram e, principalmente, sobre a motivação para quererem atingi-los.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG301, EM13LGG305, EM13LGG402, EM13LGG503.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP20.

Esta seção tem como objetivo promover a interação entre os estudantes e as pessoas idosas da comunidade, após as reflexões realizadas sobre o processo de envelhecimento. A proposta é que haja troca de experiências e aprendizagem mútua, por meio de um evento em que essas pessoas compartilham seus saberes e vivências, o que contribui para o desenvolvimento da empatia, do respeito e da valorização da pessoa idosa.

As habilidades EM13LGG103 e EM13LGG104 são mobilizadas quando os estudantes analisam e utilizam linguagens para produzir discursos em diversos campos de atuação, como o pessoal e o social. As habilidades EM13LGG301 e EM13LGG305 são estimuladas pelo protagonismo dos estudantes na organização de um evento em que as pessoas idosas compartilharão seus saberes de diferentes formas (linguagem oral, visual, corporal). A habilidade EM13LGG402 é incentivada pela análise das práticas corporais e dos discursos utilizados para promover o respeito à diversidade durante o evento. A habilidade EM13LGG503 é trabalhada ao se valorizar a Cultura Corporal do Movimento dos idosos e sua importância na construção de laços sociais e projetos de vida.

De forma interdisciplinar, a habilidade EM13LP20 é ativada ao se compartilhar gostos, interesses e práticas corporais das pessoas idosas, como forma de respeitar e valorizar diferenças, além de identificar afinidades e interesses comuns.

Para promover um trabalho interdisciplinar com as habilidades indicadas, converse com o professor de Língua Portuguesa.

Evento para compartilhar saberes

Nesta etapa, os estudantes colocarão em prática o que aprenderam sobre o envelhecimento e a importância da atividade física para a saúde e o bem-estar, organizando um evento para interagir com as pessoas idosas da comunidade e promover a troca de experiências e saberes. Essa atividade estimula o protagonismo, o trabalho em equipe e o desenvolvimento de habilidades de planejamento, organização e comunicação.

Faça a leitura da proposta com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam o objetivo. Organize o cronograma de atividades com antecedência, definindo os possíveis locais para realizar o evento e os materiais necessários. Caso haja algum empecilho na escola, realize o evento de forma parcial, mas buscando garantir a participação da comunidade e a apresentação de suas práticas corporais.

Conhecendo os idosos e compartilhando conhecimentos

Nesta atividade, os estudantes aprofundarão sua interação com as pessoas idosas da comunidade, demonstrando interesse por suas histórias de vida e práticas corporais. Por meio de conversas individuais, os estudantes convidarão essas pessoas para participar de um evento na escola, no qual poderão compartilhar seus saberes e experiências com a comunidade escolar. Essa atividade promove o diálogo intergeracional, a valorização da sabedoria dos mais velhos e o desenvolvimento da empatia e do respeito.

Oriente cada estudante a escolher uma pessoa idosa da comunidade para conversar sobre o processo de envelhecimento e convidá-lo para o evento na escola, no qual poderá apresentar as práticas corporais que realiza no dia a dia. Estimule-os a demonstrar genuíno interesse pelas histórias e experiências dessas pessoas, criando um clima de confiança e reciprocidade.

Auxilie os estudantes a avaliar a viabilidade da vinda do convidado no evento, considerando se ele precisará de algum suporte especial para comparecer e se a escola está preparada para recebê-lo adequadamente. Avaliem em conjunto a necessidade de adaptar o espaço do evento para garantir a acessibilidade e o conforto delas, demonstrando preocupação com suas necessidades e bem-estar.

Oriente os estudantes a criar um ambiente acolhedor e respeitoso para que as pessoas idosas se sintam à vontade para compartilhar suas experiências, promovendo um clima de troca e aprendizagem mútua.

1. Incentive os estudantes a compartilharem práticas corporais comuns entre as pessoas idosas da família e da comunidade, promovendo uma reflexão sobre a influência do contexto socioeconômico e as condições de saúde no acesso e na prática de atividades físicas.

Registro fotográfico

O objetivo desta atividade é registrar fotograficamente as práticas corporais das pessoas idosas da comunidade, reconhecendo e valorizando a diversidade de atividades físicas que realizam. A atividade estimula a observação, a exploração da realidade e a compreensão das práticas corporais presentes no contexto comunitário.

Certifique-se de que todos os estudantes tenham acesso a aparelhos de fotografia (celulares, máquinas fotográficas, câmeras, *tablets*, etc.). Se necessário, organize duplas para que todos possam participar da experiência.

Organizando o evento

Nesta etapa, os estudantes colocarão em prática suas habilidades de planejamento e organização, cuidando dos detalhes para a realização do evento "Compartilhar Saberes". A preparação do ambiente, a criação de uma *playlist* com músicas que agradem aos idosos e a organização da estrutura necessária demonstram o cuidado e o respeito com os convidados, garantindo que se sintam confortáveis e seguros durante o evento.

Os estudantes podem criar a *playlist* com canções disponíveis em plataformas de compartilhamento de áudios e vídeos. Estimule-os a pedir sugestões de músicas aos idosos que participarão do evento. Algumas sugestões: "Bate coração", de Elba Ramalho; "Pertinho de ti", de Forró Beiju de Coco; "Eu sei (na mira)", de Marisa Monte, entre outras.

Incentive a criatividade e a autonomia dos estudantes na organização do evento, mas garanta que estejam preparados para receber os idosos com conforto e segurança, demonstrando atenção às suas necessidades.

Colocando em prática

Neste momento, o objetivo é propiciar a troca de experiências e a aprendizagem mútua, em que as pessoas idosas assumem o protagonismo, compartilhando suas práticas corporais com os estudantes.

Auxilie os estudantes na organização do evento, garantindo que todos os itens do "Como fazer" sejam executados com atenção e cuidado.

Antes do evento, sugira que os estudantes dividam as funções e responsabilidades, para que todos participem ativamente e contribuam para o sucesso da atividade. No dia do evento, incentive-os a aproveitar o momento e a aprender com a experiência dos convidados, demonstrando respeito e valorização por seus conhecimentos e vivências.

Convide as pessoas idosas a manifestar suas impressões sobre o evento, valorizando suas perspectivas e contribuições.

Avaliação do evento

Este é o momento ideal para que os estudantes reflitam sobre o processo de aprendizagem vivenciado durante o capítulo, incluindo a participação no evento "Compartilhar Saberes". Essa avaliação estimula o desenvolvimento da empatia, do diálogo e da autoavaliação, além de permitir que os estudantes expressem suas percepções e sugestões para que possa haver melhorias em atividades futuras.

Organize a sala em roda para que os estudantes se sintam mais confortáveis para compartilhar suas experiências e reflexões. Utilize as perguntas no Livro do Estudante como guia para a conversa sobre o processo de aprendizagem vivenciado ao longo do capítulo, estimulando a autoavaliação e a troca de experiências entre os estudantes.

A proposta é propiciar aos estudantes um momento de retomada das etapas do processo de organização e realização do evento e a reflexão sobre sua participação, considerando aspectos individuais e coletivos.

Ao final, compartilhe suas impressões sobre a atuação da turma e do resultado final do evento.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Nesta seção, os estudantes terão a oportunidade de compartilhar suas experiências e aprendizagens adquiridas ao longo do capítulo, por meio de uma roda de conversa. Esse momento de reflexão coletiva permite que os estudantes avaliem seu próprio processo de aprendizagem, troquem ideias e perspectivas com os colegas e com o professor, e consolidem os conhecimentos construídos sobre o envelhecimento, a saúde e as práticas corporais.

Sugere-se que a **Retrospectiva** seja realizada em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a participação do professor. Essa dinâmica promove a interação, a reflexão coletiva e a construção compartilhada de conhecimento. Caso prefira, você pode realizar a atividade em pequenos grupos e, posteriormente, promover uma roda de conversa com toda a turma.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, os estudantes revisarão os conteúdos estudados ao longo do capítulo, respondendo a questões que abordam os principais temas trabalhados. As atividades permitem que eles consolidem seus conhecimentos sobre o envelhecimento, a saúde e as práticas corporais, além de avaliar sua aprendizagem e identificar possíveis dúvidas e pontos que precisam ser retomados.

1. Esse assunto foi abordado no decorrer do capítulo. Espera-se que os estudantes mencionem as atividades físicas que conheciam e aquelas que descobriram ao longo do capítulo, demonstrando uma ampliação de seu repertório sobre o tema. Incentive-os a compartilhar suas descobertas e a discutir a importância da prática de atividade física para a saúde e o bem-estar dos idosos.
2. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. As pessoas idosas mantêm autonomia, independência e envolvimento ativo com a vida pessoal, com a família, com amigos, com o lazer, com a vida social. Continuam produtivos e participando ativamente em seus papéis sociais, e demonstram satisfação e são vistos como modelos de velhice boa e saudável. Explore o conceito de "velhice bem-sucedida", abordando aspectos como saúde física, mental, social e participação ativa na comunidade.
3. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Podem ser citados: cultura e gênero, serviços sociais e de saúde, ambiente físico, questões econômicas, pessoais e comportamentais. Retome a discussão sobre os determinantes do envelhecimento ativo e explore como cada um deles influencia a qualidade de vida na velhice.
4. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A definição de saúde ampliada reforça a responsabilidade e os direitos dos indivíduos e da comunidade, valorizando o conhecimento popular, além da participação social. Há atividades voltadas ao coletivo de indivíduos e ao ambiente, por meio de políticas públicas e de ambientes favoráveis ao desenvolvimento da saúde e há o esforço dirigido à transformação dos comportamentos dos indivíduos, focando em seus estilos de vida e concentrando-se em componentes educativos relacionados com riscos comportamentais modificáveis.
5. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Exemplos de exercícios aeróbios: caminhar, correr, nadar, pedalar, dançar. Exercícios anaeróbios: musculação, salto, arremesso de peso, pilates, entre outros. Retome as diferenças entre exercícios aeróbios e anaeróbios e seus benefícios para a saúde.
6. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Há elevação da frequência cardíaca e respiratória, da temperatura corporal e da vasodilatação periférica. Retome como o corpo se adapta ao esforço físico e a importância de respeitar os limites dele durante a prática de exercícios.
7. Esse assunto foi abordado no **Desembarque**. A resposta dependerá dos convidados que participarem da atividade. Espera-se que os estudantes mencionem as práticas corporais observadas durante a atividade "Conhecendo as pessoas e compartilhando conhecimentos". Incentive-os a relacionar as práticas corporais observadas com os conteúdos estudados no capítulo, como os tipos de exercícios, os benefícios para a saúde e os fatores que influenciam a prática de atividade física.
8. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. O projeto de vida ajuda os idosos a lidar com as mudanças e os desafios do envelhecimento, mantendo-se ativos, motivados e com perspectivas para o futuro. Reforce a importância de manter sonhos, metas e objetivos em todas as fases da vida, inclusive na velhice, para garantir um envelhecimento mais saudável e satisfatório.
9. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. O ageísmo ou etarismo é o preconceito e a discriminação contra pessoas em razão da idade, especialmente contra pessoas mais velhas. Pode se manifestar em diversas situações, como na exclusão social, na dificuldade de acesso a oportunidades de trabalho e na representação negativa da velhice na mídia.
10. Esse assunto foi abordado no **Desembarque**. Definição dos objetivos, público-alvo, tema, data, local, cronograma, atividades, recursos necessários, divulgação e avaliação. Retome as etapas de planejamento do evento "Compartilhar Saberes" e discuta a importância da organização e do trabalho em equipe para o sucesso de um evento.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas desta subseção são pessoais. O objetivo é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo.

5 BRINCADEIRAS E JOGOS: MÚLTIPLOS SIGNIFICADOS

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, os principais assuntos abordados estão relacionados a jogos e brincadeiras de diversas culturas que fizeram e fazem parte da vida das crianças e dos jovens brasileiros. As atividades possibilitam a integração dos seguintes TCTs: Multiculturalismo (Diversidade cultural e Educação para Valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) e Cidadania e Civismo (Educação em direitos humanos , Vida familiar e social, Direitos da criança e do adolescente e Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso)..

O Multiculturalismo é promovido em todo o capítulo com a valorização da diversidade cultural, especialmente ao se explorar as brincadeiras e os jogos de matrizes africanas, os jogos cooperativos e a participação dos povos africanos na formação da cultura brasileira.

O trabalho com Cidadania e Civismo se relaciona à promoção de uma educação em direitos humanos e da valorização da vida familiar e social. As atividades que envolvem a prática dos jogos cooperativos têm como foco o desenvolvimento de valores, estimulando os estudantes a adotarem atitudes voltadas para a promoção do bem-estar coletivo. Além disso, a reflexão sobre a cultura de paz e o combate ao discurso de ódio, presentes na criação de jogos e encenações, fortalece a educação em direitos humanos, incentivando o respeito e a inclusão.

No campo da vida pessoal, as atividades possibilitam reflexões sobre as condições da vida contemporânea e as questões que afetam a juventude, incluindo temas como saúde, bem-estar, diversidade cultural, relações sociais e identidade. As vivências práticas com jogos cooperativos, brincadeiras de matriz africana e jogos eletrônicos oferecem aos estudantes a oportunidade de explorar diferentes formas de lazer, práticas corporais e culturais, que contribuem para a construção de suas identidades e projetos de vida. Além disso, o capítulo promove o debate sobre o impacto das tecnologias na saúde física e emocional, exortando escolhas de estilos de vida mais saudáveis e a adoção de práticas de autocuidado e bem-estar. O campo das práticas de estudo e pesquisa é trabalhado por meio da elaboração e apresentação de pesquisas documentais que envolvem a investigação sobre os múltiplos significados dos jogos e das brincadeiras abordados no capítulo.

Em relação às competências gerais, a CG1 é promovida pelo incentivo ao uso de conhecimentos históricos sobre diferentes jogos e brincadeiras, incluindo os de matrizes africanas e suas implicações culturais, para compreender as contribuições dos povos africanos na formação da cultura brasileira. Além disso, esses conhecimentos são aplicados na pesquisa documental, que amplia a compreensão dos significados históricos e culturais dessas práticas, conectando-as ao contexto contemporâneo. A CG2 é mobilizada na investigação sobre os impactos dos jogos eletrônicos e dos *exergames* na saúde e na qualidade de vida, bem como ao se instigar a curiosidade e a reflexão crítica dos estudantes sobre as práticas culturais africanas e a Cultura Corporal de Movimento desses povos, possibilitando investigações sobre seus valores culturais, suas relações com o lazer e as contribuições estéticas dessas práticas. A CG3 é ativada ao se valorizar os jogos cooperativos e de matrizes africanas como manifestações culturais que reforçam valores humanos, como respeito e solidariedade, além de estimular a fruição e a vivência dessas práticas. A CG4 é trabalhada na mobilização de diferentes linguagens para expressar, compartilhar e contextualizar os saberes adquiridos, como na apresentação da pesquisa documental. A CG5 é explorada ao se estimular o uso das tecnologias digitais na pesquisa e na criação de materiais de apoio, favorecendo o uso crítico e reflexivo dessas ferramentas em diferentes etapas do capítulo, como na pesquisa histórica sobre os jogos eletrônicos e na organização da pesquisa documental. A CG6 é desenvolvida pela valorização da diversidade de saberes e vivências culturais presentes nos jogos cooperativos e de matrizes africanas, reconhecendo suas contribuições para a sociedade brasileira e motivando escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao projeto de vida dos estudantes. A CG7 é explorada ao se instigar a pesquisa, a análise de documentos e a argumentação sobre os benefícios dos jogos cooperativos e da cultura de paz. A CG8 é acionada ao se estimular o cuidado com a saúde física e emocional dos estudantes por meio da reflexão sobre os impactos dos jogos eletrônicos e ao se promover discussões sobre o autocuidado, a adoção de hábitos saudáveis e o respeito à pluralidade cultural, incluindo a cultura afro-brasileira. A CG9 é incrementada ao se favorecer a empatia, o diálogo, a cooperação e a valorização da diversidade durante as vivências práticas dos jogos cooperativos e de matrizes africanas, ajudando os estudantes a lidarem com conflitos de maneira pacífica e respeitosa. Por fim, a CG10 é acessada ao se estimular o agir coletivo e responsável durante as atividades de grupo, como a condução da pesquisa documental.

Em relação às competências específicas da área de Linguagens, a CE1 é mobilizada ao se estimular os estudantes a compreenderem e interpretarem diferentes práticas culturais, como jogos tradicionais, eletrônicos, cooperativos e de matrizes africanas, ampliando suas formas de participação e de entendimento crítico da realidade. A CE2 é ativada com a promoção da reflexão crítica sobre as desigualdades, preconceitos e discriminações que permeiam as contribuições das culturas africanas, além do combate ao discurso de ódio. A CE3 é desenvolvida ao se incentivar o protagonismo dos estudantes em atividades que requerem autoria, como a criação de jogos cooperativos, a adaptação de brincadeiras de matriz africana e a condução de pesquisas documentais. A CE5 é trabalhada ao se explorar as práticas corporais de brincadeiras e jogos, proporcionando a elevação dos valores e identidades culturais, além de motivar a inclusão e a negociação de sentidos. A CE6 é estimulada ao se incentivar os estudantes a apreciarem criticamente as produções culturais investigadas, levando-os a reconhecerem a importância cultural e histórica dos jogos e brincadeiras e a refletirem sobre os valores estéticos e sociais envolvidos nessas práticas. Por fim, a CE7 é mobilizada ao se estimular o uso das tecnologias digitais na criação de registros e nas discussões sobre tecnologias e jogos.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 3 e 4.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG302, EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503.

A habilidade EM13LGG101 é trabalhada ao se propor a análise das práticas culturais de jogos e brincadeiras que refletem vivências pessoais e coletivas. A habilidade EM13LGG302 se faz presente ao se incentivar os estudantes a se posicionar de maneira crítica diante de preconceitos e desigualdades. A habilidade EM13LGG501 é abordada quando promove o respeito às diferenças por meio de reflexões sobre movimentos corporais que refletem aspectos culturais da sociedade.

A habilidade EM13LGG502 é ativada ao se propor reflexões sobre inclusão e diversidade e questionar estereótipos relacionados a práticas de jogos e brincadeiras. Por meio da habilidade EM13LGG503 explora-se a vivência de brincadeiras e jogos como um recurso de autoconhecimento.

Foco na imagem

O objetivo da seção é sensibilizar a turma para o tema do capítulo e levantar seus conhecimentos prévios a respeito dele. Para tanto, são apresentadas fotos de crianças participando de jogos e brincadeiras nas décadas de 1960 e 1970.

Ressaltamos que o trabalho realizado no capítulo considera que os saberes culturais fazem parte de um processo sócio-histórico que envolve, entre outras coisas, o espaço que as práticas corporais ocupam na vida dos estudantes.

Para o trabalho com as fotos apresentadas, pode ser interessante comentar com os estudantes que o jogo do bafo tem esse nome por causa do deslocamento de ar – o bafo – gerado pelo movimento da mão ao bater sobre a pilha de figurinhas. Também é importante destacar as datas das fotos para os estudantes, ressaltando que são das décadas de 1960 e 1970.

1. d) Estimule os estudantes a refletir sobre as modalidades de jogos e brincadeiras observadas nas imagens e peça que as comparem às que eles observam sendo praticados pelas crianças atualmente. Houve muitas mudanças? Quais? Pode vir à tona a questão das novas tecnologias e de como as brincadeiras e os jogos tradicionais convivem com as novas práticas engendradas por elas. Discuta com a turma, incentivando os estudantes a compartilhar suas vivências sobre o tema.

Foco no diálogo

A seção propõe o aprofundamento da compreensão dos conceitos de brincadeira e jogo, além do reconhecimento da diversidade de sentidos atribuídos a essas práticas.

2. a) Ao discutir essa questão com os estudantes, enfatize como Huizinga valoriza o jogo como uma atividade que, embora pareça simples, carrega uma profundidade cultural e social significativa. Incentive os estudantes a relacionar esses elementos do jogo com exemplos de jogos que eles conheçam e a refletir sobre como eles se diferenciam das outras atividades diárias, especialmente no que tange à criação de uma "realidade alternativa" que o jogo propõe.

b) Incentive os estudantes a refletir sobre como a língua interfere em nossa compreensão do mundo.

3. a) É importante que você auxilie os estudantes a selecionar fontes confiáveis para realizar essa pesquisa. No momento da socialização dos resultados encontrados pelas duplas, incentive-os a avaliar as fontes consultadas com base em critérios como autoria e data de publicação. Caso haja resultados obtidos em fontes não confiáveis, eles devem ser descartados, assim como dados com erros ou imprecisões conceituais. Essa é uma forma de ajudar os estudantes a se apropriar de alguns procedimentos envolvidos na realização de pesquisas.

b) Auxilie os estudantes a fazer um recorte nos resultados e a selecionar as acepções necessárias para fazer essa comparação. Isto é, apenas aquelas que ajudem a compreender as principais semelhanças e diferenças entre brincadeiras e jogos no contexto em que estão sendo abordados no capítulo. É provável que as principais definições encontradas pelos estudantes se assemelhem ao relacionar jogos e brincadeiras ao divertimento, ao entretenimento, a uma ação descompromissada, relacionada ao lazer. Também podem aparecer definições que relacionem os dois termos ao prazer da ação e os definam como manifestações culturais, associando-os aos folguedos, por exemplo. Em relação às diferenças, muitos dicionários distinguem jogos e brincadeiras pela existência ou não de regras. Em geral, as definições de jogo fazem referência a um conjunto de regras que determina quem ganha e quem perde. Os estudantes podem questionar essa diferenciação citando regras de brincadeiras que conhecem.

c) Estimule a discussão. Contribua para que os estudantes percebam que essa pode ser uma classificação popular, mas, no âmbito pedagógico, ela se rompe quando o argumento "regra", colocado como pertencente ao jogo, também se encontra na brincadeira. Em brincadeiras de roda ou de corda, por exemplo, existe uma sequência a ser seguida, ações a serem cumpridas, movimentos a serem executados, senão a brincadeira não dá certo. Existem, ainda, os jogos simbólicos, que só funcionam se todos os envolvidos se engajarem no "faz de conta" – logo, trata-se também de um pacto, uma regra. Comente com os estudantes que definir os conceitos de jogo e brincadeira (e brinquedo) é mesmo uma tarefa de grande complexidade e que essas conceituações são, inclusive, objeto de muitos estudos. Assim, muitos estudiosos do tema, sem um consenso, definem esses termos apoiados em características das atividades, das situações e dos comportamentos dos indivíduos e grupos em um dado período e contexto social, podendo considerá-los sinônimos. De toda maneira, o mais importante é que os estudantes compreendam que tanto as brincadeiras quanto os jogos pertencem ao universo da diversão, do lazer e da ludicidade, podendo ser praticados em qualquer idade.

d) Estimule a discussão, ajudando os estudantes a perceber que, embora exista uma tendência de se associar o jogar e o brincar apenas à infância, a espontaneidade, a diversão, a ludicidade e a imaginação ligadas a essas atividades podem ser prazerosas para pessoas de qualquer faixa etária.

NA ESTRADA

1ª Parada – A relevância social das brincadeiras e dos jogos

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4, 6 e 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG104, EM13LGG301, EM13LGG303, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601 e EM13LGG602.

O objetivo desta Parada é resgatar as memórias dos estudantes em relação às brincadeiras e aos jogos da infância de modo que reconheçam como essas práticas se inscrevem em suas identidades culturais, reconhecendo também uma das funções sociais desse conjunto de práticas corporais: o lazer, garantido como direito social no Brasil. Os estudantes também serão convidados a refletir sobre mudanças sócio-históricas observáveis nas experiências lúdicas que hoje são, em parte, mediadas por tecnologias.

A habilidade EM13LGG101 é ativada ao se estimular a análise das práticas culturais de jogos e brincadeiras que considerem interesses pessoais e coletivos, no contexto das práticas de lazer. A habilidade EM13LGG104 aparece no uso de linguagem verbal para relatar e registrar vivências. A habilidade EM13LGG301 está presente quando os estudantes participam de processos de produção colaborativa, organizando registros e apresentando suas vivências sobre brincadeiras e jogos. A habilidade EM13LGG303 é trabalhada na promoção de debates sobre as mudanças nas práticas de lazer, em que os estudantes analisam argumentos e perspectivas distintas sobre a relação dos jogos eletrônicos e tradicionais com a vida das pessoas. A habilidade EM13LGG502 é enfocada ao se incentivar a análise crítica dos preconceitos e dos estereótipos associados às diferentes práticas de jogos e brincadeiras, levando os estudantes a refletirem sobre questões de inclusão e diversidade cultural. A habilidade EM13LGG503 é acessada por meio da vivência de brincadeiras e jogos como forma de autocuidado, socialização e entretenimento. A habilidade EM13LGG601 é promovida quando os estudantes pesquisam brincadeiras e jogos de gerações anteriores e comparam essas práticas com as vivências atuais, permitindo-lhes apropriar-se do patrimônio cultural e valorizá-lo como um elemento importante da história e da identidade comunitária. A habilidade EM13LGG602 é trabalhada ao se estimular os estudantes a fruir e apreciar esteticamente as diversas manifestações culturais das brincadeiras e jogos, reconhecendo seu valor social e a importância de preservar e divulgar essas práticas como parte do patrimônio cultural.

1. O objetivo da atividade é investigar a memória dos estudantes em relação aos jogos e brincadeiras que fizeram parte da infância deles e que tenham vivenciado na adolescência e agora como jovens do Ensino Médio. Estimule a discussão entre a turma. Nos exemplos, eles podem citar brincadeiras tradicionais (rouba bandeira, pique-esconde, cabra-cega), jogos de tabuleiro (batalha naval, jogo da velha, damas), danças (dança da cadeira), jogos eletrônicos, etc. Incentive os estudantes a verificarem com os familiares e com as pessoas de seu convívio se há fotos que os mostrem participando dessas práticas. Destaque a importância desses

registros pessoais, que um dia também poderão ser consultados pelas gerações futuras.

a) As respostas vão variar de acordo com as vivências da turma. Ressalte as coincidências que surgirem e discuta com os estudantes o que pode justificá-las. Pode ser interessante identificar se há algum jogo ou brincadeira específico que tenha marcado toda a turma ou que era "moda" na época em que os estudantes eram crianças. Isso reforça a caracterização dessas práticas enquanto manifestações culturais.

c) Ressalte que os jogos e as brincadeiras são manifestações culturais que podem variar de acordo com os tempos e os espaços em que são praticados. Lembre os estudantes que muitos deles são transmitidos de geração em geração, principalmente de forma oral, o que pode causar variações. A regionalização também é um fator de diferenciação. Aproveite para perguntar aos estudantes como eles aprenderam os jogos e as brincadeiras que compõem a lista. Eles foram ensinados por familiares ou amigos? Em que contextos?

e) Você pode fazer uma tabela na lousa e ir anotando os exemplos citados pelos estudantes em duas colunas: uma para os jogos e outra para as brincadeiras. Retome a discussão da seção **Embarque**, em que foram elencadas as principais semelhanças e diferenças entre os conceitos, com base em definições dos termos encontradas no dicionário. É esperado que haja certa dificuldade nessa diferenciação, pois, como vimos, os termos são muito próximos e podem ser usados como sinônimos na maioria das vezes. Para desenvolver a reflexão, comente com os estudantes que as brincadeiras apresentam regras mais flexíveis e que podem ser alteradas sem grandes implicações, pois o objetivo principal desse tipo de prática é a diversão, o entretenimento. Nos jogos, por outro lado, o objetivo costuma ser ganhar. Assim, as regras tendem a ser mais rígidas porque podem influenciar diretamente no resultado final da disputa e criar vantagens ou desvantagens para os participantes. Por exemplo, no jogo da queimada (também conhecido como baleada, baleado, barra-bola, bola queimada, caçador, carimba, carimbada, jogo do mata, mata-mata, mata-soldado, matada, etc.), se um time tiver mais integrantes que o outro, não há como jogar sem se recorrer a alguma estratégia para equilibrar a partida.

f) Nesta atividade, os estudantes vivenciarão um jogo e uma brincadeira do próprio universo. Esse deve ser um momento prazeroso para a turma, com bastante descontração. É importante que você oriente os estudantes a observarem e discutirem como foi revisitar essas práticas da infância deles e como o que foi estudado até aqui influenciou nessa vivência. Após a realização do jogo e da brincadeira escolhidos, estimule a discussão sobre as questões propostas, ajudando-os a perceber que os jogos e as brincadeiras são saberes culturais passíveis de mudanças. É possível que as regras dos jogos e das brincadeiras sejam modificadas, desde que não se perca o objetivo central da prática e que haja a concordância de todos ou da maioria dos participantes. O objetivo é levar os estudantes a pensarem na importância das regras e dos combinados para a condução desse tipo de prática.

2. A ideia desse levantamento é colher depoimentos e incentivar os estudantes a conhecer mais sobre brincadeiras e jogos praticados em tempos passados no lugar onde eles vivem, além de se prepararem para as problematizações que serão apresentadas nas próximas atividades, quando as brincadeiras e os jogos eletrônicos serão tematizados. Chame a atenção para a prática de pesquisa que estão vivenciando de forma introdutória, utilizando relatos orais como fontes documentais, pois a pesquisa documental será promovida como produção final na seção **Desembarque**. Como extensão, divida a turma em grupos e proponha que cada um pesquise um tipo de jogo e brincadeira (de rua, de roda, de dança, de tabuleiro); ou, ainda, que todos façam uma pesquisa sobre as práticas levantadas e, depois, as classifiquem em categorias e/ou por tempo/espaço. Por exemplo: "Na década de 1980, na cidade tal, as brincadeiras mais comuns eram...".

3. Incentive os estudantes a refletir sobre as diferenças geracionais nas percepções sobre os jogos e brincadeiras. Discuta como as mudanças tecnológicas e sociais influenciaram o lazer ao longo do tempo e como elas são vistas pelas diferentes gerações.

4. a) Comente com os estudantes que o direito social ao lazer tem a finalidade de favorecer todos, buscando melhorar a qualidade de vida e a saúde dos cidadãos. O lazer é, ainda, essencial para a transformação, efetividade e realização de inúmeros outros direitos fundamentais.

Sugestão de ampliação

Mais informações a respeito das relações lazer-trabalho estão disponíveis no artigo seguinte:

- GOMES, Christianne Luce. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer,* Belo Horizonte, v. 1, n. 1, jan./abr. p. 3-20, 2014. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/430/279. Acesso em: 3 set. 2024.

e) Estimule os estudantes a identificar os espaços públicos, como praças, praias e parques, ou privados, como clubes, academias e *shoppings*. Caso eles não sejam capazes de identificar espaços institucionalizados, porque não existem, aproveite a oportunidade para discutir a ausência de políticas públicas que visam à construção ou à revitalização de espaços públicos. Também é possível discutir sobre a utilização de espaços que não foram configurados, inicialmente, para o lazer, mas que acabam sendo apropriados pela população: terrenos baldios, construções abandonadas, vãos, becos, etc.

f) Espera-se que os estudantes identifiquem as necessidades de melhoria de sua comunidade na segurança pública, na iluminação, na pavimentação das ruas e no sistema de transporte público; projetos para conscientizar as pessoas quanto à democratização dos espaços. Ainda podem ser feitos investimentos em espaços de convivência, como parques e quadras poliesportivas, que, além de auxiliarem nas relações humanas e na prática de atividades e exercícios físicos, são capazes de revitalizar espaços em diferentes pontos das cidades, atendendo a diferentes parcelas da população.

g) Explique que a melhor forma de promover a qualidade de vida é pensando em maneiras de acomodar as necessidades dos diversos grupos sociais quanto à utilização dos espaços públicos, pois a sociedade possui diferentes padrões e necessidades que precisam ser contempladas no planejamento das cidades, como especificidades físicas, de gênero, de etnia, de idade e de condições econômicas dos cidadãos. Além disso, apresente diferentes situações socioeconômicas e a desigualdade no tempo disponível entre pessoas que se deslocam com transporte próprio ou dependem de transporte público.

h) Questione os estudantes se, de fato, eles fazem suas escolhas ou são motivados pelo consumo exacerbado das redes sociais e meios de comunicação para realizar atividades de simples entretenimento. Destaque para a turma que o lazer é entendido como cultura, produto da ação humana transmitida nas relações sociais, vivenciada no tempo disponível de forma desinteressada e buscando a satisfação da própria situação.

5. Com a ajuda dos estudantes, providencie o material necessário e defina o espaço e o tempo de duração da atividade. Estimule a participação de todos na organização e na realização da proposta, que pode ser feita apenas entre a turma ou, ainda, envolver toda a escola (para isso, é preciso da colaboração de outros professores e da autorização da diretoria para a realização da atividade). A ideia central é incentivar a capacidade de organizar uma atividade de forma coletiva, tornando o recreio escolar um momento de fruição e experimentação de práticas lúdicas. É importante, ainda, pensar em formas de inclusão, de modo a democratizar a atividade e ampliar as possibilidades de participação de todos os estudantes. As brincadeiras podem ser adaptadas para pessoas com deficiência física. Após as práticas, peça aos estudantes que avaliem a experiência.

2ª Parada – Jogos eletrônicos: saúde e lazer entre crianças e jovens

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 5 e 8.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG104, EM13LGG303, EM13LGG502 e EM13LGG704.

A habilidade EM13LGG104 é ativada no uso da linguagem verbal para relatar e registrar as experiências com jogos eletrônicos. A habilidade EM13LGG303 é promovida durante as discussões em grupo sobre os impactos dos jogos eletrônicos na saúde e na cultura, proporcionando debates sobre questões polêmicas de relevância social e diferentes argumentos. A habilidade EM13LGG502 é mobilizada na análise dos preconceitos relacionados às práticas de jogos eletrônicos e *exergames*. A habilidade EM13LGG704 é trabalhada ao se incentivar a utilização de ferramentas digitais e novos formatos de produção de conhecimento na pesquisa sobre jogos eletrônicos.

1. Ressalte a diferença entre a interação mediada por tecnologias digitais e as brincadeiras tradicionais realizadas em espaços abertos. Encoraje-os a refletir sobre como esses diferentes ambientes afetam a experiência lúdica.
2. Essas experiências variam de acordo com o interesse pessoal de cada estudante e o acesso que eles têm a diferentes tipos de jogos. Incentive-os a discutir como esses jogos eletrônicos se relacionam com práticas corporais reais. Use as respostas para aprofundar a discussão sobre a integração da cultura corporal de movimento aos jogos eletrônicos.
3. Explique claramente qual é o objetivo da pesquisa. Auxilie na formação dos grupos, garantindo que sejam equilibrados em termos de habilidades e interesses. Oriente os estudantes a como identificar fontes de informação confiáveis e relevantes, como artigos acadêmicos, livros, documentários e *sites* especializados. Durante a fase de pesquisa, monitore o progresso dos grupos, ajudando-os a direcionar suas investigações, especialmente se estiverem com dificuldade de encontrar informações ou de compreender as inovações tecnológicas da década escolhida. Incentive a comparação entre diferentes fontes para verificar a precisão das informações. Encoraje os grupos a explorar não apenas os aspectos técnicos dos jogos e consoles, mas também como essas inovações afetaram os hábitos de lazer e a cultura dos jovens na época. Avalie tanto o processo de pesquisa quanto o produto final (linha do tempo e apresentação). Considere aspectos como a profundidade da pesquisa, a qualidade das fontes, a clareza e a criatividade da apresentação, além da participação de cada membro do grupo.
4. Aproveite a oportunidade para discutir com os estudantes seus próprios hábitos e como se percebem em relação ao uso excessivo não apenas de jogos, mas de outros aparelhos eletrônicos, como os *smartphones*, e de redes sociais.
7. Organize com os estudantes o momento de prática com empréstimo de consoles de jogos eletrônicos que permitam a experiência. Caso você não disponha desses recursos, é possível promover uma proposta de rotação por estações com diferentes estímulos de movimento, como seguir passos de dança, saltar corda, rebater ou chutar uma bola, encorajando os estudantes a perceber os efeitos corporais dessas práticas. Oriente as vivências das práticas reais conforme os jogos selecionados com a turma.
8. Cada estudante pode interpretar as ilustrações de maneiras diferentes, dependendo de sua experiência com a tecnologia.
9. Ao relacionar as ilustrações com suas experiências pessoais, os estudantes podem começar a internalizar a crítica apresentada pelos artistas e refletir sobre seu próprio uso da tecnologia. Incentive-os a compartilhar essas experiências com a turma, promovendo uma discussão coletiva sobre os impactos positivos e negativos da tecnologia no cotidiano.
10. Organize com os estudantes a melhor maneira de expor os registros feitos na atividade e onde o mural seria criado. Separe um tempo para que eles possam contemplar as fotografias feitas pelos outros grupos e assistir aos vídeos.
    a) Espera-se que os estudantes reconheçam que as tecnologias têm um papel importante em nosso cotidiano, facilitando a comunicação, o acesso à informação e a realização de tarefas diárias, mas é importante que percebam que o uso excessivo de dispositivos tecnológicos pode levar ao isolamento social. Além disso, as redes sociais podem criar uma pressão por padrões irreais que acabam por afetar a saúde mental. Por isso, incentive os estudantes a compreender a importância de encontrar um equilíbrio no uso das tecnologias, sendo críticos em relação ao impacto delas em nossas vidas.
    b) Com o exercício proposto, a intenção é que os estudantes entendam que a encenação torna as críticas mais impactantes, uma vez que movimentos corporais e metáforas visuais ajudam a transmitir emoções que seriam difíceis de expressar apenas com palavras. Além disso, o trabalho em grupo incentiva a colaboração e a troca de ideias, resultando em uma representação mais rica e diversa.

Dos jogos eletrônicos aos *e-sports*

11. Explore a relação entre o interesse dos jovens em *e-sports* e as oportunidades que surgem nesse campo, tanto em termos de carreira quanto de cultura digital. Também é interessante relacionar esse crescimento ao aumento do tempo que os jovens dedicam ao acompanhamento de competições *on-line* e ao impacto disso em seus hábitos de lazer. Problematize o processo de esportivização dessas práticas, fenômeno que também será objeto de discussão no trato pedagógico com jogos indígenas.

3ª Parada – Jogos cooperativos

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 3, 6, 7 e 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG104, EM13LGG202, EM13LGG301 e EM13LGG502.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS501 e EM13CHS502.

A habilidade EM13LGG104 é ativada no uso de linguagem verbal para relatar vivências e registrar as experiências práticas dos jogos cooperativos. A habilidade EM13LGG202 é mobilizada ao analisar os valores de cooperação e competição nos discursos dos jogos tradicionais e cooperativos, compreendendo criticamente como essas práticas culturais reproduzem ou desafiam ideologias relacionadas ao comportamento social. A habilidade EM13LGG301 é trabalhada ao se incentivar a produção colaborativa dos jogos cooperativos, promovendo a participação dos estudantes de forma criativa e solidária, com foco no bem-estar coletivo e no combate ao discurso de ódio. A habilidade EM13LGG502 é desenvolvida na análise crítica da lógica competitiva predominante e dos discursos que perpetuam desigualdades e preconceitos, propondo o desenvolvimento de práticas cooperativas que valorizem a inclusão e o respeito às diferenças. A habilidade EM13CHS501 é promovida quando se analisam os fundamentos éticos dos jogos cooperativos, identificando como essas práticas contribuem para a formação de sujeitos que valorizam a liberdade, a cooperação e a convivência democrática, especialmente em atividades que envolvem a promoção da cultura de paz. A habilidade EM13CHS502 é desenvolvida ao se problematizar as atitudes de competição e os discursos de ódio, promovendo ações e vivências práticas que incentivam a cooperação e o respeito às diferenças, contribuindo para a desnaturalização de preconceitos e a valorização dos direitos humanos. Promova a interdisciplinaridade com professores

de Ciências Humanas e Sociais para tratar os fundamentos éticos dos jogos cooperativos.

1. Explore esses dois processos com exemplos da vida social, como a disputa por assentos no transporte público, as relações pautadas em cumplicidade ou confronto entre irmãos ou outros familiares, na solidariedade ou concorrência no trabalho, na convivência escolar com cooperação ou em competições esportivas, etc.

3. **b)** Solicite que os estudantes ajudem a fazer a marcação da quadra com giz, como na figura do campo de jogo. Esse será o exemplo de um jogo de inversão, ora os jogadores estarão no time A, ora no time B.

   c) Esse será o exemplo de um jogo de resultado coletivo, as duas equipes deverão cooperar entre si para alcançar a quantidade de rebatidas do desafio comum.

   d) Distribua o giz e solicite que cada estudante desenhe uma circunferência/toca e estimule que sejam de diferentes tamanhos. Esse será o exemplo de um jogo sem perdedores, ou seja, há apenas uma equipe com um único objetivo. Você pode iniciá-lo como uma competição individual e realizar modificações para que se torne essencialmente cooperativo. A cada rodada do jogo, peça aos estudantes que risquem cerca de três circunferências menores para que se agrupem dentro das maiores, até finalizar com uma única circunferência com todos se equilibrando dentro. Se for necessário, desenhe uma circunferência maior para que caibam os estudantes.

4. Inicialmente, propicie um ambiente acolhedor para que os estudantes reflitam se sentiram-se pressionados a competir e se isso impactou a experiência que tiveram. Em seguida, discuta como as atitudes dos jogadores afetaram a dinâmica do jogo e se isso contribuiu para o sucesso do grupo ou para a frustração. Peça também para que os estudantes avaliem se a comunicação fluiu bem, se todos tiveram espaço para se expressar e se as opiniões foram respeitadas. Depois, explore com os estudantes como as estratégias foram desenvolvidas para o jogo e se houve criatividade nas soluções propostas. Pergunte também se todos se sentiram empoderados para liderar em momentos diferentes ou se houve uma figura central e como isso impactou a dinâmica da atividade. Por fim, enfatize a importância da cooperação e do respeito mútuo, tanto em jogos quanto em outras situações da vida e aplique essas reflexões para desenvolver ações futuras em trabalhos em grupo e na convivência diária.

Jogos cooperativos, cultura de paz e combate ao discurso de ódio

5. É importante que os estudantes percebam a conexão entre as atividades lúdicas e a formação de uma sociedade mais justa e solidária, mostrando como essas práticas podem ser replicadas em outras esferas da vida.

6. Estimule uma discussão sobre a importância de transferir o aprendizado dos jogos cooperativos para a vida real.

9. Para auxiliar os estudantes na criação de um jogo cooperativo para combater o discurso de ódio, discuta com eles, previamente, a importância de promover a inclusão. Ajude-os também a estabelecer regras que incentivem a cooperação e promovam a participação de todos. Se considerar pertinente, sugira que incluam pausas durante o jogo para reflexão. Isso pode ser feito com perguntas orientadoras, como: "As suas ações durante o jogo contribuíram para a promoção da inclusão?"; "Que emoções vocês sentiram ao participar das atividades?". Por fim, proponha discussões construtivas para que os estudantes possam expor o que funcionou bem e o que pode ser melhorado e incentive-os a documentar o processo, incluindo regras, objetivos e reflexões.

Sugestão de ampliação

Para saber mais sobre o trabalho com brincadeiras e jogos no Ensino Médio, acesse o trabalho a seguir.

- MALDONADO, Daniel Teixeira *et al*. Tematização dos jogos e brincadeiras nas aulas de Educação Física no Ensino Médio: experiências educativas em uma perspectiva intercultural e antirracista. *Corpoconsciência*, p. 39-63, 2021. Disponível em: https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/10920. Acesso em: 6 out. 2024.

4ª Parada – Brincadeiras e jogos de matrizes africanas

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 4, 6 e 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG202, EM13LGG302, EM13LGG502, EM13LGG601 e EM13LGG604.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS501 e EM13CHS502.

A habilidade EM13LGG101 é ativada ao se incentivar os estudantes a compreenderem e analisarem os processos de produção e circulação dos discursos sobre as culturas africanas e suas contribuições, fundamentando escolhas críticas. A habilidade EM13LGG202 é trabalhada na abordagem das relações de poder e dos preconceitos presentes na história das culturas africanas no Brasil. A habilidade EM13LGG302 é promovida ao se incentivar os estudantes a se posicionarem criticamente diante dos preconceitos e desigualdades em relação às culturas africanas. A habilidade EM13LGG502 é desenvolvida na abordagem dos preconceitos e estereótipos presentes nas práticas corporais de matriz africana, incentivando um posicionamento contrário aos preconceitos. A habilidade EM13LGG601 é promovida pela apreciação das brincadeiras e jogos de matriz africana como patrimônio cultural, levando os estudantes a reconhecerem a diversidade dessas práticas e a compreenderem seus processos de legitimação. A habilidade EM13LGG604 é acessada ao se relacionar as práticas culturais africanas à identidade brasileira. A habilidade EM13CHS501 é enfocada por meio da valorização da cooperação, da solidariedade e do respeito às práticas culturais dos povos africanos. A habilidade EM13CHS502 é trabalhada ao problematizar as formas de desigualdade e preconceito em relação às culturas africanas, identificando ações para promover os direitos humanos e combater o racismo.

Promova a interdisciplinaridade com Ciências Humanas e Sociais para aprofundar o tratamento dos aspectos culturais e sociais das brincadeiras e dos jogos de matrizes africanas e discutir as temáticas do preconceito, da desigualdade e dos direitos humanos.

1. Incentive os estudantes a manifestarem o que sabem sobre as diferentes formas de dança, luta e jogos que fazem parte das culturas africanas. Aproveite para ressaltar a diversidade cultural dos povos africanos e suas expressões corporais. Em seguida, proponha uma reflexão sobre como as tradições africanas foram adaptadas e integradas à cultura brasileira, influenciando festas, danças, ritmos e jogos, e questione a preservação dessas culturas nas comunidades afro-brasileiras. Por fim, discuta como essas manifestações se conectam com a identidade cultural brasileira.

2. Para esta atividade, ressalte a importância de compreender o contexto cultural e histórico do país escolhido por cada grupo. Oriente os estudantes a identificar e compartilhar quais aspectos culturais ficaram mais evidentes durante a atividade, reconhecendo como os jogos e as brincadeiras são aspectos que refletem a cultura de cada povo.

3. Incentive os estudantes a refletirem sobre como a inclusão de brincadeiras e jogos de matrizes africanas no currículo escolar pode ser um ato de resistência contra o racismo estrutural. Discuta com eles como o conhecimento e a valorização dessas práticas culturais podem contribuir para a promoção da igualdade racial e para a criação de um ambiente escolar mais inclusivo.

8. Comente com os estudantes que a filosofia ubuntu propõe a consciência de ser parte de algo maior e coletivo, assim como os

princípios dos jogos cooperativos. Portanto, a filosofia ubuntu é representada pela convivência harmoniosa com o outro e está baseada na categoria do "nós". Como membros integrantes de um todo social, somos pessoas por meio de outras pessoas e não podemos ser plenamente humanos sozinhos, sendo feitos para a interdependência.

Atividade complementar

Crie diferentes estações e, em cada uma delas, pense em uma brincadeira ou jogo para explorar com os estudantes. Organize um tempo para que a turma experimente cada um com o grupo.

Estação 1: Pegue a cauda (Nigéria)

Nesse jogo, os jogadores se dividem em equipes. Cada uma delas forma uma fila segurando o colega pelo ombro ou pela cintura. O último jogador coloca um lenço no bolso ou no cinto. A primeira pessoa na linha comanda a equipe na perseguição e tenta pegar uma "cauda" de outra equipe. Ganha quem pegar mais lenços. Se forem apenas duas equipes, ganha quem pegar primeiro.

Estação 2: Mamba (África do Sul)

Nessa brincadeira, deve-se escolher um jogador para ser a *mamba* (cobra). Defina uma área de jogo, como a metade de uma quadra de futebol. A cobra corre ao redor da área marcada e tenta apanhar os outros. Quando um jogador é pego, ele segura os ombros ou a cintura do jogador que representa a cobra, e assim sucessivamente. Somente o primeiro jogador (a cabeça da serpente) pode pegar outras pessoas. Os outros jogadores do corpo podem ajudar não permitindo que os adversários passem pelo corpo da serpente. O último que não for pego vence.

Estação 3: Jogo na montanha (Tanzânia)

Escolha um líder. Os jogadores pensam em uma palavra-chave, como "barco". Todos os jogadores ficam de costas uns para os outros. O líder grita "Fogo na montanha!" e todos os jogadores dão um pulo e respondem "Fogo!", mas permanecem de costas. Então, o líder grita "Fogo no rio!", e os jogadores respondem "Fogo!", mas não pulam. O líder tenta imaginar vários lugares diferentes para o local do incêndio, e os jogadores sempre devem responder "Fogo!" sem pular. Só pulam ao comando "Fogo na montanha!". O líder pode dizer a palavra-chave a qualquer momento, como parte de uma frase, como "Fogo no barco azul!". Quando a palavra-chave for dita, todos os jogadores devem dar um pulo e virar para a frente gritando "Fogo!". Quem errar o movimento sai do jogo. O último que permanecer sem errar vence.

Estação 4: Pegue o bastão (Egito)

Cada jogador segura em suas mãos uma vara ou um cabo de vassoura, formando uma grande roda. Todos devem manter os bastões à sua frente, na vertical, apoiados no chão, seguros por suas mãos. Quando o professor disser "troca", todos equilibram os bastões e correm para pegar o do companheiro da direita, tentando agarrá-lo antes que toque o chão. O jogador que não conseguir pegar o bastão antes que ele caia no chão sai do jogo, levando consigo seu bastão. O último que não derrubar o bastão ganha.

Estação 5: Kudoda (Zimbábue)

Os jogadores se sentam em roda e cada um deles coloca 20 bolinhas dentro de uma tigela posicionada no centro da roda. O primeiro deles joga a bolinha para o ar. Ele tenta retirar quantas bolinhas ele puder de dentro da tigela antes de pegar a bolinha atirada. Os jogadores se revezam seguindo uma ordem que deve ser estabelecida coletivamente. Quando todas as bolinhas forem recolhidas, a pessoa que tiver mais delas é vencedora.

Estação 6: Mbube – Chamar o leão (Gana)

Um participante representa o leão e outro, sua presa. Vendados, em uma área determinada, eles se movem devagar. Os demais auxiliam na caça, guiando o leão até sua presa, dizendo em voz alta "Mbube, Mbube" (que significa "leão da língua azul") se o leão estiver perto da presa e em voz baixa se estiver longe.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 4, 5, 6, 7 e 8.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG104, EM13LGG302, EM13LGG503 e EM13LGG601.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS501 e EM13CHS502.

O objetivo desta seção é desenvolver práticas científicas de pesquisa documental e apresentar um relatório de pesquisa. O trabalho enfoca de modo introdutório princípios de análise do discurso para a construção de conhecimentos históricos de manifestações artístico-culturais.

A habilidade EM13LGG104 é mobilizada no uso de diferentes linguagens para se expressar e comunicar os resultados da pesquisa documental. A habilidade EM13LGG302 é trabalhada ao se promover discussões sobre a influência cultural dos jogos e brincadeiras. A habilidade EM13LGG503 é ativada ao se incentivar os estudantes a interpretarem documentos variados, como textos, imagens e vídeos, analisando os significados culturais dos jogos e brincadeiras e contextualizando-os social e historicamente. A habilidade EM13LGG601 é promovida ao se estimular a apreciação dos jogos e brincadeiras como patrimônio cultural, levando os estudantes a reconhecer a importância de preservar e divulgar essas práticas como elementos de identidade cultural. A habilidade EM13CHS501 é desenvolvida ao se analisar os fundamentos éticos das práticas lúdicas, identificando como esses jogos e brincadeiras contribuem para a formação de sujeitos éticos, valorizando a convivência democrática, a liberdade e a solidariedade. A habilidade EM13CHS502 é mobilizada ao se promover a análise crítica das práticas lúdicas sob a perspectiva das desigualdades culturais, desnaturalizando preconceitos e problematizando formas de discriminação, com foco na promoção dos direitos humanos e do respeito às diferenças.

Pesquisa documental e apresentação de seminário

É importante que você faça a leitura da proposta com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam o objetivo da atividade. Articule com outros professores a possibilidade de interdisciplinaridade.

Análise documental como registro social

Forneça orientações sobre fontes confiáveis e incentive o uso de bibliotecas digitais, arquivos históricos e bases de dados acadêmicas. Lembre os estudantes da importância de citar corretamente todas as fontes utilizadas.

4. Nesta etapa, começa o processo de análise documental, com a mobilização de alguns princípios de análise do discurso. Leia as informações com os estudantes e certifique-se de que eles conseguem compreendê-las. Auxilie-os a identificar as informações nos documentos que escolheram, dando exemplos e solicitando que prossigam nas análises.

A natureza do documento

Os documentos podem ser textos escritos, imagens, vídeos ou objetos. No caso dos documentos escritos, podem ser anotações de viagens, descrições verbais de eventos, documentos oficiais, textos jornalísticos, dossiê dos órgãos de patrimônio, etc. As imagens podem ser fotografias, pinturas, desenhos, entre outras. Os vídeos podem ser filmagens de campo, reportagens, documentários, filmes de cinema, etc. Os objetos podem ser vestimentas, esculturas, itens utilitários e demais objetos que se relacionem com a brincadeira escolhida.

Os documentos podem ser produzidos com inúmeros objetivos, como a descrição e o registro da brincadeira ou motivos muito alheios ao universo da pesquisa. Por exemplo: há culturas que foram marginalizadas e criminalizadas durante muitos anos, como as religiões de matrizes africanas e a capoeira. Muitas vezes, objetos utilizados nessas práticas eram apreendidos pela polícia como prova de crime. Os

acervos desses objetos servem como fontes documentais para pesquisa (muitos deles hoje estão incorporados aos arquivos culturais).

A autoria do documento e a análise do discurso

6. No caso de os estudantes acessarem fontes documentais antigas, é provável, por exemplo, que haja reproduções de pontos de vista ligados à discriminação social e étnica (como é o caso das abordagens exoticistas e folcloristas).

Relatório de pesquisa

7. A sua mediação nesta etapa é crucial para que os estudantes sejam capazes de produzir um relatório com as informações necessárias sobre a pesquisa documental realizada. Para isso, assessore os grupos de forma próxima, mas, ao mesmo tempo, dando-lhes autonomia no processo.

Organizando a apresentação do relatório

8. Caso não haja disponibilidade dos recursos propostos, utilize a própria sala de aula nas apresentações.Oriente os estudantes no passo a passo da apresentação visual de apoio para o seminário. Caso não haja recursos como computador com projetor, uma possibilidade é solicitar que elaborem um cartaz ou um *banner* de apoio visual. Reforce com a equipe de coordenação e gestão da escola a importância do momento de compartilhamento dos conhecimentos científicos dos estudantes, construídos por meio da prática de pesquisa de análise documental com os princípios de análise de discurso e que tiveram como produto o relatório e o seminário. Os estudantes se sentirão valorizados com a presença de todos da escola na conclusão desse processo científico. Se não houver a possibilidade de abertura dos seminários para a comunidade, deixe que os demais estudantes assistam às apresentações da turma como forma de compartilhar os conhecimentos.

Apresentando o seminário

A experiência de compartilhar os conhecimentos adquiridos permite que os estudantes reconheçam a relevância do tema e promovam um aprendizado dinâmico e colaborativo sobre um tema que extrapola a sala de aula e se faz pertinente no dia a dia.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Este é um bom momento para que os estudantes exercitem a empatia e o diálogo, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro.

Sugere-se que as duas subseções sejam realizadas em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a participação do professor.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, o objetivo é que os estudantes retomem conteúdos estudados no capítulo a fim de verificar a aprendizagem.

1. Esse assunto foi abordado na subseção **Foco no diálogo**. Tanto os jogos como as brincadeiras se relacionam ao divertimento, ao entretenimento e a uma ação descompromissada relacionada ao lazer. Uma das diferenças entre o jogo e a brincadeira é que, geralmente, há a exploração e o cumprimento de regras nos jogos, enquanto uma brincadeira pode ser uma atividade mais espontânea.

2. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Estimule os estudantes a relembrarem a discussão a respeito do uso dos espaços públicos e privados para o lazer em sua comunidade. A seguir, retome possíveis barreiras sociais para que os espaços não sejam utilizados democraticamente, como deficiências em segurança pública, iluminação, pavimentação das ruas e sistema de transporte público. Verifique se eles lembram de possíveis soluções, como projetos para conscientizar as pessoas quanto à democratização dos espaços e reivindicação de investimentos em espaços de convivência, como parques e quadras poliesportivas.

3. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Retome que os jogos e as brincadeiras são manifestações culturais que podem variar de acordo com os tempos e os espaços em que são praticados, além de serem transmitidos de geração em geração, principalmente de forma oral. Ressalte a discussão sobre o direito social ao lazer que tem a finalidade de favorecer todos, sendo essencial para a transformação, a efetividade e a realização de inúmeros outros direitos fundamentais.

4. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Relembre que os jogos cooperativos têm uma estrutura alternativa de participação em que o objetivo é superar desafios e não derrotar outros jogadores. Joga-se para se divertir, pelo prazer de jogar.

5. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A cultura corporal de movimento esteve presente desde os primeiros jogos eletrônicos que simulavam práticas corporais, como a prática de tênis e de basquetebol, além de jogos de futebol e os de luta, em que o praticante não realiza os movimentos, mas está imerso nos significados dessas práticas. Com a evolução das tecnologias e o surgimento dos *exergames*, foi possível incorporar movimentos amplos do corpo como controladores dos jogos, integrando simulação e imersão dos jogos eletrônicos à experiência real de movimento.

6. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. Jogos eletrônicos que se transformaram em *e-sports* passaram a ser reconhecidos como modalidades competitivas nas quais jogadores profissionais competem em alto nível. Esses jogos possuem regras bem definidas, ligas e campeonatos organizados, além de uma grande audiência e patrocínios, o que consolidou sua posição como uma forma de esporte.

7. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. É importante regular o tempo de uso para evitar o sedentarismo e outros problemas de saúde. Além disso, deve-se estar atento ao conteúdo dos jogos, escolhendo aqueles que são apropriados para a idade e que não promovem comportamentos agressivos ou antissociais. É também essencial balancear o tempo dedicado aos jogos eletrônicos com outras atividades sociais, físicas e educativas.

8. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Jogos cooperativos incentivam a colaboração, o respeito mútuo e a solução conjunta de desafios, o que contribui diretamente para a promoção de uma cultura de paz. Em vez de estimular a competição e a rivalidade, esses jogos reforçam valores como a solidariedade e a empatia, fundamentais para a convivência pacífica em sociedade.

9. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. A filosofia ubuntu, que significa "eu sou porque nós somos", valoriza a interdependência e o respeito mútuo entre as pessoas, destacando a importância da coletividade e da solidariedade. Na valorização das brincadeiras e jogos de matrizes africanas, essa filosofia se reflete na importância de reconhecer e celebrar as culturas africanas, que têm sido historicamente marginalizadas. Ao promover essas brincadeiras e jogos, contribui-se para o combate ao racismo, pois essas práticas ajudam a desconstruir preconceitos, ampliar o entendimento sobre a diversidade cultural e reforçar a importância da igualdade e do respeito entre todas as pessoas.

10. Esse assunto foi abordado no **Desembarque**. Retome a principal característica da pesquisa documental, com o processo de análise de dados que se utiliza de técnicas de apreensão, compreensão e análise de documentos. Os documentos podem ser textos escritos, imagens, vídeos ou objetos.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas são pessoais. O objetivo desta subseção é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo. Este é um bom momento para que os estudantes exercitem a empatia e o diálogo, fazendo-se respeitar e promovendo o respeito ao outro.

6 NO RITMO DA CAPOEIRA E DO SAMBA DE RODA

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, os estudantes vão aprofundar seus conhecimentos sobre a capoeira e o samba de roda, reconhecendo a importância dessas manifestações afro-brasileiras para a construção da identidade cultural e o combate ao preconceito. As atividades propostas visam promover a vivência, a reflexão e a valorização dessas práticas corporais, estimulando o protagonismo estudantil e o engajamento social.

O trabalho com Multiculturalismo (Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras) se dá por meio da abordagem de práticas corporais de matrizes africanas, com ênfase no papel dessas manifestações na identidade e na resistência da história afrodiaspórica

O capítulo trabalha práticas de linguagens de quatro campos de atuação social de forma integrada. O campo artístico está presente na apreciação de elementos artísticos da capoeira e do samba de roda, bem como na estética dos movimentos e na composição com ritmo e expressão dos praticantes. O campo das práticas de estudo e pesquisa é enfocado pelo trabalho com artigo científico. No âmbito do campo da vida pessoal, são trabalhadas discussões sobre consciência corporal e tomada de decisões frente ao preconceito racial e religioso. O campo de atuação na vida pública está presente na análise de excertos do marco legal brasileiro relativos ao racismo, ao preconceito religioso e à inserção de temas da cultura africana na educação nacional.

Em relação às Competências Gerais, o capítulo promove a CG1 ao trabalhar com manifestações culturais afro-brasileiras, convidando o estudante a aprofundar seu entendimento sobre a diversidade cultural, articulando conhecimentos históricos, sociais e culturais sobre a identidade afro-brasileira e o combate ao preconceito. A leitura e discussão de textos, como as revisões de literatura e o planejamento do evento cultural, incentivam o desenvolvimento do pensamento crítico, levando os estudantes a analisar as raízes dessas práticas culturais e seu impacto contemporâneo, mobilizando a CG2. A CG3 é explorada pela valorização do patrimônio imaterial da humanidade, inserindo os estudantes em práticas culturais e ajudando-os a reconhecer a importância da preservação dessas manifestações culturais. A CG4 é incrementada especialmente na preparação e apresentação do evento cultural que envolve a articulação de ideias em diferentes linguagens, incluindo verbal, corporal, visual e sonora. A CG6 é acionada nas atividades em grupo e no planejamento do evento coletivo, assim como na interação com a comunidade externa, propiciando empatia e engajamento social. Durante as atividades corporais, como a prática da capoeira e a experimentação de danças, os estudantes exercitam o autoconhecimento e o autocuidado, refletindo sobre o impacto dessas práticas em seu desenvolvimento, mobilizando o desenvolvimento da CG8. A CG9 é promovida pela ênfase no combate ao preconceito racial, religioso e de gênero, evidenciando a importância do engajamento dos estudantes na promoção de uma sociedade mais justa e equitativa. O trabalho com a CG10 se dá por meio de fruição das manifestações culturais e da produção artística (cartazes, folhetos, camisetas) relacionadas ao evento cultural, despertando a sensibilidade estética, além de valorizarem as expressões artísticas como formas de resistência e afirmação identitária.

Em relação às Competências Específicas da área de Linguagens, o capítulo releva a CE1 por meio do debate sobre os papeis da capoeira e do samba de roda, exigindo que os estudantes utilizem a linguagem para argumentar, dialogar e promover a interação social, sempre com foco no combate a preconceitos e na valorização da cultura afro-brasileira. A CE2 é desenvolvida na produção de materiais para o evento, como convites, folhetos e cartazes, assim como na análise de textos acadêmicos e literários, permitindo aos estudantes desenvolverem a habilidade de lidar com diferentes gêneros textuais e suas especificidades. A CE3 é destacada nas atividades em que os estudantes utilizam as linguagens para interagir e defender seus pontos de vista. A CE4 é trabalhada pela análise do papel da língua portuguesa na produção de sentidos relativos aos contextos históricos e sociais da capoeira e do samba de roda e como recursos de combate ao preconceito racial e religioso. As práticas propostas no capítulo, que incluem a experimentação corporal e a participação em um evento cultural, propiciam a vivência da arte e do multiculturalismo, permitindo que os estudantes se expressem e reflitam sobre diferentes culturas e suas representações, acionando a CE5. A CE6 é explorada ao se incentivar os estudantes a fruir e apreciar as práticas culturais de origem afro-brasileira, reconhecendo suas características estéticas e o papel central dessas manifestações na cultura brasileira, além de desenvolverem cartazes, camisetas e folhetos para o evento final, assumindo o protagonismo na realização do evento.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2 e 3.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG103, EM13LGG302, EM13LGG305, EM13LGG503.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS104.

As possibilidades interdisciplinares com os componentes da área de Linguagens e suas Tecnologias pode se efetivar pela mobilização comum das competências e habilidades elencadas, pela abordagem temática do samba de roda como dança de matriz africana que também é objeto de conhecimento de Arte. Além disso, a seção dialoga com relações entre cultura afro-brasileira e artes visuais ao tratar de obras de Carybé.

As habilidades de Linguagens e Ciências Humanas e Sociais Aplicadas são mobilizadas em diversos momentos do **Embarque**. A EM13LGG101 é promovida por meio da compreensão e análise dos processos de produção e circulação de discursos na capoeira e no samba de roda nas artes visuais, no texto acadêmico e na literatura. A habilidade EM13LGG102 é tratada por meio da análise crítica das visões de mundo, preconceitos e ideologias presentes nas representações históricas dessas práticas afro-brasileiras. A EM13LGG103 é trabalhada por meio do funcionamento das linguagens da pintura e do romance. A EM13LGG302 é enfocada por meio do debate crítico sobre as práticas culturais afro-brasileiras. A EM13LGG305 é explorada por meio do mapeamento e da criação de práticas culturais relacionadas à capoeira e ao samba de roda. A EM13LGG503 é incrementada pelo reconhecimento e valorização da capoeira e do samba de roda nos projetos de vida dos estudantes, como formas de autocuidado, socialização e resistência cultural. A EM13CHS104 é relevada com a análise de objetos e vestígios da cultura material e imaterial da capoeira e do samba de roda, identificando como essas práticas representam conhecimentos, valores e identidades que moldaram a diversidade cultural brasileira.

Foco na imagem

Esta seção propõe a apreciação e a análise de obras de artes visuais que retratam a capoeira e o samba de roda, práticas culturais afro-brasileiras. O objetivo é incentivar os estudantes a interpretar as imagens, identificando elementos culturais e estéticos e refletindo sobre os significados e valores expressos nas obras.

Incentive os estudantes a "ler" as imagens e comentar o que mais chama a atenção, como a presença dos instrumentos, o uso de cores vibrantes e a expressividade dos praticantes da capoeira. Destaque a importância de Carybé, pintor argentino naturalizado brasileiro, que dedicou grande parte de sua obra à representação da cultura afro-brasileira. Promova a pesquisa, a organização e a apresentação oral de informações sobre patrimônios culturais, relacionando-as com as obras de arte analisadas.

Foco no diálogo

Essa seção propõe a discussão e a troca de ideias acerca de conhecimentos e experiências prévias dos estudantes, além de iniciar a apresentação da capoeira e do samba de roda como manifestações da Cultura Corporal de Movimento marcadas pela resistência e pela identidade das populações negras.

Promova um ambiente de diálogo e troca de experiências entre os estudantes, incentivando-os a compartilhar seus conhecimentos e vivências sobre a capoeira e o samba de roda. Destaque a importância histórica e social dessas manifestações como formas de resistência cultural e construção de identidade para as populações negras. Se possível, utilize recursos visuais e audiovisuais, como vídeos e imagens, para ilustrar as práticas e despertar o interesse da turma. Explore as questões apresentadas para promover a reflexão e o debate sobre os significados e valores associados à capoeira e ao samba de roda.

3. O objetivo da primeira parte da atividade é incentivar os estudantes a compartilhar suas vivências com práticas corporais de matrizes africanas, identificando elementos comuns entre a capoeira e o samba de roda. Os elementos comuns da capoeira e do samba de roda são: a origem afro-brasileira e popular, a distribuição dos participantes em roda, o uso de instrumentos acompanhado da expressão musical e corporal dos praticantes, rituais de entrada e saída na roda, como a umbigada no samba de roda e o gesto de comprar o jogo na capoeira.
4. O objetivo é analisar a representação da capoeira no texto de Jorge Amado e relacioná-la com a noção de identidade negra abordada no texto de Katharina Döring. No texto de Jorge Amado, a capoeira é apresentada como um elemento de resistência e luta. O personagem Pedro Bala usa a capoeira para defender seus companheiros, mostrando-a como um recurso de proteção e resistência. Essa imagem se relaciona com a noção de identidade negra abordada no texto de Katharina Döring, que destaca a capoeira como parte essencial da identidade afro-brasileira e como uma forma de resistência cultural e social. Ambas as representações enfatizam a capoeira como uma expressão de força, resiliência e identidade coletiva. Escrito em 1937, o romance *Capitães da areia* narra o cotidiano de um grupo de crianças abandonadas, que se envolve em diversas situações violentas como consequência das condições em que vivem. Órfãs ou abandonadas por suas famílias, elas vão se agrupando aos poucos. Em grupo, elas se sentem mais fortes e encontram proteção. O fato de serem obrigadas a viver por conta própria faz as crianças agirem movidas para atender às suas necessidades imediatas: comida e abrigo.

1ª Parada – Capoeira e samba de roda: patrimônios culturais imateriais da humanidade

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2 e 3.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG202, EM13LGG203, EM13LGG302, EM13LGG305, EM13LGG501, EM13LGG601, EM13LGG602, EM13LGG603.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS104, EM13CHS502.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP30.

O objetivo desta etapa é apresentar o conceito de patrimônio cultural imaterial e contextualizar a capoeira e o samba de roda como expressões da cultura afro-brasileira reconhecidas como patrimônio da humanidade.

As habilidades de Linguagens, Ciências Humanas e Sociais Aplicadas e Língua Portuguesa são mobilizadas em diversos momentos da 1ª Parada. A EM13LGG101 é promovida por meio da compreensão e análise da capoeira e do samba de roda como patrimônios imateriais da humanidade. A EM13LGG202 é trabalhada pela análise crítica dos interesses e relações de poder presentes no processo de registro das práticas culturais afro-brasileiras. A EM13LGG203 é desenvolvida com a análise crítica da capoeira e do samba de roda como símbolos de resistência e identidade afro-brasileira. A EM13LGG302 é acessada por meio do debate crítico sobre as práticas culturais afro-brasileiras. A EM13LGG305 é promovida pelo mapeamento e criação de práticas culturais relacionadas à capoeira e ao samba de roda. A EM13LGG501 é trabalhada com a mobilização consciente de movimentos corporais durante a prática da capoeira e do samba de roda. A EM13LGG601 é incrementada quando da apropriação dos conhecimentos sobre o patrimônio artístico e cultural da capoeira e do samba de roda. A EM13LGG602 é considerada ao se incentivar os estudantes a fruir e apreciar a capoeira e o samba de roda. A EM13LGG603 é tratada ao se permitir que os estudantes se expressem de maneira autoral e criativa, individualmente e em grupo. A EM13CHS104 é trabalhada por meio da análise dos objetos e vestígios culturais da capoeira e do samba de roda, incentivando os estudantes a identificar os conhecimentos, valores, crenças e práticas que essas manifestações culturais representam. A EM13CHS502 é promovida com a discussão sobre a capoeira e o samba de roda como patrimônios culturais imateriais e oferece uma oportunidade de desnaturalizar e problematizar as desigualdades históricas e sociais enfrentadas pelas populações afro-brasileiras. Os estudantes podem analisar como essas práticas culturais foram marginalizadas e como, ao serem reconhecidas como patrimônios, representam uma resistência à discriminação e uma celebração da diversidade. EM13LP30 é ativada na produção de levantamento sobre danças reconhecidas com patrimônio imaterial.

1. **a)** e **b)** É importante que os estudantes conheçam e valorizem as diversas manifestações artísticas e culturais em âmbito local, nacional e internacional.
2. **a)** Comente com os estudantes que há muitos grupos que lutam por esse tipo de reconhecimento, como forma de resistência e valorização de suas culturas, e que esse processo envolve questões políticas, sociais e culturais. Incentive os estudantes a relatar suas experiências com patrimônios culturais, sejam eles materiais ou imateriais, e a compartilhar suas impressões e aprendizagens. Os patrimônios culturais imateriais serão explorados ao longo do capítulo, em especial a roda de capoeira.

   b) Apoie os estudantes a perceber que as expressões rítmicas e expressivas como a capoeira, o samba de roda, o frevo e as danças de outras culturas citadas até agora se originam da hibridização de culturas, apresentando sentidos diversos como o religioso, o ritualístico e o de afirmação de identidades. Proponha aos estudantes que busquem reconhecer a conexão entre a musicalidade e a expressividade corporal dessas práticas corporais.
3. **a)** Espera-se que os estudantes concluam que é possível estabelecer relações entre os bens reconhecidos como patrimônio cultural imaterial e o sentimento de identidade. O patrimônio cultural imaterial, composto por práticas, saberes, expressões e celebrações, reflete a história, os valores, as crenças e os costumes de um povo, contribuindo para a construção de um senso de pertencimento e identidade coletiva. Ao reconhecer e valorizar o patrimônio cultural imaterial, uma sociedade afirma sua identidade e se reconhece como parte de uma história e de uma cultura compartilhadas. O processo de reconhecimento dos bens imateriais está ligado aos valores pelos quais as sociedades se reconhecem ou se identificam. No entanto, esse processo não é algo natural, mas um campo de disputa por espaço na memória coletiva e na formação identitária de um país. É importante que os estudantes compreendam que o reconhecimento do patrimônio cultural imaterial é um processo dinâmico e que envolve escolhas,

disputas e negociações entre diferentes grupos sociais. Nem todas as manifestações culturais são reconhecidas como patrimônio, e essa seleção reflete as relações de poder e as visões de mundo dominantes em uma sociedade.

b) Incentive os estudantes a relatar suas experiências com patrimônios culturais, sejam eles materiais ou imateriais, e a compartilhar suas impressões e aprendizagens. É esperado que os estudantes consigam se lembrar de alguma prática da Cultura Corporal de Movimento relacionada a bens considerados patrimônios culturais, como a capoeira, o samba de roda, o frevo, o fandango caiçara, entre outras, e relatar suas experiências com essas práticas.

4. Espera-se que os estudantes identifiquem pontos comuns entre as práticas da Cultura Corporal de Movimento inscritas como patrimônios imateriais, como:

- Origem histórica: muitas delas têm origem em culturas populares e tradicionais e foram transmitidas de geração em geração.
- Função social: desempenham um papel importante na identidade cultural e na coesão social das comunidades.
- Significados culturais: expressam valores, crenças e costumes de um povo

Espera-se também que os estudantes identifiquem pontos específicos de cada prática, como:

- Grupos culturais originários: a capoeira tem origem na cultura afro-brasileira, o frevo na cultura pernambucana, etc.
- Características dos movimentos: a capoeira se caracteriza por movimentos ágeis e acrobáticos, o samba de roda por movimentos ritmados e sensuais, etc.
- Música e ritmo: cada prática tem seus próprios ritmos e instrumentos musicais.

5. Organize a sala de aula com uma estação para cada tipo de dança. Cada estação deve conter o registro escrito preparado pelos grupos. Explique a dinâmica da rotação: cada grupo visitará as estações das outras danças, lendo e aprendendo sobre cada uma delas. Defina um tempo determinado (10 a 15 minutos, por exemplo) para cada grupo visitar uma estação. Os grupos devem fazer anotações sobre o que aprenderam em cada estação e preparar perguntas para a discussão final. Após a rotação, reúna a turma para uma discussão final, na qual os grupos compartilharão suas aprendizagens e responderão às perguntas uns dos outros.

Para proporcionar aos estudantes um momento de expressão corporal livre e criativa, incentivando a exploração de movimentos, ritmos e gestos inspirados nas danças pesquisadas, crie um ambiente seguro e acolhedor para a experimentação livre de dança, onde os estudantes se sintam à vontade para se expressar sem medo de julgamentos. Valorize a expressão individual e coletiva dos estudantes, respeitando as diferenças e incentivando a criatividade. Promova o respeito pelas culturas representadas nas danças e perceba a necessidade de acolher estudantes que inicialmente não se sintam à vontade com a experimentação, oferecendo suporte e incentivo.

2ª Parada – Capoeira: origens e práticas contemporâneas

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 3, 4 e 8.

Competências específicas de Linguagens: 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG302, EM13LGG305, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601, EM13LGG602, EM13LGG603.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS502.

Esta Parada aborda as origens e a trajetória da capoeira, explorando as controvérsias sobre suas raízes africanas e brasileiras e suas diversas manifestações regionais. As atividades incluem a leitura e análise de artigo científico, discussões em grupo e vivências práticas de movimentos básicos da capoeira. O objetivo é proporcionar aos estudantes uma compreensão profunda e crítica da capoeira, incentivando a reflexão sobre a importância cultural e histórica do esporte como manifestação da Cultura Corporal de Movimento brasileira que representa resistência e busca por legitimidade da cultura negra.

As habilidades de Linguagens e Ciências Humanas e Sociais Aplicadas são mobilizadas em diversos momentos da 2ª Parada. A EM13LGG302 é ativada pela produção de discursos críticos e reflexivos sobre a capoeira. A EM13LGG305 é fomentada pela formulação de propostas de preservação dessa prática cultural. As habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503 são incentivadas na vivência prática da capoeira, que é associada a projetos de vida e identidade cultural. A EM13LGG502 é trabalhada no posicionamento contra preconceitos relacionados à capoeira e outras práticas culturais afro-brasileiras. As habilidades EM13LGG601, EM13LGG602 e EM13LGG603 são promovidas pela valorização das culturas de origem africana e pela interpretação crítica dos processos históricos que moldaram a capoeira. A EM13CHS502 é incrementada ao se incentivar os estudantes a refletir sobre a origem da capoeira e seu papel histórico na resistência à opressão e marginalização de populações afrodescendentes.

1. Identifique os conhecimentos prévios dos estudantes sobre o gênero textual "artigo científico", preparando-os para a leitura e análise do texto proposto. A expectativa é que os estudantes compartilhem seus conhecimentos prévios em relação à leitura de artigos científicos. Um artigo científico é um texto escrito por pesquisadores para divulgar os resultados de suas investigações. Ele segue uma estrutura padrão, com introdução, metodologia, resultados e conclusão, e é publicado em revistas especializadas. Esse gênero textual é fundamental para compartilhar conhecimentos e avanços científicos com a comunidade acadêmica.

2. O objetivo desta atividade é promover a leitura e a análise do artigo científico "A luta da capoeira: reflexões acerca da sua origem", estimulando a reflexão crítica e o debate sobre o tema. Organize os estudantes em uma roda para ler o texto e discutir as questões propostas. Essa organização já é uma primeira referência à própria roda de capoeira, que será abordada sob diferentes perspectivas ao longo do capítulo.

3. **a)** É importante que os estudantes compreendam que a capoeira, em sua origem, era uma forma de luta e defesa desenvolvida pelos escravizados africanos como forma de resistência à opressão e à violência do sistema escravocrata. A "face da luta" era essencial para a sobrevivência e a preservação da identidade dos africanos escravizados no Brasil.

b) Espera-se que os estudantes reconheçam que a capoeira, embora tenha se transformado ao longo do tempo, ainda mantém seu caráter de resistência na contemporaneidade. Ela continua sendo um importante instrumento de afirmação da identidade afro-brasileira, de luta contra o racismo e a discriminação, e de valorização da cultura popular. Além disso, a capoeira promove a inclusão social, o desenvolvimento pessoal e o bem-estar físico e mental, contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

4. Espera-se que os estudantes tenham compreendido ao longo da sequência didática que a roda de capoeira é uma prática histórica, que abrange diferentes manifestações artísticas como a música e a dança, além de ser uma prática esportiva. Ela também tem aspectos ritualísticos afro-brasileiros e permite a interação entre pessoas de diferentes idades, gêneros, nacionalidades e culturas, valorizando a sabedoria dos mais velhos e combatendo a exclusão social dos negros.

5. O objetivo é possibilitar aos estudantes o reconhecimento dos dois tipos de capoeira mais comuns da atualidade (capoeira angola e capoeira regional).

a) Incentive os estudantes a refletirem sobre os elementos de expressividade e como eles se manifestam de maneira única na capoeira angola. Pergunte aos estudantes como a elegância e a malícia nos movimentos podem ser entendidas como uma forma de resistência cultural e de identidade. Encoraje-os a relacionar essas características com a

importância dos rituais e da tradição na preservação das práticas culturais afro-brasileiras.

b) Encoraje uma discussão sobre como essas semelhanças refletem a essência da capoeira como uma prática cultural e de resistência, apesar das diferenças de estilo e abordagem.

c) Ressalte a importância de Mestre Bimba para a evolução da capoeira no Brasil, destacando sua contribuição para a sistematização e a organização da capoeira regional.

d) Pergunte como a crítica de Mestre Pastinha pode ser entendida no contexto de resistência cultural e de identidade afro-brasileira. Incentive uma discussão sobre a tensão entre inovação e preservação nas práticas culturais e como a capoeira angola e a capoeira regional representam diferentes abordagens e perspectivas sobre a prática.

6. Esse jogo oferece aos estudantes uma aproximação simples à lógica da capoeira por meio de uma dinâmica básica de ataque e esquiva. Explore a gestualidade dos estudantes, propondo que realizem a tarefa seguindo ritmos diferentes da capoeira. Explique que, assim como a capoeira, o jogo é um diálogo físico composto por perguntas e respostas, estimulando a interação e a criatividade.

a) e **b)** Incentive os estudantes a se posicionar, justificando suas impressões e sensações sobre a vivência do jogo, promovendo a autoavaliação e a reflexão sobre a importância do respeito e da cooperação.

O objetivo da vivência da roda de capoeira é proporcionar aos estudantes a experiência de participar dela de modo consciente e intencional, instrumentalizando as aprendizagens das Paradas anteriores e a ética da capoeira: jogar com o outro e não contra o outro. Se houver algum estudante que faça capoeira, convide-o para ajudar, ou, se possível, convide um mestre e/ou contramestre de capoeira para participar da aula. A motricidade implicada na capoeira é complexa, e para o aprofundamento é necessário acompanhamento de um mestre. Por isso, a proposta é que os estudantes experimentem apenas alguns movimentos.

7. O objetivo é aprofundar a compreensão dos estudantes sobre a ginga, movimento fundamental da capoeira, explorando seus aspectos técnicos, simbólicos e culturais.

a) Espera-se que o estudante encontre significados ligados tanto ao movimento corporal – meneio, balanço, rebolado, quanto à capoeira e ao futebol, em que "ginga" significa "movimento com o objetivo de enganar o oponente". É importante enfatizar que a ginga é um movimento básico da capoeira. Comente com os estudantes que a ginga é mais que um movimento: é a expressão da característica principal da capoeira – a sua rítmica.

b) Leve os estudantes a deduzir que a ginga deve, com base nas descrições, ser o movimento mais repetido e mais visível nos deslocamentos do jogador, sendo essencial para a fluidez e a dinâmica da prática.

8. O objetivo desta atividade é incentivar os estudantes a experimentar e explorar o movimento da ginga, desenvolvendo habilidades motoras, coordenação e consciência corporal. Auxilie os estudantes que tiverem dificuldade de executar os movimentos, demonstrando a forma correta e oferecendo suporte individualizado. Incentive-os a aprender cada uma das posições primeiro, para depois encadeá-las na movimentação, garantindo a segurança e a compreensão dos movimentos. Acolha a dificuldade de quem mostrar pouca desenvoltura, aconselhando calma e persistência, e valorizando o esforço e a participação de cada um.

O jogo proposto em **Como fazer** é uma possibilidade de incluir várias lições da capoeira na gestualidade dos estudantes de maneira lúdica e segura, proporcionando a eles uma vivência lúdica e desafiadora que estimule o uso da ginga e a criatividade na esquiva dos "ataques". Reforce as regras do jogo: o defensor não deve tocar o atacante, apenas se esquivar. Incentive os estudantes a encontrarem saídas por meio da ginga, alterando-a conforme a necessidade. Enfatize que não podem parar de gingar. A música é fundamental nesse momento para que os estudantes não percam o ritmo da ginga, criando uma atmosfera própria da capoeira. Busque diversos ritmos de capoeira distintos para que os estudantes experienciem as variações. À medida que os estudantes se familiarizarem com os sons e com o ritmo, o conceito prático da ginga estará sendo incorporado.

9. Nessa atividade, daremos continuidade à vivência da roda de capoeira, com a experimentação de novos movimentos e a aplicação dos conhecimentos adquiridos sobre a ginga e os ritmos da capoeira. Oriente os estudantes a encontrar a melhor maneira de alcançar cada um dos movimentos, considerando suas habilidades e limitações. Para um bom desempenho, é interessante conseguir executá-los a partir da ginga, uma vez que, na prática da capoeira, não se pode parar de gingar. A música é fundamental para que todos mantenham o ritmo.

b) Enfatize a necessidade de encadeamento entre movimentos, da pergunta e da resposta, para que o jogo da capoeira exista. Um movimento não existe sem o outro; quem ataca precisa se defender e vice-versa. A ideia de que não se joga contra o oponente, mas com ele, deve ser enfatizada e reiterada. Isso deve ser um imperativo para inibir eventuais comportamentos agressivos durante os exercícios. Esta atividade permite aos estudantes vivenciar práticas corporais e significá-las como autoconhecimento, cuidado com o corpo e com a saúde, socialização e entretenimento. Não se espera que os estudantes tenham desempenho perfeito na execução dos movimentos, mas que possam experienciar o que significa a capoeira com o próprio corpo. Devido à complexidade e aos riscos envolvidos, o movimento chamado "aú" não será praticado.

10. O objetivo da atividade é proporcionar aos estudantes a oportunidade de experimentar movimentos básicos de ataque e defesa da capoeira regional, compreendendo a lógica da "conversa corporal" e desenvolvendo habilidades motoras e coordenação.

a) Oriente os estudantes a praticar cada movimento isoladamente, seguindo as instruções fornecidas. Incentive-os a explorar a amplitude dos movimentos e a desenvolver fluidez e coordenação.

b) Promova a interação entre os estudantes e a vivência da "conversa corporal" da capoeira, em que os movimentos de ataque e defesa se complementam e criam um diálogo dinâmico. Organize a turma em duplas e oriente-os a praticar os movimentos em conjunto, alternando entre ataque e defesa e buscando sincronizar seus movimentos e criar sequências fluidas.

c) Oriente os estudantes a formar uma roda e a jogar capoeira, utilizando os movimentos que aprenderam. Incentive-os a improvisar, criar sequências e interagir entre si, respeitando os limites e a segurança de cada um. Solicite aos estudantes que registrem a vivência da roda de capoeira por meio de fotografias e filmagens, que serão utilizadas posteriormente no **Desembarque**.

Nos itens de **Como fazer**, espera-se que os estudantes:

a) Compartilhem suas impressões e sensações sobre a experiência de vivenciar os movimentos da capoeira, descrevendo os desafios enfrentados e as dificuldades e facilidades encontradas.

b) Identifiquem os movimentos que consideraram mais complexos de executar, justificando suas escolhas e refletindo sobre as habilidades motoras envolvidas em cada movimento.

c) Identifiquem as dificuldades encontradas no encadeamento ritmado dos movimentos, como a coordenação, o equilíbrio, a fluidez e a sincronia com o ritmo da música.

d) Reflitam sobre sua experiência com a capoeira e a expressar seu interesse (ou não) em se engajar na prática, justificando suas respostas e considerando os benefícios físicos, mentais e socioculturais da capoeira.

3ª Parada – Samba de roda: origens e práticas contemporâneas

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 2, 4 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG203, EM13LGG401, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS502.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP30.

Nesta Parada, os estudantes irão investigar e discutir as origens, características e transformações do samba de roda, compreendendo sua importância como manifestação cultural afro-brasileira e espaço de resistência e afirmação de identidade. A análise de um documentário, a discussão sobre questões de gênero e a vivência prática do samba de roda contribuirão para a construção de uma compreensão mais ampla e crítica sobre essa dança.

As habilidades de Linguagens, Ciências Humanas e Sociais Aplicadas e Língua Portuguesa são mobilizadas em diversos momentos da 3ª Parada. A EM13LGG201 é trabalhada pelo reconhecimento do samba de roda como uma manifestação que integra linguagens, como o canto, a dança e a música, e que tem relevância cultural e histórica. A EM13LGG202 está presente pelo trabalho com as questões de gênero presentes no samba de roda. A EM13LGG203 aborda a busca por legitimação das mulheres como protagonistas do samba de roda. A EM13LGG401 é promovida por meio do trabalho com os modos pelos quais o que se fala e se escreve sobre o samba de roda revela concepções sobre as mulheres negras e as práticas culturais de matrizes africanas. A EM13LGG501 é acionada quando os estudantes aprendem a utilizar seus movimentos corporais de maneira consciente e respeitosa, valorizando o diálogo corporal nas práticas de samba de roda. A EM13LGG502 é mobilizada ao se trabalhar o combate a preconceitos raciais e de gênero. A EM13LGG503 é incrementada ao se levar os estudantes a refletir sobre o papel do samba de roda em seu projeto de vida, especialmente no que diz respeito ao autoconhecimento, à socialização e à valorização da cultura afro-brasileira. A EM13CHS502 é desenvolvida quando os estudantes são convidados a desnaturalizar e problematizar formas de desigualdade e preconceito que permeiam as práticas culturais, refletindo sobre como essa manifestação afro-brasileira foi patrimonializada e como as comunidades negras resistiram ao longo da história para manter viva essa tradição, promovendo os direitos humanos e o respeito às diferenças culturais. A EM13LP30 é promovida pela realização da pesquisa bibliográfica.

Articule a possibilidade de realizar um planejamento com professores de componentes curriculares cujas habilidades são trabalhadas, visando a integração de conteúdos e abordagens e a construção de um currículo mais interdisciplinar.

1. Nesta atividade, abordaremos as origens, características e transformações do samba de roda, incentivando a apreciação e a análise crítica de um documentário sobre o tema e a exploração de conhecimentos sobre as identidades dos praticantes, os gestos e os movimentos do samba de roda.

   a) Incentive os estudantes a refletirem sobre a predominância de pessoas negras nas manifestações culturais do Recôncavo Baiano, relacionando-a com a história da diáspora africana no Brasil. Discuta como essa herança é visível nas expressões culturais como o samba de roda e a importância de reconhecer essa representatividade.

   b) Oriente os estudantes a observarem as vestimentas tradicionais e os instrumentos musicais como elementos que conectam o presente com o passado, preservando tradições afro-brasileiras. Explique que a indumentária e os instrumentos não são apenas decorativos, mas carregam significados históricos e culturais. Se considerar pertinente, promova a leitura de trechos do *Dossiê Samba de Roda* produzido pelo Iphan.

2. O objetivo desta atividade é promover uma vivência prática do samba de roda, experimentando o passo "miudinho" e explorando movimentos e deslocamentos corporais. Incentive os estudantes a ouvir a canção "Marinheiro Só", prestando atenção ao ritmo e à melodia. Oriente-os a explorar o passo "miudinho" individualmente, deslocando-se para a frente, para trás e para os lados. Ao final da experimentação, promova um momento de compartilhamento, em que os estudantes troquem impressões sobre os gestos, os movimentos e os sentimentos gerados pela atividade.

Com a proposta de **Como fazer**, busca-se proporcionar aos estudantes a vivência prática do samba de roda, experimentando seus movimentos, ritmos e gestos, em um ambiente inclusivo e respeitoso.

Durante a experimentação, explique a importância da roda de samba como símbolo de igualdade e integração entre os participantes, procurando criar um clima de respeito e acolhimento para a participação de todos. Instrua os estudantes a prestarem atenção aos movimentos dos pés, dos quadris e dos ombros dos dançarinos, observando a dinâmica e a expressividade da dança.

Garanta que todos tenham a oportunidade de dançar no centro da roda e convidar outros participantes com a umbigada, fazendo respeitosamente o gesto da maneira correta. Após a experimentação, solicite uma troca de impressões sobre os gestos e movimentos criados pelo grupo, incentivando a reflexão sobre a experiência vivenciada e a percepção do corpo e do movimento.

3. Nesta atividade, os estudantes analisarão um texto acadêmico sobre o samba de roda, compreendendo as transformações que essa prática cultural sofreu ao longo do tempo, desde suas origens até as práticas contemporâneas.

Prática de pesquisa revisão bibliográfica (estado da arte)

4. O objetivo desta prática é desenvolver a habilidade de realizar pesquisa bibliográfica, selecionando e analisando fontes de informação relevantes sobre o samba de roda, e produzir um texto que sintetize os conhecimentos adquiridos.
Se você ou outro professor da escola já trabalhou com a turma a revisão bibliográfica (estado da arte), resgate o que os estudantes já aprenderam sobre essa prática de pesquisa e peça que compartilhem suas expectativas em relação à proposta e indique o que podem avançar nessa nova experiência. Monitore a escolha das fontes e dos textos para a análise de cada grupo, orientando na busca por materiais confiáveis e relevantes para o tema. Apoie os estudantes no processo de tratamento das informações verbais, auxiliando-os na organização, análise e síntese dos dados coletados. Converse com eles sobre o uso de inteligência artificial em processos de análise e produção de textos, reforçando o comportamento ético e responsável no uso dessas ferramentas. Caso já tenha trabalhado com a turma os operadores *booleanos*, retome o uso deles favorecendo o protagonismo e a autonomia dos estudantes na realização da pesquisa. Favoreça o processo avaliativo com os estudantes, apoiando-os na retomada e no compartilhamento dos registros e reflexões anteriores com esse momento, promovendo a autoavaliação e a metacognição.

4ª Parada – Combatendo preconceitos e estereótipos das práticas de capoeira e samba de roda

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 3, 4, 6 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 2, 3, 4 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG203, EM13LGG302, EM13LGG305, EM13LGG402, EM13LGG502.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais: EM13CHS103.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP27.

Nesta Parada, os estudantes vão refletir sobre os preconceitos e estereótipos associados à capoeira e ao samba de roda, compreendendo como essas práticas corporais foram historicamente

marginalizadas e como a luta contra a discriminação e as iniciativas a favor da valorização da cultura afro-brasileira contribuem para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

As habilidades de Linguagens, Ciências Humanas e Sociais e Língua Portuguesa são mobilizadas em diversos momentos da 4ª Parada. A EM13LGG201 é explorada pelo reconhecimento do samba de roda e da capoeira na identidade afro-brasileira e no uso das linguagens para combater preconceitos. A EM13LGG202 é ativada pela análise das relações de poder e dos preconceitos raciais e religiosos associados ao samba de roda e à capoeira. A EM13LGG203 aparece no trabalho com a defesa da legitimidade nas práticas culturais afro-brasileiras. A EM13LGG302 aborda a compreensão das práticas corporais como forma de combater preconceitos. Os estudantes são estimulados a refletir sobre como o reconhecimento dessas manifestações pode contribuir para a transformação social. A EM13LGG305 é promovida ao se convidar os estudantes a mapear e criar possibilidades de atuação social por meio do samba de roda e da capoeira, refletindo sobre como essas práticas podem ser usadas para enfrentar desafios contemporâneos, como os do racismo e da intolerância religiosa. A EM13LGG402 é trabalhada ao se levar os estudantes a adaptar seu uso da língua e das linguagens artísticas e corporais aos contextos socioculturais dessas práticas. Eles reconhecem e respeitam a diversidade linguística e cultural, combatendo estereótipos e preconceitos, como prevê a EM13LGG502. A habilidade EM13CHS103 é acessada quando se incentiva os estudantes a utilizar dados históricos e culturais para propor ações que promovam a igualdade e o respeito aos direitos humanos. A EM13LP27 é tratada por meio do trabalho com o uso da língua portuguesa para denunciar e combater preconceitos na produção de cartazes e camisetas.

Promova a participação dos professores de Arte e Língua Portuguesa e de um representante da área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas para realizarem um planejamento integrado, visando a construção de um trabalho interdisciplinar que explore as relações entre as práticas corporais, a linguagem e as questões sociais. Espera-se que os estudantes reflitam sobre a história da participação feminina nos esportes e lutas, analisando as restrições e proibições impostas às mulheres em diferentes momentos históricos e discutindo os avanços e desafios na luta pela igualdade de gênero no esporte.

Apresente aos estudantes o contexto histórico das proibições à participação feminina nos esportes, mencionando o Decreto-Lei nº 3.199, de 1941, e a portaria de 1965, que restringiam a prática de diversas modalidades esportivas pelas mulheres.

> A prática dos esportes e das lutas chegou a ser proibida às mulheres brasileiras em dois momentos históricos: em 1941, durante o governo de Getúlio Vargas, com a edição no artigo 54 do Decreto-Lei n. 3 199, e em 1965, durante a ditadura militar, quando o então presidente do Conselho Nacional de Desportos deliberou em portaria que não era permitido à mulher a prática de lutas de qualquer natureza, de todas as modalidades do futebol, do polo, do polo aquático, do *rugby*, do beisebol e do halterofilismo.

BRASIL. Decreto-lei nº 3.199, de 14 de abril de 1941. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/1937-1946/del3199.htm#:~:text=DECRETO%2DLEI%20N%C2%BA%203.199%2C%20DE,desportos%20em%20todo%20o%20pa%C3%ADs. Acesso em: 18 out. 2024.

Sugestão de ampliação

Caso o trecho desperte a curiosidade dos estudantes, mostre outro segmento do Decreto-Lei n. 3 199: "Art. 54. Às mulheres não se permitirá a prática de desportos incompatíveis com as condições de sua natureza, devendo, para este efeito, o Conselho Nacional de Desportos baixar as necessárias instruções às entidades desportivas do país". Disponível em: https://www2.camara.leg.br/legin/fed/declei/1940-1949/decreto-lei-3199-14-abril-1941-413238-publicacaooriginal-1-pe.html. Acesso em: 12 jul. 2024.

Informe os estudantes que a lista de esportes e lutas proibidas para mulheres deixou de valer apenas em 1971, mas foi apenas na Constituição de 1988 que o esporte foi reconhecido como direito social, devendo o Estado garantir e estimular a prática esportiva para todos. Pergunte aos estudantes como eles percebem a evolução da participação feminina nessas práticas e quais desafios ainda persistem. Incentive a reflexão crítica sobre as formas de preconceito e discriminação que as mulheres enfrentam nesses contextos. Promova uma discussão sobre como essas restrições legais refletiam e reforçavam preconceitos de gênero e como as mudanças na legislação contribuíram para a inclusão das mulheres nos esportes.

3. Espera-se que os estudantes citem ações para combater a intolerância religiosa crescente no Brasil, como conscientização da população, educação sobre diversidade religiosa, diálogo inter-religioso, denúncia de casos de intolerância, criação e aplicação de leis que garantam a liberdade religiosa e o reconhecimento e a valorização da cultura afro-brasileira e indígena. Promova uma discussão com os estudantes sobre a importância do combate à intolerância religiosa e como cada um pode contribuir para a construção de uma sociedade mais justa e respeitosa com a diversidade religiosa.

5. Nesta atividade, espera-se que os estudantes reflitam sobre as histórias de vida das sambadeiras, compreendendo como suas experiências pessoais se relacionam com a história coletiva das afrodescendentes no Brasil e com as questões de gênero, classe social e cor da pele. Incentive os estudantes a refletirem sobre a conexão entre as experiências pessoais dessas mulheres e a história coletiva das afrodescendentes no Brasil. Discuta como a desigualdade social e econômica impacta a vida das mulheres negras e como a cultura pode ser um meio de resistência e valorização de suas identidades.

6. Oriente os estudantes a considerar o impacto do reconhecimento cultural na luta contra o racismo e o sexismo e como a visibilidade das sambadeiras pode contribuir para a transformação social. Discuta como a visibilidade delas pode influenciar a sociedade a repensar os papéis tradicionais de gênero e raça, fortalecendo a identidade e o respeito pelas mulheres negras.

7. Encoraje os estudantes a pensar criticamente sobre a criação de políticas públicas que possam realmente fazer a diferença na vida das sambadeiras. Discuta a importância de iniciativas governamentais que não apenas preservem a cultura, mas também promovam a justiça social, valorizando as contribuições das mulheres negras na sociedade. Se possível, proponha uma atividade em grupo onde os estudantes discutam as histórias de vida das sambadeiras e como essas histórias refletem as questões de gênero, classe social e cor da pele. Peça que elaborem perguntas para uma possível entrevista com uma sambadeira ou com outra figura feminina da comunidade engajada em práticas da Cultura Corporal de Movimento.

8. Incentive a criatividade e a expressão artística dos estudantes na produção de cartazes, folhetos e camisetas para o evento cultural, utilizando frases de efeito e imagens que promovam a valorização da cultura afro-brasileira e o combate ao preconceito. Apoie os estudantes na apreciação de exemplos de cartazes, folhetos e camisetas, destacando os elementos visuais e textuais que os compõem e como eles se articulam para transmitir a mensagem desejada. Você pode pedir a eles que pesquisem exemplos presentes em campanhas que estão circulando na comunidade e que tragam camisetas de casa com exemplos de frases, imagens e diagramação com as quais gostariam de trabalhar. Reforce a importância de referenciar as imagens escolhidas e respeitar o direito autoral do que foi pesquisado. Você pode mediar essa proposta com os estudantes realizando produções individuais ou em grupo. Procure apoiá-los na escolha dos recursos e materiais para a confecção dos materiais, incentivando a criatividade e a expressão pessoal.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 4 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 3, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG503.

Nesta seção, os estudantes colocarão em prática o que aprenderam sobre a capoeira e o samba de roda, organizando e realizando um evento cultural para a comunidade escolar. Essa atividade promove o protagonismo estudantil, o trabalho em equipe, a criatividade e a interação social, além de contribuir para a valorização da cultura afro-brasileira e o combate ao preconceito.

As habilidades de Linguagens são mobilizadas em diversos momentos do **Desembarque**. Ao planejar e organizar o evento, os estudantes participam ativamente de processos de produção colaborativa, utilizando as diferentes linguagens artísticas e corporais para transmitir mensagens e valores importantes sobre a capoeira, o samba de roda e o combate ao preconceito, mobilizando a habilidade EM13LGG301. Durante o evento, os estudantes têm a oportunidade de formular propostas e intervir ativamente na comunidade, tomando decisões que priorizem o bem comum e a promoção dos direitos humanos, desenvolvendo a habilidade EM13LGG304. A apresentação do samba de roda e da capoeira promove as habilidades EM13LGG501 e EM13LGG503.

Evento cultural para a comunidade

É importante garantir que os estudantes compreendam a proposta da atividade e seus objetivos, motivando-os a participar ativamente do planejamento e da realização do evento cultural. Realize a leitura da atividade com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam a proposta e tirando dúvidas que possam surgir. Explique a importância do evento como forma de compartilhar aprendizagens, valorizar a cultura afro-brasileira e promover a interação entre a escola e a comunidade.

Planejando o evento

Comente com os estudantes que eles podem optar por projetar os documentários apreciados no capítulo, como forma de compartilhar informações e promover a discussão sobre a capoeira e o samba de roda. Incentive-os a selecionar trechos relevantes dos documentários e a preparar uma apresentação para contextualizar e introduzir os vídeos para o público.

Se julgar conveniente, elabore com os estudantes um pequeno texto que possa ser lido, alternadamente, pelos dois mestres de cerimônia. Sugira que o tom do texto seja mais descontraído, com mensagens de boas-vindas aos convidados, agradecimentos pela presença e explicações sobre o evento.

Abrindo o evento

Faça uma checagem geral para conferir se ainda é necessário fazer algum ajuste ou se já está tudo pronto. Verifique se o espaço está organizado, os materiais disponibilizados, a *playlist* de músicas preparada e os estudantes com suas funções definidas.

Avaliando o evento

Promova um momento de avaliação do evento com os estudantes, em que possam compartilhar suas impressões e sugestões. Estimule a autoavaliação e a reflexão sobre o processo de aprendizagem e organização do evento, reforçando a importância do trabalho em equipe, da colaboração e do respeito mútuo para o sucesso do evento.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Sugere-se que a seção seja realizada em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a participação do professor.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, o objetivo é que os estudantes retomem conteúdos estudados no capítulo, respondendo a questões que abordam os principais temas trabalhados, a fim de verificar a aprendizagem.

1. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. A capoeira tem suas raízes na resistência cultural dos escravizados africanos no Brasil, especialmente no estado da Bahia. O samba de roda é uma manifestação cultural do Recôncavo Baiano, com influências africanas e portuguesa.
2. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Ambas as práticas são formas de resistência e preservação da cultura afro-brasileira. A capoeira simboliza a luta contra a opressão, enquanto o samba de roda celebra a alegria e a união da comunidade negra, fortalecendo a identidade afro-brasileira.
3. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A roda de capoeira é um espaço circular onde os praticantes jogam capoeira ao som do berimbau e outros instrumentos musicais. Inclui movimentos de ataque e defesa, música e canto, e possui um forte componente ritualístico.
4. Esse assunto foi abordado na 1ª e na 2ª Paradas. O samba de roda é principalmente uma dança acompanhada de canto e percussão, com movimentos como a umbigada. A capoeira, por sua vez, é uma combinação de luta, dança e jogo, com movimentos de ataque e defesa.
5. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. As mulheres têm um papel importante e crescente tanto na capoeira quanto no samba de roda. Historicamente, elas foram menos visíveis, mas hoje têm buscado posições de destaque como mestras, praticantes e preservadoras dessas tradições.
6. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Esse reconhecimento pela Unesco ajuda a preservar e valorizar essas práticas culturais, garantindo sua transmissão para futuras gerações e promovendo o respeito pela diversidade cultural.
7. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. O samba de roda apresenta influências africanas na sua musicalidade e movimentos, bem como influências portuguesas, especialmente nas celebrações ligadas ao calendário cristão.
8. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A capoeira angola é mais tradicional, enfatizando os aspectos culturais e rituais, com movimentos mais lentos e rasteiros. A capoeira regional, desenvolvida por Mestre Bimba, é mais sistematizada, com movimentos rápidos e acrobáticos, e voltada para o aspecto marcial.
9. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A música e os instrumentos musicais, especialmente o berimbau, ditam o ritmo e o estilo do jogo de capoeira, influenciando a intensidade e os tipos de movimento realizados pelos praticantes.
10. Esse assunto foi abordado na 4ª Parada. Ambas as práticas são formas de resistência cultural que enfrentaram e ainda enfrentam preconceito racial e religioso. Elas simbolizam a luta pela preservação da cultura afro-brasileira e pela igualdade de direitos.

Selfies da viagem: autoavaliação

Nesta subseção, o objetivo é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo.

7 PRÁTICAS CORPORAIS: NAÇÕES E CULTURAS

INTRODUÇÃO

Este capítulo tem como objetivo ampliar a compreensão dos estudantes sobre a diversidade e a riqueza das práticas corporais em diferentes culturas e países. Serão abordados jogos indígenas, judô, beisebol, softbol e *badminton*, com foco em seus aspectos históricos, sociais, culturais e econômicos, e na influência da mídia na globalização dos esportes.

A Educação para a valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras é priorizada na 1ª Parada com o estudo dos significados das práticas corporais indígenas. Na 2ª Parada, esse TCT se organiza em torno da influência japonesa na cultura brasileira. A diversidade cultural é apresentada com modalidades esportivas presentes em uma diversidade de culturas, como as indígenas brasileiras, o judô no Japão, o beisebol nos EUA e o *badminton* em países asiáticos. Na 2ª Parada, a temática dos direitos humanos e dos direitos das crianças e dos adolescentes é tratada na discussão sobre os casos de abusos no treinamento de judocas no Japão e na ação internacional de combate a essas práticas.

O campo jornalístico-midiático é trabalhado ao longo de todo o capítulo, em que o campo midiático aparece com destaque. Na 3ª Parada, ao tratar do beisebol, a influência da mídia esportiva, especialmente nos EUA, é abordada. A produção de *podcasts* esportivos é sugerida como uma atividade prática, permitindo que os estudantes reflitam sobre o papel da mídia na popularização global dos esportes. Além disso, discute-se como as transmissões esportivas e as estratégias publicitárias moldam o consumo cultural de esportes em diferentes países.

O campo da atuação na vida pública é estimulado na proposta de uma atividade em que os estudantes analisam os recursos disponíveis na escola e reivindicam a aquisição de materiais para as aulas de Educação Física de maneira propositiva. Na 2ª Parada, que aborda o judô, os estudantes são levados a refletir sobre o papel de normas e regulações internacionais, como as práticas esportivas olímpicas, que ajudam a promover a cultura de paz e os direitos humanos. Na 4ª Parada, o campo da vida pública volta a aparecer ao abordar a questão do *doping* nos esportes e na maneira como políticas públicas regulam e fiscalizam a integridade das competições esportivas, além da reflexão sobre a influência da necropolítica nas práticas corporais na escola.

O campo das práticas de estudo e pesquisa se manifesta de forma transversal, mas especialmente nas 2ª e 4ª Paradas, em que os estudantes são incentivados a realizar pesquisas sobre o judô, o beisebol e o *badminton*, explorando aspectos históricos, culturais e científicos dessas modalidades. A prática de pesquisa, estudos de recepção e a busca por fontes confiáveis são estimuladas nas atividades que envolvem a elaboração de roteiros para *podcasts* e discussões críticas sobre os impactos sociais e econômicos das práticas corporais.

Os objetos de conhecimento deste capítulo incluem os jogos indígenas e a luta *huka-huka*, o esporte de combate judô, o esporte de campo e taco beisebol e o esporte de rede *badminton*. A partir dessas práticas, os estudantes desenvolvem experimentações, compreendem diferentes significados e sentidos das manifestações culturais em diferentes países e refletem sobre os aspectos históricos, sociais e econômicos dessas práticas corporais, refletindo sobre o papel da mídia na globalização dos esportes.

A CG1 é trabalhada pelo conhecimento sobre as práticas corporais dos povos indígenas, judô, beisebol e *badminton*. A CG2 é acionada ao se analisar criticamente os significados das práticas corporais indígenas, os aspectos sociais no judô e as questões econômicas do beisebol e do *badminton*. A CG3 é estimulada ao se conhecer e vivenciar as manifestações da Cultura Corporal de Movimento populares em diferentes países e povos. As CG4 e CG5 se manifestam no protagonismo e na autoria de produção coletiva e divulgação dos *podcasts* no **Desembarque**. A CG7 é desenvolvida, ao longo do capítulo, nos debates e nas manifestações relacionadas a questões socioeconômicas. A CG8 é instigada ao se refletir e expressar as percepções dos estudantes nas vivências da luta *huka-huka*, judô, beisebol e *badminton*. A CG9 é incrementada ao se refletir sobre a importância do autocontrole, do respeito ao adversário e da observância às regras para garantir a segurança de todos nas vivências. Por fim, A CG10 é fortalecida quando a turma se engaja na busca de soluções de problemas que envolvam a coletividade, como a falta de recursos para a prática corporal na comunidade escolar, e produz um texto reivindicatório para a gestão escolar.

Em relação às competências específicas de Linguagens, a CE1 é trabalhada pela análise e produção de discursos sobre aspectos econômicos, políticos, culturais e sociais presentes nas práticas corporais dos povos indígenas, judô, beisebol e *badminton*. A CE2 é ativada quando os estudantes são convidados a refletir sobre os interesses presentes na divulgação esportiva pela mídia. A CE3 se manifesta ao se incentivar os estudantes a protagonizar discussões sobre a cultura de paz, da justiça social e dos direitos humanos relacionados à prática do judô. A CE5 está no cerne do capítulo ao se promover a apreciação, vivência e reflexão sobre as práticas corporais praticadas pelos povos indígenas e sobre as que são populares em outras nações, como Japão, Estados Unidos, China, Coreia do Sul e Tailândia. A CE6 é desenvolvida ao apropriar-se das práticas corporais de diferentes tempos e lugares, compreendendo sua diversidade. A CE7 é mobilizada ao se explorar tecnologias digitais de informação e comunicação para utilizá-los na produção coletiva do *podcast*.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2 e 3.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 5 e 6.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG202, EM13LGG502, EM13LGG601.

Habilidade de Matemática: EM13MAT104.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS101.

Esta seção introduz o tema do capítulo, despertando a curiosidade dos estudantes sobre as práticas corporais em diferentes culturas e tempos. A análise de imagens e gráficos, e a discussão sobre questões como globalização, popularidade e significados culturais das práticas corporais preparam os estudantes para a exploração da diversidade cultural que será abordada ao longo do capítulo.

As habilidades de Linguagens, Matemática e Ciências Humanas são mobilizadas em diversos momentos do **Embarque**. As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG202 são desenvolvidas por meio da análise das imagens de diferentes práticas corporais em relação às questões sociais e econômicas, como a globalização. As habilidades EM13LGG502 e EM13LGG601 são incrementadas ao se analisar e apropriar-se das práticas corporais de diferentes tempos e lugares, compreendendo sua diversidade. De forma interdisciplinar, a habilidade EM13MAT104 é estimulada quando os estudantes analisam o gráfico dos esportes mais populares do mundo, e a habilidade EM13CHS101, ao se analisar as narrativas expressas nas fotografias, para que os estudantes compreendam os processos históricos, políticos, sociais e culturais de diferentes práticas corporais.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com os professores das áreas de Matemática e de Ciências Humanas.

Foco na imagem

Estimule os estudantes a perceber as características físicas e sociais das pessoas nas imagens. Verifique as hipóteses sobre as diferentes motivações das práticas corporais apresentadas e também o que a turma já conhece sobre essas manifestações da Cultura Corporal de Movimento, relacionado à origem histórica, dimensões sociais, políticas, econômicas e culturais de cada uma delas.

Foco no diálogo

Incentive os estudantes a socializar suas hipóteses sobre os motivos da popularidade de cada modalidade esportiva nas diferentes décadas/séculos. Verifique como associam a disseminação dessas práticas esportivas ao processo de globalização. Informe-os de que vão aprofundar os conhecimentos sobre essas questões durante o estudo do capítulo.

NA ESTRADA

Nesta Parada, os estudantes vão conhecer os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas, um evento internacional que celebra as culturas e as práticas corporais dos povos indígenas de diversas partes do mundo. A análise desse evento permitirá que os estudantes compreendam a importância da preservação e da valorização das culturas indígenas, e reflitam sobre questões como diversidade cultural, identidade e direitos humanos.

1ª Parada – A resistência das práticas corporais indígenas

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 7, 8 e 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG601.

Habilidades de Língua Portuguesa: EM13LP01, EM13LP02, EM13LP20.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS101.

As habilidades de Linguagens, Língua Portuguesa e Ciências Humanas são mobilizadas em diversos momentos da 1ª Parada. As habilidades EM13LGG102, EM13LGG202, EM13LGG302 e EM13LGG303 são mobilizadas quando é apresentada a cosmovisão indígena como alternativa de interação entre os seres vivos e a natureza. Os estudantes são estimulados a analisar essa diferente perspectiva de mundo, valorizando a cultura indígena e posicionando-se criticamente sobre o significado das práticas corporais indígenas e sua ressignificação na escola. As habilidades EM13LGG303 e EM13LGG502 são estimuladas quando a turma conhece os jogos indígenas e vivencia a luta *huka-huka* de forma ressignificada, além de analisar criticamente os estereótipos dessas práticas corporais. A habilidade EM13LGG601 é acionada ao se analisar e apropriar-se das práticas corporais indígenas, compreendendo sua diversidade.

De forma interdisciplinar, ativa-se a habilidade EM13CHS101 ao compreender-se e analisar diferentes narrativas sobre as práticas corporais, como a dos povos indígenas, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de processos históricos, sociais, ambientais e culturais.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Língua Portuguesa e Ciências Humanas.

1. a) Sobre a trajetória do Brasil nas competições indígenas, vale comentar sobre as edições nacionais iniciadas em 1996 e que seguiram até 2013, antes da realização da primeira edição mundial. Explique que os Jogos dos Povos Indígenas foram criados com o objetivo de fortalecer e promover as culturas indígenas, e que o Brasil tem sido um dos países protagonistas nesse movimento.

Seria importante ler parte da *Declaração das Nações Unidas sobre os Direitos dos Povos Indígenas*, principalmente o artigo 31º, que trata dos direitos ao desenvolvimento e à proteção de todo tipo de manifestação cultural e científica dos povos indígenas. Essa leitura pode enriquecer a discussão sobre os direitos dos povos indígenas e a importância da preservação de suas culturas.

b) Ao reunir povos indígenas de diversas regiões do planeta, os Jogos Mundiais dos Povos Indígenas criam uma oportunidade para a troca cultural, permitindo que diferentes tradições e práticas esportivas sejam compartilhadas e respeitadas. Essa interação enriquece a experiência de todos os participantes e do público, promovendo maior entendimento sobre a importância da preservação da identidade cultural indígena. A visibilidade proporcionada pelos Jogos atrai a atenção de mídias locais e internacionais, elevando a conscientização sobre as questões enfrentadas pelas comunidades indígenas. Isso pode resultar em maior apoio e reconhecimento por parte da sociedade em geral e de instituições governamentais.

Com base nos exemplos das modalidades que fazem parte dos Jogos Mundiais Indígenas, sugira que os estudantes escolham alguns deles para praticar na escola, sob sua orientação. Caso seja necessário, auxilie os estudantes na decisão, considerando as condições e a infraestrutura do ambiente escolar para a execução efetiva e em segurança dos jogos selecionados.

Atividade complementar

Para complementar a vivência com os jogos indígenas, explore a versão indígena do futebol, conhecida como "futebol de cabeça". Comente com os estudantes que, além de praticarem a versão ocidental do futebol, os povos indígenas têm suas próprias versões dessa modalidade.

Se julgar conveniente, acesse com os estudantes o texto sobre o "futebol de cabeça" (ROQUE, Lucas; TERENA, Marcos; CALFIN, Juan Antonio; TERENA, Taily. *Jogos mundiais dos povos indígenas*: Brasil, 2015. O importante é celebrar! Brasília: PNUD, 2017. p. 40. Disponível em: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000249170. Acesso em: 16 out. 2024), peça que analisem as fotos e promova uma discussão com perguntas como:

- "Seria fácil, para uma pessoa que tenha habilidade com a versão ocidental do futebol, realizar a prática na versão indígena?"
- "E o contrário, também ocorreria?"
- "Quais são as principais diferenças entre as duas modalidades?"
- "Que habilidades e qualidades físicas são necessárias para cada versão do jogo?"
- "Como cada versão do futebol reflete a cultura e os valores dos povos que a praticam?"

4. O objetivo desta atividade é proporcionar aos estudantes a vivência da luta *huka-huka*, uma prática corporal indígena que envolve força, equilíbrio e estratégia. Essa atividade permite que os estudantes experimentem uma forma de luta diferente, desenvolvam habilidades motoras e socioemocionais pertinentes a ela e reflitam sobre os valores e significados associados à cultura corporal indígena.

Oriente os estudantes sobre a importância do autocontrole, do respeito ao adversário e da observância às regras para garantir a segurança de todos. Procure um espaço com piso adequado, como um tatame ou um gramado, para evitar o risco de lesões. Faça um breve aquecimento antes de iniciar a atividade, preparando os estudantes para o esforço físico.

Garanta que a proposta seja realizada com segurança, verificando se os competidores têm roupas confortáveis e se o espaço está livre de obstáculos. Antes de dar início à vivência, explique as regras detalhadamente e reforce os cuidados que devem ter com os colegas, garantindo que todos compreendam e respeitem as normas de segurança.

5. O objetivo da atividade é incentivar os estudantes a refletir sobre a experiência vivenciada na prática do *huka-huka*, compartilhando suas emoções, sensações e aprendizagens. Encoraje-os a falar sobre como se sentiram em relação à experiência com a prática do *huka-huka*, estimulando a expressão de sentimentos e percepções. Oriente-os a respeitar os turnos de fala e, caso tenha havido conflitos durante a atividade, procure enfatizar as soluções às quais a turma chegou, promovendo a resolução pacífica deles. Essa proposta oferece a oportunidade de que os estudantes reflitam sobre si mesmos e suas relações com os outros, e exercitem a empatia, o diálogo e a resolução de conflitos. As práticas corporais podem ser utilizadas para a promoção do respeito ao outro e para o acolhimento e a valorização da diversidade de indivíduos, promovendo, ainda, o autoconhecimento e a tomada de decisões

a respeito de aspectos da vida. Muitos estudantes podem descobrir com essa prática que têm habilidade para um esporte que, provavelmente, não fazia parte do repertório deles.

a) Estimule a turma a descrever as emoções e sensações experimentadas durante a atividade e, promova uma reflexão sobre o autocontrole necessário na luta, diante dos desafios e dos limites do corpo durante a vivência. É importante identificar as dificuldades enfrentadas e as estratégias adotadas para superá-las, aproximando a vivência dos rituais de superação presentes na prática indígena.

c) Ajude os estudantes a perceberem emoções como desconforto, raiva, frustração, etc., e a expressá-las de forma saudável e respeitosa. Incentive-os a buscar formas de lidar com esses sentimentos por meio do diálogo, da negociação e da cooperação.

2ª Parada – Judô no Brasil

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 3 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP53.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS101.

Nesta Parada, os estudantes vão conhecer o judô, um esporte de combate de origem japonesa que se popularizou no Brasil e no mundo. A análise do contexto histórico e cultural do judô, a discussão sobre seus princípios e valores, e a vivência prática de técnicas básicas permitirão que os estudantes compreendam a riqueza e a complexidade dessa prática corporal, além de refletir sobre questões como interculturalidade, inclusão e ética.

As habilidades de Linguagens, Língua Portuguesa e Ciências Humanas são mobilizadas em diversos momentos da 2ª Parada. A habilidade EM13LGG303 é explorada quando os estudantes debatem sobre questões relacionadas aos direitos garantidos pela Constituição Federal e aos preconceitos envolvidos na prática do judô. As habilidades EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 são estimuladas quando a turma conhece os princípios do judô, analisam criticamente os estereótipos dessa manifestação da Cultura Corporal de Movimento e a vivenciam, estabelecendo relações construtivas, éticas e de respeito às diferenças. A habilidade EM13LGG601 é trabalhada ao apropriar-se do contexto histórico do judô em diferentes tempos e lugares.

De forma interdisciplinar, ativa-se a habilidade EM13LP53 na medida em que os estudantes produzem o estudo de recepção sobre as artes marciais em produções culturais, como filmes, desenhos animados e séries. A habilidade EM13CHS101 é mobilizada ao se identificar e analisar as narrativas sobre o judô, com vistas à compreensão de ideias filosóficas e de eventos históricos, geográficos, sociais e culturais dessa manifestação da Cultura Corporal de Movimento.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Língua Portuguesa e Ciências Humanas.

1. Incentive os estudantes a conectarem o judô às tradições culturais japonesas, explorando aspectos como filosofia, valores, rituais e indumentária. Avalie o conhecimento da turma sobre a presença da cultura japonesa no Brasil em relação à gastronomia e a outros produtos culturais, como os mangás e os desenhos animados. Estimule-os trazer conhecimentos adquiridos no Ensino Fundamental e no trabalho com outros componentes curriculares do Ensino Médio, como História e Geografia, para explorar o contexto histórico e cultural do Japão. Pergunte se eles têm conhecimento de outras práticas culturais japonesas e como elas foram adaptadas no Brasil. Relacione esses conhecimentos com a imigração japonesa e aborde o impacto dessas práticas no contexto brasileiro.

Essa dissertação de mestrado apresenta dados sobre o contexto histórico-cultural do judô no Japão e sua chegada ao Brasil, além descrever como o judô brasileiro se organizou institucionalmente no Brasil.

2. Incentive os estudantes a relatarem experiências com judô, sejam elas práticas ou de contato com a modalidade por meio da mídia ou de outras formas. Estimule-os a identificar a presença do judô ou de outras artes marciais nas vivências locais, como em academias, escolas e projetos sociais. Explore os motivos que levam as pessoas a praticar judô, abordando questões como busca por disciplina, autocontrole, defesa pessoal, condicionamento físico, competição e socialização.

3. Promova uma discussão sobre os conceitos de luta, arte marcial e esporte de combate, diferenciando essas práticas e explorando suas características e objetivos. Você pode retomar a leitura dos conceitos apresentados no documento da BNCC, citados no texto original:

- **Lutas:** "[...] disputas corporais, nas quais os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um determinado espaço, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo do adversário. Dessa forma, além das lutas presentes no contexto comunitário e regional, podem ser tratadas lutas brasileiras (capoeira, huka-huka, luta marajoara etc.), bem como lutas de diversos países do mundo (judô, aikido, jiu-jítsu, muay thai, boxe, chinese boxing, esgrima, kendo etc.)." (BRASIL, 2018, p. 218).
- **Esportes de combate:** "[...] reúne modalidades caracterizadas como disputas nas quais o oponente deve ser subjugado, com técnicas, táticas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, por meio de combinações de ações de ataque e defesa (judô, boxe, esgrima, tae kwon do etc.)." (BRASIL, 2018, p. 217).

Sugestão de ampliação

Consulte o artigo indicado para aprofundar a discussão sobre os conceitos acima referidos e sua articulação na BNCC:

- JÚNIOR, Ivo Lopes; CAPRARO, André Mendes. *Dialogando com os conceitos lutas, artes marciais, esportes de combate (e demais variações) na perspectiva da BNCC*. Revista Didática Sistêmica, v. 25, n. 1, p. 99-111, 2023. Disponível em: https://furg.emnuvens.com.br/redsis/article/view/14855. Acesso em: 13 set. 2024.

5. Destaque o papel das práticas corporais como elementos de identidade de culturas e nações que buscam preservar seus valores e tradições. Explore exemplos de práticas corporais que representam a identidade cultural de diferentes povos, como a capoeira no Brasil, o judô no Japão, o *tae kwon do* na Coreia do Sul, etc. Caso queira ampliar a discussão, levante com a turma outras práticas corporais e elementos culturais presentes em suas comunidades que têm influência de culturas orientais, como ioga, meditação, acupuntura acupuntura, etc.

6. Estimule os estudantes a retomarem conhecimentos sobre a imigração japonesa trabalhados por professores de História, contextualizando a chegada do judô no Brasil e sua relação com a cultura e a história dos imigrantes japoneses. Se possível, convide o colega de História para complementar o trabalho.

Sugestão de ampliação

Para aprofundar no assunto, acesse o *site* do Arquivo Nacional sobre a imigração japonesa:

- BRASIL. *Documentos do Arquivo Nacional ajudam a contar a história da imigração japonesa*. Disponível em: https://www.gov.br/arquivonacional/pt-br/canais_atendimento/imprensa/copy_of_noticias/copy_of_documentos-do-arquivo-nacional-ajudam-a-contar-a-historia-da-imigracao-japonesa. Acesso em: 14 set. 2024.

8. O conceito de *kuzushi* oferece uma oportunidade de discutir com os estudantes a filosofia por trás do judô, que valoriza o respeito ao adversário e a não violência, que serão aprofundados ao longo desta Parada. Use exemplos de como esses valores podem ser aplicados fora do *dojo*, em situações do cotidiano que exigem autocontrole e respeito às diferenças. Explique que o judô busca formar não apenas atletas, mas também cidadãos éticos e responsáveis, capazes de aplicar os princípios da modalidade em suas vidas.
9. Ao mediar essa questão, reforce a importância de destacar a evolução do judô como uma prática mais inclusiva, que busca superar as barreiras históricas de gênero, raça e classe social. Incentive os estudantes a pensarem em como a integração de diferentes grupos se deu em outros exemplos de práticas corporais, como a capoeira, o futebol e a dança, e os desafios que ainda persistem na busca por uma cultura corporal mais democrática e acessível a todos.
10. A prática do *ukemi* é essencial para garantir a segurança dos praticantes de judô, além de transmitir princípios filosóficos do esporte, como o respeito ao próprio corpo e ao do outro. Reforce que o objetivo é aprender a cair de maneira segura, minimizando o risco de lesões. Se necessário, ofereça assistência individual e lembre-os de que o mais importante é a execução controlada dos movimentos, e não a velocidade ou a altura da queda.

    Após a prática, promova um momento de reflexão sobre a experiência e pergunte aos estudantes como se sentiram durante a atividade e o que aprenderam sobre segurança e controle corporal.

Os valores do judô

Nesta etapa, os estudantes vão conhecer e refletir sobre os valores do judô, compreendendo sua importância para a formação integral do indivíduo e para a construção de uma sociedade mais justa e harmoniosa.

11. Ao discutir os valores do judô, estimule os estudantes a pensarem em exemplos práticos de situações em que esses valores podem ser exercidos no cotidiano e seu impacto na sociedade. Explore situações como relacionamentos interpessoais, vida escolar, familiar e participação social.
13. Ressalte a importância de compreender a conexão entre o respeito às leis e os valores éticos nas relações humanas. Incentive a discussão a respeito de como essas ideias podem ser implementadas em situações escolares e familiares, promovendo a reflexão sobre a importância da ética e da cidadania.
14. Oriente os estudantes a pensar sobre como esses valores pessoais influenciam suas decisões e comportamentos sociais. Estimule a discussão sobre como atitudes individuais e coletivas podem contribuir para a transformação social, construindo uma sociedade mais justa e igualitária.
15. Incentive os estudantes a compartilharem exemplos de como esses valores podem melhorar a convivência no ambiente escolar e na sociedade em geral. Reforce a importância de práticas cotidianas que valorizam o respeito, a empatia, a coragem, a honra, a modéstia, a sinceridade, o autocontrole e a harmonia.
16. O objetivo desta atividade é apresentar aos estudantes algumas técnicas básicas do judô, permitindo que experimentem movimentos e se familiarizem com a prática dessa modalidade esportiva.

Ao propor o movimento *o-soto-gari*, se possível, assista com os estudantes a um vídeo tutorial que apresenta o movimento. Como realizar o Soto Gari – Projeto Judô. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=jBLaURWB5P0. Acesso em: 10 set. 2024.

É fundamental que a vivência prática das técnicas de judô seja realizada em um ambiente seguro, com supervisão adequada e respeitando os limites e as diferenças individuais dos estudantes. Antes da prática, realize um aquecimento e alongamento para prevenir lesões. Incentive o respeito entre os estudantes durante a prática, reforçando os valores do judô, como a disciplina, o autocontrole e a não violência.

Outras questões envolvendo o judô

17. **a)** Incentive os estudantes a refletirem sobre como os valores do judô podem ser distorcidos em um ambiente de pressão extrema. Ajude-os a identificar o impacto dessas práticas nos corpos em desenvolvimento e a discutir a importância de manter a integridade física e mental dos atletas jovens, promovendo um ambiente seguro e saudável no esporte. Aborde questões como assédio moral e sexual, e violência física e psicológica, e incentive a denúncia de abusos.

    b) Ajude os estudantes a perceberem a relação direta entre os abusos no treinamento e a queda no número de praticantes. Essa reflexão deve incluir uma discussão sobre o papel das instituições esportivas e das organizações internacionais na proteção dos jovens atletas, e a necessidade de reformar as práticas de treinamento para garantir que o esporte seja uma ferramenta de desenvolvimento saudável, e não uma fonte de trauma. Explore exemplos de iniciativas e programas que visam prevenir e combater abusos no esporte, e promover a saúde mental dos atletas.

Atividade complementar

Para ampliar os conhecimentos dos estudantes e vivenciar práticas introdutórias da cultura japonesa de artes marciais, você pode promover a pesquisa e experimentação exploratória dessas lutas e artes marciais a partir da pesquisa de vídeos tutoriais.

Hoje em dia, é comum que as pessoas, especialmente os jovens, utilizem e compartilhem vídeos tutoriais para aprender novas habilidades e práticas corporais. Um vídeo tutorial é um recurso audiovisual que ensina algo de forma clara e prática, permitindo que o espectador siga instruções passo a passo. Nos tutoriais de artes marciais, é possível aprender técnicas de movimentos, valores associados à prática e até mesmo a filosofia por trás de cada arte. Eles são úteis porque permitem que o espectador pause, reveja e pratique no seu próprio ritmo.

Além do judô, atribui-se à cultura japonesa um conjunto de artes marciais denominadas coletivamente como *budô*. O ponto comum entre elas é que representam a combinação de elementos físicos, filosóficos e morais, com o objetivo de promover o aperfeiçoamento pessoal e espiritual. São elas:

- **Karatê:** literalmente, "mãos vazias", o karatê tem raízes em Okinawa e foca em técnicas de ataque e defesa usando mãos e pés, buscando o equilíbrio entre corpo e mente, com um forte componente filosófico baseado no Zen Budismo.
- **Kendô:** derivado da esgrima dos samurais, o kendô, "caminho da espada", usa espadas de bambu e armaduras para simular o combate com espadas. A prática desenvolve disciplina, força de caráter e equilíbrio mental.
- **Aikidô:** criado por Morihei Ueshiba no século XX, o aikidô busca a harmonia entre o praticante e o adversário. A filosofia do aikidô enfatiza a paz e o controle da própria energia para neutralizar o oponente sem causar danos.
- **Sumô:** considerado o esporte nacional do Japão, o sumô é uma das artes marciais mais antigas, datando do século VIII. O objetivo do sumô é forçar o oponente a sair do ringue ou tocar o chão com qualquer parte do corpo que não seja os pés.

Sugira aos estudantes que pesquisem vídeos tutoriais sobre cada uma dessas artes marciais japonesas.

1. Organize os estudantes em grupos de quatro a cinco integrantes. Cada grupo será responsável por pesquisar vídeos tutoriais sobre uma das artes marciais japonesas, levando em consideração as preferências e interesses de seus integrantes. Certifique-se de que todas elas estejam sendo representadas na turma.
2. Ao selecionar os vídeos tutoriais, é importante que os grupos escolham fontes confiáveis. Algumas dicas para garantir que os vídeos tenham qualidade e precisão são: dar preferência a canais oficiais de confederações e associações de artes marciais, como a Confederação Brasileira de Judô (CBJ) ou a Federação Mundial de Karatê (WKF, do inglês World Karate Federation), e verificar se o vídeo é apresentado por instrutores certificados ou mestres reconhecidos na arte marcial.
3. Defina com os estudantes uma agenda para a exibição dos vídeos. Cada grupo deverá apresentar o vídeo escolhido aos colegas, destacando os principais pontos abordados, como técnicas, valores e a história da arte marcial em questão. Ao apresentar o vídeo, os

estudantes devem explicar por que ele foi selecionado e dizer qual é a sua relevância para o aprendizado da modalidade.

4. Após apresentar o vídeo, cada grupo deve propor uma breve prática supervisionada com os colegas, reproduzindo movimentos simples que possam ser feitos de forma segura no ambiente escolar. O foco deve ser o aprendizado colaborativo e o cuidado com o corpo, respeitando os limites de cada participante, sob orientação do professor.

As artes marciais e as produções culturais

18. A atividade proposta tem o objetivo de explorar a representação de lutas e artes marciais em diversas produções culturais, incentivando a reflexão sobre os valores dos personagens, suas habilidades e a expressão criativa através da encenação. Ao apresentar o tema, explique a relevância das lutas e das artes marciais nas culturas orientais e a influência delas nas produções culturais brasileiras. Após a pesquisa, promova um momento de discussão em que cada grupo compartilhe suas descobertas. Incentive debates sobre a representação de gênero e a cultura, além dos valores propagados pelas produções escolhidas.

Para a etapa de encenação, reforce a importância de observar detalhes como gestos, movimentos e acessórios utilizados pelos personagens e lembre-os de adaptar a cena para que todos possam participar. Ao final, promova um debate geral sobre como as representações das artes marciais nas produções culturais influenciam a percepção dessas práticas e incentive os estudantes a refletirem sobre como esses valores podem ser aplicados em suas vidas e em suas interações com os outros.

Prática de pesquisa – estudos de recepção

19. A atividade busca promover uma reflexão crítica sobre a recepção e ressignificação de representações culturais relacionados a lutas e artes marciais de origem oriental. Instrua os grupos sobre como realizar as entrevistas, lembrando-os da importância de ser respeitosos e receptivos durante a coleta de informações. Eles devem garantir que todos os participantes estejam à vontade para compartilhar suas opiniões. Após a coleta de dados, os grupos devem comparar as respostas obtidas, identificando semelhanças e diferenças nas interpretações. Incentive a discussão sobre o quanto variáveis como idade, escolaridade e experiência com artes marciais influenciam as percepções.

3ª Parada – Beisebol: esporte nacional nos EUA

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3 e 9.

Competências específicas de Linguagens: 1 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601.

Habilidades de Língua Portuguesa: EM13LP01, EM13LP02, EM13LP20.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS102.

Nesta Parada, os estudantes vão conhecer o beisebol, um esporte de campo e taco popular em diversos países, com foco em sua história, regras e aspectos socioculturais. A vivência prática do jogo "base quatro", a análise da influência da mídia e a discussão sobre a espetacularização do beisebol contribuirão para a compreensão desse esporte como um fenômeno cultural e social.

As habilidades de Linguagens, Língua Portuguesa e Ciências Humanas são mobilizadas em diversos momentos da 3ª Parada. A habilidade EM13LGG101 é promovida quando o estudante compreende e analisa o processo de circulação de discursos sobre o beisebol. As habilidades EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 são estimuladas quando a turma conhece e vivencia o beisebol, e analisa criticamente as relações de poder econômico e social existentes nas ligas esportivas, por exemplo, além de encetar a reflexão sobre o *doping* esportivo. A habilidade EM13LGG601 é trabalhada ao apropriar-se do contexto histórico do beisebol em diferentes tempos, compreendendo sua diversidade. As habilidades EM13LP01, EM13LP02 e EM13LP20 se fazem presentes no desenvolvimento da capacidade de interpretar e relacionar textos, considerando o contexto em que estão inseridos, de argumentar em defesa do que acreditam e valorizam e na produção de um *podcast* .

De forma interdisciplinar, ativa-se a habilidade EM13CHS102 ao se identificar, analisar e discutir as circunstâncias históricas, políticas, econômicas, sociais e culturais do beisebol em sua trajetória, desde a influência colonial inglesa até a sociedade estadunidense atual, com seu processo de globalização, mercantilização e desigualdade social decorrentes dessa manifestação da Cultura Corporal de Movimento.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Língua Portuguesa e Ciências Humanas.

2. O objetivo desta atividade é proporcionar aos estudantes a vivência prática do jogo "base quatro", uma variação do beisebol adaptada ao contexto brasileiro, permitindo que eles experimentem as habilidades motoras e estratégias do jogo e reflitam sobre suas características e variações regionais. Contextualize o beisebol entre os esportes de campo e taco, pouco praticado no Brasil, mas que é muito popular em muitos países que foram colonizados pela Inglaterra. Explique as origens e a história do beisebol, e como ele se tornou um esporte popular em países como Estados Unidos, Japão e Cuba. Explique que a experimentação será a partir do jogo "base quatro". Assim como outros jogos da Cultura Corporal de Movimento, há variações de nome e regras pelas diversas regiões do Brasil, o que torna a vivência ainda mais significativa. Incentive os estudantes a adaptar as regras do jogo de acordo com as condições e os recursos disponíveis. Ao realizar essa atividade, é possível realizar um trabalho interdisciplinar com Matemática e fazer um levantamento estatístico de acertos e erros durante o jogo, calculando estatísticas como média de corridas, percentual de acertos no arremesso, etc.

3. Estimule os estudantes a apresentarem suas hipóteses sobre o processo de espetacularização do beisebol nos EUA, e verifique se associam esse fenômeno ao que ocorre de forma similar com o futebol no Brasil. Veja se algum estudante já foi ao estádio de futebol ou consome produtos dos times pelos quais torce. Explore questões como a influência da mídia, o *marketing* esportivo, a cultura de torcida e o consumo.

Amplie os conhecimentos e discussões sobre o beisebol propondo a realização de uma pesquisa sobre a popularidade da modalidade em outros países, como Japão, México, República Dominicana, Porto Rico, Cuba, Coreia do sul e Austrália. Explore as diferenças e semelhanças entre as formas de vivenciar o beisebol em cada país, e como a cultura local influencia a prática esportiva.

4ª Parada – *Badminton*: do continente asiático para o mundo

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 3, 7, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1 e 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP26.

Habilidade de Ciências Humanas: EM13CHS102.

Nesta Parada, os estudantes vão conhecer o *badminton*, um esporte de raquete popular em diversos países, especialmente no continente asiático. A análise do contexto histórico e cultural do *badminton*, a discussão sobre questões econômicas e sociais relacionadas à prática esportiva, e a vivência prática dele permitirá que os estudantes compreendam a diversidade e a riqueza das práticas corporais em diferentes culturas.

As habilidades de Linguagens, Língua Portuguesa e Ciências Humanas são mobilizadas em diversos momentos da 4ª Parada. A habilidade EM13LGG101 é desenvolvida quando a turma compreende o processo de circulação dos discursos sobre o *badminton* e podem fazer escolhas fundamentadas em interesses pessoais e coletivos. As habilidades EM13LGG501, EM13LGG502 e EM13LGG503 são estimuladas quando a turma conhece e vivencia o *badminton*, além de analisar criticamente as questões econômicas dessa prática corporal. A habilidade EM13LGG601 é trabalhada ao apropriar-se do contexto histórico do *badminton* em diferentes tempos e lugares, compreendendo sua diversidade.

De forma interdisciplinar, ativa-se a habilidade EM13LP26 quando a turma se engaja na busca de solução de problemas que envolvam a coletividade, como a falta de recursos para a prática corporal na comunidade escolar, e produz um texto reivindicatório para a gestão escolar. A habilidade EM13CHS102 é trabalhada ao se analisar e discutir as circunstâncias históricas, econômicas, sociais e culturais da prática do *badminton*, avaliando criticamente como a necropolítica influencia nas práticas corporais na escola.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Língua Portuguesa e Ciências Humanas.

1. c) Explique que a mídia tem uma tendência a restringir a cobertura a esportes mais comerciais e populares, ignorando a diversidade de modalidades esportivas que existem ao redor do mundo. Muitos esportes só ganham visibilidade durante os Jogos Olímpicos, o que limita o conhecimento do público sobre eles. Isso reflete uma falta de pluralidade na oferta de conteúdos esportivos, o que, por sua vez, afeta o interesse das pessoas por essas práticas. Discuta com os estudantes como a mídia pode contribuir para a valorização e a divulgação de esportes menos conhecidos, e como o público pode buscar informações e acessar conteúdos sobre modalidades esportivas mais diversas.

d) Verifique se algum estudante tem acesso aos canais fechados, onde há mais variedade de modalidades esportivas, porque eles têm um público segmentado que pode estar interessado em esportes menos populares. Esses canais também podem oferecer uma programação mais específica, como lutas, esportes de raquete, ou modalidades olímpicas, que nem sempre têm espaço na televisão aberta, em que a audiência precisa ser mais ampla. Discuta com os estudantes as diferenças entre a programação esportiva da televisão aberta e dos canais fechados, e como o acesso à informação e à diversidade de conteúdos pode influenciar o interesse e a prática esportiva.

2. O objetivo desta atividade é proporcionar aos estudantes a vivência prática do *badminton*, que exige agilidade, coordenação e estratégia. Essa atividade permite que os estudantes experimentem um novo esporte, desenvolvam habilidades motoras e socioemocionais, e reflitam sobre questões como inclusão e adaptação de materiais.

Oriente os estudantes a pensar em estratégias para o jogo, estimulando a tomada de decisão e a resolução de problemas durante a prática esportiva. Atuando dessa forma, você traz para sua prática os métodos contemporâneos de ensino dos esportes, que se afastam da ênfase exclusiva no ensino de técnicas por repetição de movimento, e propõem que os estudantes resolvam problemas do esporte, utilizando seus conhecimentos prévios e a atividade investigativa e colaborativa, priorizando situações de jogo e a integração entre elas e a aprendizagem de habilidades técnicas.

Lembre-se de combinar com a turma o revezamento de papéis durante as práticas, de modo que possam atuar como jogadores e como árbitros dos jogo criados, promovendo a autonomia e a responsabilidade.

Durante a prática, preste atenção ao modo como os estudantes solucionam problemas de movimento para alcançar a peteca lançada e rebatê-la em direção ao colega, nas posturas corporais utilizadas e nos movimentos de braços, tronco e pernas presentes na movimentação do jogo. Observe também as interações entre os estudantes, incentivando o respeito às regras, a colaboração e o *fair play*.

Atividade complementar

Se possível, mostre o vídeo produzido pelo Comitê Paralímpico Brasileiro apresentando a modalidade (disponível em: https://youtu.be/tdvdpiCj5MA. Acesso em: 24 set. 2024). Peça aos estudantes que formem duplas, um jogando em pé e o outro sentado. Ao fim da vivência, estimule que reflitam sobre as dificuldades encontradas quando estavam sentados e sobre o acesso às práticas para as pessoas com deficiência. Essa atividade promove a empatia e a reflexão sobre a importância da inclusão no esporte.

Divida a turma em quatro grupos e, em rodízio, permita que experimentem solucionar diferentes problemas de movimento presentes no *badminton* nas quatro estações. Controle o tempo que ficarão em cada estação. Essa organização permite que os estudantes experimentem diferentes aspectos do jogo e trabalhem habilidades específicas.

Amplie a experimentação proporcionando jogos com regras oficinais de simples e duplas, incluindo todos os colegas de classe no exercício de funções de jogadores e de árbitros, promovendo a vivência completa do esporte.

Caso a escola não disponha dos materiais necessários para a prática do *badminton*, os estudantes podem improvisar raquetes com materiais simples, como pedaços de madeira ou até pranchetas, e usar bolas mais leves, como de espuma ou plástico. A rede pode ser substituída por cordas ou fitas esticadas. O importante é adaptar os recursos disponíveis na escola para vivenciar os movimentos e as dinâmicas do *badminton*, possibilitando a prática e a aprendizagem dos princípios fundamentais desse esporte. Essa adaptação estimula a criatividade e a resolução de problemas, além de tornar a atividade mais acessível.

Com o intuito de proporcionar aos estudantes que experimentem movimentos básicos de um esporte de rede com o uso de raquetes, independentemente da oferta de materiais disponíveis para tal, proponha a confecção de seus próprios materiais para a prática e incentive que os estudantes doem o que foi produzido para a escola, favorecendo atitudes que reforcem a construção de valores. Essa atividade promove o protagonismo, a colaboração e a responsabilidade social.

Divida a turma em quatro ou cinco grupos, de acordo com o espaço e os materiais disponíveis. Imprima as instruções para a confecção das raquetes ou, se for possível, disponibilize vídeos com as instruções. Há alguns deles disponíveis *on-line*. É interesse que o máximo de raquetes sejam produzidas, porém, ajuste a confecção de acordo com sua realidade.

Materiais necessários

- Um cabide de arame.
- Uma meia fina.
- Fita crepe.
- Sacola plástica (tamanho de supermercado), jornal ou papel de rascunho.

Passo a passo para a confecção da raquete

1. Molde o cabide de arame no formato da raquete de *badminton*.
2. Insira a meia fina na extremidade oposta ao cabo do cabide, de modo que o tecido fique bem esticado e cubra toda a parte aberta.
3. Dê um nó na meia e, se possível, reforce com a fita crepe.

Passo a passo para a confecção da peteca

1. Amasse três ou quatro folhas de jornal, revista ou rascunho gerado pela escola, em forma de bola.
2. Coloque as bolas dentro da sacola plástica ou de uma folha grande de jornal.
3. Prenda com a fita crepe e deixe as extremidades da sacola ou da folha de jornal livres.

Esportes e mídia

12. Nesta atividade, os estudantes vão investigar de onde vêm os recursos financeiros da escola pública para a compra de materiais esportivos, desenvolvendo habilidades de pesquisa e análise crítica, e refletindo sobre a importância do investimento na

Educação Física para a promoção de aulas de qualidade.

Organize os estudantes em grupos e peça que pesquisem sobre os temas propostos, como:

- Quais são as principais fontes de financiamento da educação pública?
- Como os recursos financeiros são repassados para as escolas?
- Como a escola utiliza os recursos para a compra de materiais esportivos?
- Quais materiais esportivos estão disponíveis na escola?
- Quais são as demandas para as aulas de Educação Física?

Oriente os estudantes a buscar informações em diferentes fontes, como documentos oficiais, *sites* de órgãos governamentais, entrevistas com gestores escolares, etc. Promova uma reflexão crítica sobre o financiamento da Educação Física e os impactos na qualidade das aulas, discutindo questões como a importância do investimento em infraestrutura, materiais e formação de professores. Finalize estimulando a elaboração de propostas para a gestão escolar, com sugestões para melhorar o financiamento e a qualidade das aulas de Educação Física.

Avalie a capacidade de pesquisa dos estudantes, a participação ativa no processo de investigação e reflexão, bem como a criatividade e a viabilidade das propostas apresentadas. Valorize a construção coletiva do conhecimento e a capacidade de argumentação dos grupos durante as apresentações. Essa atividade incentiva o protagonismo estudantil ao envolver os estudantes na compreensão de como os recursos financeiros influenciam diretamente a qualidade das aulas de Educação Física, favorecendo a busca de soluções criativas para superar desafios.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 3, 4, 5, 9 e 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5 e 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG201, EM13LGG301, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503, EM13LGG601, EM13LGG701, EM13LGG703.

Habilidade de Língua Portuguesa: EM13LP20.

Nesta seção, os estudantes vão produzir um *podcast* sobre práticas corporais de outros povos e nações, mobilizando conhecimentos e habilidades desenvolvidas ao longo do capítulo, e utilizando recursos tecnológicos de forma criativa e colaborativa.

As habilidades de Linguagens e Língua Portuguesa são mobilizadas em diversos momentos do **Desembarque**. As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG103 são exploradas quando os estudantes compreendem e analisam criticamente os processos de produção e circulação de discursos sobre as práticas corporais estudadas no capítulo. As habilidades EM13LGG201 e EM13LGG301 são promovidas por meio do processo de produção colaborativa e valorização das diferentes manifestações da Cultura Corporal de Movimento em diferentes contextos. A habilidade EM13LGG501 se faz presente ao se incentivar relações empáticas e respeitosas com base em princípios das práticas corporais abordadas. A habilidade EM13LGG502 é ativada ao a turma analisar criticamente as relações de poder presentes na prática corporal que escolherem para o *podcast*. A habilidade EM13LGG503 explora a vivência de práticas corporais como uma ferramenta também de autoconhecimento para os estudantes. A EM13LGG601 é acionada ao apropriar-se do contexto histórico das manifestações da Cultura Corporal de Movimento de diferentes povos e nações, compreendendo sua diversidade. As habilidades EM13LGG701 e EM13LGG703 são desenvolvidas ao se explorar tecnologias digitais de informação e comunicação para utilizá-las na produção coletiva do *podcast*.

De forma interdisciplinar, trabalha-se a habilidade EM13LP20 quando os estudantes produzem, de forma colaborativa, *podcasts* das manifestações da Cultura Corporal de Movimento, de forma a compartilhar gostos e possibilitar à comunidade escolar conhecer e refletir sobre as práticas corporais de diferentes culturas.

Para promover um trabalho interdisciplinar, entre em contato com professores das áreas de Língua Portuguesa e Computação.

Projeto *podcast*

Nesta etapa, os estudantes vão produzir um *podcast* sobre práticas corporais de diferentes culturas, mobilizando conhecimentos e habilidades desenvolvidas ao longo do capítulo, e utilizando recursos tecnológicos de forma criativa e colaborativa. É importante que você faça a leitura da proposta com os estudantes, certificando-se de que eles tenham entendido o objetivo e motivando-os a participar ativamente da produção do *podcast*.

Conheça o *podcast*

Aqui, busca-se apresentar o gênero textual *podcast* aos estudantes, explorando suas características, formatos e potencialidades como ferramenta de comunicação e expressão.

Permita que os estudantes compartilhem os conhecimentos deles sobre o tema, incentivando-os a relatar suas experiências com *podcasts*, sejam eles ouvintes ou produtores. Oriente a leitura do texto para que eles ampliem seus conhecimentos sobre o gênero, compreendendo suas características, formatos, funções e importância na atualidade.

Podcasts são programas em formato de áudio, voltados para o entretenimento e para o compartilhamento de informações. É uma mídia em constante crescimento, que tem atingido números cada vez mais expressivos de audiência entre jovens e adolescentes, principalmente nos últimos anos. A expectativa é que haja estudantes que já tenham ouvido falar sobre o assunto e possam comentá-lo. Explore exemplos de *podcasts* de diferentes temas e formatos, para que os estudantes compreendam a diversidade e a riqueza desse gênero textual.

Sugestão de ampliação

Consulte o material indicado para aprofundar o conhecimento sobre o trabalho com *podcasts* em contextos educativos:

- SOUZA, Ericson José de. *A "carne mais barata do mercado é a carne negra?"*: o podcast como instrumento de combate ao racismo. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade de Pernambuco, Campus Mata Norte, 2024. Disponível em: https://w2files.solucaoatrio.net.br/atrio/upe-ppge_upl/THESIS/218/dissertao_ericson_souza_20240724141127873.pdf. Acesso em: 15 set. 2024.

2. Incentive os estudantes a falar sobre suas preferências em relação a *podcasts*, citando exemplos de programas que gostam de ouvir e justificando suas escolhas. Compartilhe também seus *podcasts* favoritos com a turma, criando um momento de troca de experiências e sugestões. É importante que a turma reflita sobre os aspectos que tornam os programas mais atraentes ao público, tendo em vista que eles produzirão um. Explore elementos como tema, linguagem, ritmo, qualidade do áudio, trilha sonora, entre outros.

Avaliação do aprendizado

O objetivo é refletir sobre a importância da produção de conteúdo em mídias digitais e como a experiência de conhecer e produzir *podcasts* pode despertar o interesse dos estudantes por essa área.

Na atualidade, muitos jovens sonham em trabalhar com as mídias digitais, produzindo conteúdo. Os *podcasts* oferecem essa oportunidade de inspirar as pessoas e de falar para um grande público sobre assuntos que nos interessam. A experiência de conhecer e produzir *podcasts* pode despertar os estudantes para essas questões. Discuta com a turma as possibilidades de carreira na área de produção de conteúdo digital, e como os conhecimentos e habilidades desenvolvidos no capítulo podem contribuir para sua formação.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Nesta seção, os estudantes terão a oportunidade de revisar os conteúdos abordados ao longo do capítulo e realizar uma autoavaliação de sua aprendizagem. Sugere-se que a **Retrospectiva** seja realizada em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a participação do professor.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta subseção, o objetivo é que os estudantes retomem conteúdos estudados no capítulo, respondendo a questões que abordam os principais temas trabalhados, a fim de verificar a aprendizagem.

1. Essa questão foi trabalhada na 1ª Parada, ao discutir a cosmovisão indígena e como as práticas corporais refletem o respeito à natureza e à cultura dos povos originários. As práticas corporais dos Jogos Mundiais dos Povos Indígenas expressam uma profunda conexão entre corpo e natureza, refletindo a cosmovisão dos povos indígenas, que veem o corpo como parte integrante do ambiente natural e das tradições culturais. Essa conexão se manifesta na forma como os jogos são realizados, nos rituais que os acompanham e nos significados que lhes são atribuídos. Muitos jogos indígenas simulam atividades de caça, pesca e agricultura, representando a importância dessas atividades para a sobrevivência e a cultura dos povos indígenas. Além disso, os jogos também podem ter um caráter ritualístico e religioso, com danças e cantos que celebram a natureza e os ancestrais.
2. Essa questão foi trabalhada na 1ª Parada, ao abordar o *huka-huka* como uma prática cultural ligada ao Kuarup, um ritual fúnebre realizado por povos indígenas do Alto Xingu. O *huka-huka* diferencia-se de outras lutas pela ênfase em rituais espirituais e pela conexão com a ancestralidade, além de seus movimentos e técnicas específicos. No *huka-huka*, os lutadores enfrentam um ao outro, buscando derrubar o adversário ou desequilibrá-lo. A luta é acompanhada por cantos e danças, e tem como objetivo fortalecer os laços entre as tribos e homenagear os mortos.
3. Essa questão foi trabalhada na 2ª Parada, com a discussão sobre a relação entre os valores do judô e o comportamento ético dentro e fora do esporte. O judô ensina valores como o respeito ao oponente, a disciplina, a honestidade, a coragem, a honra, a modéstia, o autocontrole e a amizade, que podem ser levados para outras áreas da vida, incentivando o autocontrole e o tratamento respeitoso em diferentes contextos sociais. Esses valores contribuem para a formação integral do indivíduo e para a construção de uma sociedade mais justa e pacífica. No ambiente escolar, por exemplo, o respeito e a disciplina aprendidos no judô podem ser aplicados nas relações entre alunos e professores, e na resolução pacífica de conflitos. Na vida familiar, o judô pode fortalecer os laços afetivos e promover a harmonia entre os membros da família.
4. Essa questão foi trabalhada na 2ª Parada, ao explorar o papel da imigração japonesa na introdução e expansão do judô no Brasil. A imigração japonesa trouxe o judô ao Brasil no início do século XX, inicialmente para comunidades de imigrantes. Fatores como a segregação inicial dificultaram a difusão, mas a inclusão em competições esportivas e a abertura de academias por mestres japoneses contribuíram para a popularização do judô no país. Atualmente, o judô é um dos esportes mais praticados no Brasil, e sua história está intrinsecamente ligada à imigração japonesa e à contribuição dos mestres japoneses para a difusão da modalidade.
5. Essa questão foi trabalhada na 3ª Parada, ao abordar a disseminação do beisebol em diferentes contextos socioeconômicos e culturais. Nos EUA, o beisebol é popular devido a diversos fatores, como o apoio financeiro, a forte presença na mídia, a tradição histórica e a existência de ligas profissionais com grande visibilidade. O beisebol é considerado o esporte nacional dos EUA, e sua popularidade está enraizada na cultura americana. No Brasil, fatores como falta de infraestrutura e interesse local fazem com que o esporte não seja difundido. A popularidade de um esporte está relacionada a uma série de fatores sociais, culturais, econômicos e midiáticos, que influenciam sua prática e difusão.
6. Essa questão foi trabalhada na 3ª Parada, com a discussão sobre como a globalização e a mídia impactam a prática do beisebol em diferentes países. O beisebol, depois de ter surgido nos EUA, se popularizou em diversos países, como Japão, Cuba e República Dominicana, mostrando como a globalização e o impacto midiático podem transformar esportes locais em fenômenos globais, influenciando sua prática e popularidade. A mídia desempenha um papel fundamental na difusão e espetacularização do esporte, criando ídolos, narrativas e eventos que atraem a atenção do público e impulsionam a prática esportiva. No caso do beisebol, a mídia americana teve um papel importante na popularização do esporte em outros países, exportando seus ídolos, seus campeonatos e sua cultura esportiva.
7. Essa questão foi trabalhada na 4ª Parada, ao discutir as dificuldades para a popularização de esportes como o *badminton*, no Brasil. Os principais desafios são a falta de infraestrutura adequada, a escassez de patrocínio e incentivos, o desconhecimento sobre o esporte e a concorrência com esportes mais tradicionais, como o futebol e o vôlei. Esses fatores limitam a prática e a popularidade do *badminton*, que ainda é visto como um esporte "elitista" ou "pouco acessível" por muitas pessoas. A falta de investimento na formação de atletas e treinadores, e a pouca visibilidade na mídia também contribuem para a dificuldade de popularização do esporte no país.
8. Essa questão foi trabalhada na 4ª Parada, com foco nos impactos da esportivização e na exclusão que podem ocorrer em decorrência da falta de recursos em determinadas comunidades. A esportivização de modalidades como o *badminton*, com a ênfase na competição e no alto rendimento, pode restringir o acesso a práticas esportivas em contextos menos favorecidos, em que a infraestrutura e os recursos são limitados, tornando o esporte menos acessível e excluindo pessoas com menor poder aquisitivo. É importante refletir sobre como promover o esporte de forma inclusiva e democrática, garantindo que todos tenham acesso a práticas corporais e aos seus benefícios, independentemente de sua condição social ou econômica.
9. Essa questão foi trabalhada de forma transversal em todo o capítulo, ao abordar a inclusão social e o respeito à diversidade nas práticas corporais de diferentes culturas. Essas práticas corporais, quando compreendidas e respeitadas, promovem a inclusão e o respeito à diversidade, valorizando as diferentes formas de expressão cultural e combatendo preconceitos sociais e raciais. O esporte, a dança, as lutas e as demais práticas corporais podem ser ferramentas poderosas para promover a interação, o respeito e a valorização das diferenças. Ao incentivar a participação de pessoas de diferentes origens, culturas e habilidades, as práticas corporais contribuem para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.
10. Essa questão foi trabalhada de forma transversal, especialmente nas discussões sobre o papel da mídia nas práticas esportivas globais e sua influência na cultura e nas tradições. A mídia pode contribuir na divulgação e valorização dessas práticas corporais, mas também apresenta o desafio de transformar tradições culturais em mercadoria, às vezes descontextualizando-as e perdendo seus significados originais. É importante utilizar a mídia de forma crítica e consciente, para que ela seja uma ferramenta de promoção da cultura corporal e da diversidade, e não um instrumento de exploração comercial ou de reforço de estereótipos.

Selfies da viagem: autoavaliação

Nesta subseção, o objetivo é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo. Incentive-os a responder às perguntas com sinceridade e reflexão, considerando seus avanços, dificuldades e aprendizagens durante o estudo do capítulo. Promova um ambiente acolhedor e respeitoso para que os estudantes se sintam à vontade para compartilhar suas reflexões e percepções.

8 ESPORTE: ESPETÁCULO DE MULTIDÕES

INTRODUÇÃO

Neste capítulo, os TCTs abordados envolvem as macroáreas Economia (Trabalho e Educação financeira) bem como Cidadania e Civismo (Educação em direitos humanos). Destacam-se os profissionais ligados aos esportes, trazendo reflexões sobre escolhas profissionais aos estudantes. Em Educação financeira, discutem-se questões relacionadas aos salários e expectativas econômicas dos atletas. Já em Educação em direitos humanos, destacam-se a igualdade salarial e a inclusão de gênero.

Nas práticas de estudo e pesquisa, os estudantes terão a oportunidade de fazer uma investigação do estado da arte relacionado com as temáticas do capítulo. O convite à reflexão sobre a participação e o ativismo das torcidas, bem como a problematização sobre o uso das redes sociais e o combate à ciberviolência se conectam com práticas de linguagens do campo de atuação da vida pública. O campo jornalístico-midiático é proposto quando os estudantes discutem sobre o jornalismo esportivo e refletem sobre a cobertura das mídias.

Os objetos de conhecimento neste capítulo incluem os esportes de invasão, como futebol e basquete, e a ginástica artística. A partir dessas práticas, os estudantes desenvolvem experimentações, compreendem a importância de diferentes profissionais no mundo esportivo e ponderam a respeito dos aspectos tecnológicos, sociais e econômicos delas, refletindo sobre elas a partir de valores de inclusão, cultura de paz e combate a preconceitos de gênero e violência.

Em relação ao desenvolvimento das competências gerais, a CG1 é trabalhada pela análise dos fenômenos esportivos em seus diferentes contextos, permitindo aos estudantes compreenderem como o esporte influencia a cultura, a sociedade e as relações humanas. A CG2 é acionada ao se discutirem questões éticas e sociais, como desigualdade de gênero, violência nos estádios e representatividade, incentivando o posicionamento ético e a busca por soluções coletivas. A CG4 propõe a reflexão crítica sobre preconceitos e discriminações, bem como a análise de dados e informações, ajudando os estudantes a construir soluções criativas e baseadas em evidências. A CG5 é mobilizada ao se promoverem a comunicação e a interação entre os estudantes, seja durante a análise de práticas culturais ou na organização de eventos. A CG6 é incrementada pela fruição e apreciação de diferentes manifestações culturais do contexto esportivo. A CG7 é acessada ao se incentivarem a pesquisa e o uso de plataformas digitais, não apenas para coleta de informações, mas também para divulgar eventos e práticas inclusivas. A CG9 é promovida ao se estimularem a empatia e a cooperação durante atividades colaborativas, como na organização de festivais e na criação de pôsteres científicos. A CG10 é fortalecida com o protagonismo estudantil, que é instigado tanto na pesquisa acadêmica quanto na prática de organização e condução da produção final.

Quanto às competências específicas de Linguagens, a CE1 é trabalhada pela análise e produção de discursos, permitindo a compreensão crítica da cultura esportiva e o impacto social do esporte. A CE2 é ativada ao se promover a reflexão sobre relações de poder, gênero e diversidade no esporte. A CE3 se manifesta quando se incentiva os estudantes a protagonizarem discussões, organizarem eventos e expressarem suas perspectivas, valorizando suas vozes e autoria. A CE4 é desenvolvida por meio da análise crítica dos fenômenos esportivos, considerando as variações culturais, sociais e históricas, o que amplia a compreensão das expressões identitárias e culturais. A CE5 é explorada ao se articular a apreciação das práticas corporais e culturais como formas de expressão dos valores humanos. A CE7 é mobilizada ao se exortar o uso crítico e criativo das ferramentas digitais, especialmente na pesquisa e organização de pesquisa bibliográfica e evento inclusivo.

EMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 6, 7, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG102, EM13LGG201, EM13LGG202, EM13LGG502.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS401.

Na seção **Embarque**, os estudantes serão convidados a refletir sobre o esporte enquanto fenômeno cultural que movimenta diferentes profissionais e recursos para se concretizar. Eles também serão sensibilizados para questões de gênero que atravessam o trabalho de jornalistas mulheres em coberturas esportivas.

As habilidades EM13LGG101 e EM13LGG102 são desenvolvidas por meio da análise dos processos de produção e circulação de discursos machistas no esporte. A habilidade EM13LGG201 é explorada, pois os estudantes observam como o gênero influencia a produção da mídia esportiva. As habilidades EM13LGG202 e EM13LGG502 são desenvolvidas pela análise das relações de poder no esporte, refletindo-se criticamente sobre como estereótipos e preconceitos podem ser percebidos nas práticas corporais e propondo estratégias para combatê-los. De forma interdisciplinar, a habilidade EM13CHS401 é ativada, pois os estudantes identificam e analisam as relações entre grupos sociais e as transformações no mundo do trabalho no contexto esportivo, considerando as diferenças de gênero.

Entre em contato com o professor da área de Ciências Humanas para promover um trabalho interdisciplinar incrementando a habilidade EM13CHS401.

Foco na imagem

O objetivo desta seção é apresentar a discussão sobre os diversos profissionais envolvidos na prática esportiva e sensibilizar os estudantes para questões de gênero relacionadas à atuação feminina. É importante que a turma se aproprie dessa realidade, uma vez que produzirá um torneio esportivo inclusivo na seção **Desembarque**, em que a compreensão desses conceitos será essencial. Resgate os conhecimentos prévios dos estudantes sobre o esporte. Estimule-os a falar sobre a relação deles com o fenômeno esportivo como praticantes e espectadores.

1. a) Chame a atenção dos estudantes para o fato de as imagens representarem apenas mulheres e peça que citem outras profissionais que atuam no mundo esportivo e que levantem as primeiras hipóteses sobre as diferenças entre trabalhar com esporte sendo homem e sendo mulher.

b) É possível que os estudantes mencionem diversos profissionais, como os de educação física, fisioterapeutas, psicólogos, analistas de desempenho, fisiologistas, massagistas, administradores, gestores, empresários, gandulas, maqueiros, médicos, cozinheiros, etc. Estimule a discussão entre os estudantes e a busca pela atribuição de outros profissionais. Questione se imaginavam que, para que a prática esportiva ocorresse, seriam necessários profissionais de tantas áreas. Aproveite esse momento para diferenciar os que trabalham diretamente com os esportes dos que vivem dessas manifestações da Cultura Corporal de Movimento de maneira indireta, como os profissionais da comunicação: narrador, comentarista, cronista, dublador. É essencial que se perceba a importância de todos esses trabalhadores para o desenvolvimento do esporte. Estimule os estudantes a falarem sobre seus projetos de vida profissionais e a reconhecer o caminho que profissionais do esporte precisam percorrer em suas carreiras.

c) Faça a escuta ativa dos interesses profissionais dos estudantes, valorizando o processo que pretendem percorrer para ingressar no mundo do trabalho.

Foco no diálogo

2. **a)** Incentive os estudantes a discutir como esses desafios se conectam com preconceitos de gênero em outras áreas da sociedade. Pergunte se eles conhecem outras profissões em que as mulheres também enfrentam essas barreiras e como isso impacta a equidade de gênero. Esse momento pode ser uma oportunidade para promover uma reflexão sobre igualdade de oportunidades e desconstrução de estereótipos.

b) Peça aos estudantes para procurarem exemplos em suas próprias vidas ou na mídia em que as mulheres enfrentam desafios semelhantes. Proponha uma discussão sobre como a cultura esportiva pode ser transformada para criar mais espaços de igualdade. Também é relevante abordar a importância de políticas de inclusão e equidade de gênero nas diferentes esferas profissionais na sociedade em geral e nas carreiras associadas ao esporte.

c) É interessante abordar a maneira como o aumento de diálogos sobre saúde mental tem contribuído para um ambiente esportivo mais saudável e humano.

d) Estimule os estudantes a refletirem sobre o impacto que a mídia tem na formação de opiniões sobre o esporte e como a psicologia esportiva tem contribuído para uma visão mais holística do ser humano. Promova o debate sobre como o jornalismo pode ser um agente de mudança, difundindo narrativas mais inclusivas e inserindo a saúde mental dos atletas nas pautas jornalísticas, além de divulgar a participação de diferentes profissionais nos eventos esportivos e de incluir maior representatividade negra, feminina, indígena e de pessoas com deficiência nas equipes de profissionais de imprensa que fazem a cobertura jornalística de grandes eventos esportivos.

e) Estimule os estudantes a refletirem sobre a atuação da torcida, destacando tanto o papel positivo que os torcedores desempenham ao apoiar os times quanto os efeitos negativos que podem surgir de comportamentos agressivos, violentos ou preconceituosos. Provoque uma discussão sobre como a educação e as campanhas de conscientização podem ajudar a transformar o ambiente dos estádios em um espaço mais seguro e inclusivo, enfatizando a importância de uma cultura de paz no esporte.

f) Espera-se que os estudantes problematizem que experiências de homens e mulheres como torcedores muitas vezes são diferentes, pois historicamente o esporte foi visto como um espaço masculino, e as mulheres ainda enfrentam preconceitos e estereótipos ao participar. Elas podem ser vistas como menos conhecedoras dos esportes, e muitas relatam situações de discriminação ou assédio em eventos esportivos. No entanto, o envolvimento de torcedoras tem crescido, e as mulheres vêm reivindicado mais espaço e voz nesse campo.

NA ESTRADA

1ª Parada – Torcida: uma das estrelas do esporte

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG203, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG502.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS503.

Nesta Parada, propõe-se uma discussão sobre os torcedores e sua importância na propagação de valores democráticos e de atitudes éticas e responsáveis. Para isso, aborda-se a importância desses participantes para tornar o esporte um espetáculo não só de estratégia, técnica e emoção, mas também de cidadania.

As habilidades EM13LGG103 e EM13LGG104 são mobilizadas pela análise e pelo uso da leitura e das discussões em grupo para interpretar e produzir discursos críticos sobre violência no esporte. A habilidade EM13LGG203 é ativada ao se discutir a legitimidade das manifestações dos torcedores. As habilidades EM13LGG302 e EM13LGG303 são desenvolvidas por meio da análise crítica de estereótipos e debates polêmicos sobre preconceito. As habilidades EM13LGG501 e EM13LGG502 são incrementadas com o uso das práticas corporais no combate às injustiças e pela promoção da cultura de paz. A habilidade EM13CHS503 é considerada ao se identificarem formas de violência no contexto esportivo, refletir sobre suas causas e propor mecanismos para combatê-las.

Entre em contato com o professor da área de Ciências Humanas para promover um trabalho interdisciplinar com a habilidade EM13CHS503.

1. **a)** Estimule a troca respeitosa dessas informações entre os estudantes. É possível que eles respondam que não acompanham eventos esportivos. Nesse caso, pergunte se participam de conversas sobre o tema ou quais são os motivos que os levam a não se interessar por acompanhar esportes. Aproveite o momento para sensibilizar os estudantes sobre as mudanças históricas nos modos de acompanhar eventos esportivos. Lembre-os de que neste momento estão realizando uma avaliação diagnóstica de seus conhecimentos e das suas relações como espectadores.

b) Ressalte o papel dos torcedores como incentivadores dos atletas e a importância da torcida para o esporte do ponto de vista cultural e econômico.

2. Convide os estudantes a conhecer e compartilhar outras campanhas relacionadas a valores e atitudes de respeito e cultura de paz no esporte. Ressalte para a turma que a Lei Geral do Esporte é bastante recente e foi fruto de debates políticos e da necessidade de regulamentar o setor, incluindo a normatização das formas de pagamento e de tipificação de vínculos de trabalho entre os atletas e seus clubes ou entidades esportivas.

3. **a)** Chame a atenção dos estudantes para as expressões, as reações e o que o momento retratado nas fotografias transmite. Estimule-os a observar as pessoas e os demais elementos das imagens.

b) Contribua com a discussão dos estudantes. É importante eles saberem, por exemplo, que o preconceito é manifestado quando se cria um juízo de valor depreciativo em relação a alguém ou a algo sem que haja uma reflexão crítica anterior; e racismo é o crime contra pessoas com base em em suas características étnico-raciais. Nas últimas três imagens, há reivindicações contra o racismo e a violência contra a mulher. Os estudantes devem compartilhar o que sabem sobre cada uma das pautas e reconhecê-las como questões de ordem político-social e criminal. Para melhor embasamento, sugere-se a leitura do art. 5º da Constituição Federal de 1988, que trata da igualdade de todos perante a lei (disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm; acesso em: 4 nov. 2024); da Lei nº 7.716 de 1989, que define os crimes resultantes de preconceito de raça ou de cor (disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l7716.htm; acesso em: 4 nov. 2024); da Lei nº 11.340 de 2006, conhecida como Lei Maria da Penha, que propõe coibir e prevenir a violência doméstica e familiar contra a mulher (disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm; acesso em: 4 nov. 2024).

c) Os estudantes são convidados a refletir sobre a necessidade de atuação coletiva, como fazem os torcedores de futebol. Apesar de o indivíduo ou grupo diretamente afetado ter mais propriedade para falar das dores e dos enfrentamentos por estar no "lugar de fala", a sociedade como um todo deve pensar em alternativas para auxiliar no combate a atitudes preconceituosas e racistas, como: reagir e ajudar quem estiver sofrendo algum tipo de violência (física ou verbal), denunciar a ocorrência de discriminações e preconceitos aos órgãos competentes, etc.

d) Espera-se que os estudantes respondam que sim. Todos os espaços sociais podem e devem servir como espaços para

atuação contra o preconceito e o racismo. No caso das arquibancadas dos estádios, os torcedores contam ainda com o auxílio dos meios de comunicação. O grande alcance e a rápida propagação dos protestos fortalecem o debate sobre essas questões. Outro apoio significativo vem das torcidas organizadas dos clubes que, ao contrário do que alguns imaginam, não são sinônimo de torcedores violentos. Na realidade, essas agremiações têm um papel importante na conscientização de seus torcedores sobre vários temas relacionados ao mundo do futebol, como racismo, machismo, homofobia, etc.

4. Estimule a troca de informações entre os estudantes. O ideal é que você também esteja informado para contribuir com as discussões. Incentive o debate e a elaboração de propostas nos grupos. É essencial que eles sejam lembrados de que todos podem e devem participar de ações contra o preconceito, o racismo e a violência, e que esse é um dos momentos que eles têm para contribuir com a questão, refletindo a respeito do tema. Para que uma ideia seja eficaz, é preciso considerar a presença de alguns elementos, como o agente que vai colocar a proposta em prática, a maneira como isso será feito e a finalidade e o público-alvo dela, entre outros.

Esportes de invasão: palco de inclusão e respeito à diversidade

5. Explique brevemente os princípios dos esportes de invasão, enfatizando que o objetivo principal é avançar no território adversário para marcar gols ou pontos, ao mesmo tempo que se defende a própria área. Mostre como esses princípios se aplicam tanto ao futebol quanto ao basquete. Organize os estudantes em pequenos grupos mistos, garantindo a inclusão de todos, independentemente de habilidades. Formar times equilibrados, com diferentes níveis de habilidade, é essencial para promover a cooperação e a aprendizagem entre pares. Proponha a realização de jogos reduzidos com adaptações das regras, como o uso de espaços menores e a diminuição do número de jogadores em quadra, para que todos participem ativamente. Por exemplo, um jogo de futsal pode ser realizado em metade da quadra e com quatro jogadores por time. No basquete, reduza o número de passes que podem ser dados antes de tentar marcar uma cesta para facilitar a fluidez.

   Observe as interações entre os estudantes e incentive o uso das habilidades trabalhadas, como passe, drible e movimentação sem bola. Forneça *feedback* individual e coletivo, destacando a importância da comunicação e do trabalho em equipe.

   Após os jogos, organize uma breve roda de conversa para discutir como foi a experiência. Questione os estudantes sobre o que funcionou bem nas dinâmicas de equipe, como eles lidaram com os desafios de defesa e ataque e como aplicaram os princípios dos esportes de invasão. Reforce a importância da inclusão e da participação de todos.

Sugestão de ampliação

Para saber mais sobre o ensino de esportes de invasão considerando as invariantes citadas, acesse o artigo de um dos autores que fundamenta a abordagem teórico-metodológica do volume. O texto foi publicado em 2002, mas seus aportes teóricos ainda estão presentes na produção mais recente.

- DAOLIO, Jocimar. Jogos esportivos coletivos: dos princípios operacionais aos gestos técnicos-modelo pendular a partir das ideias de Claude Bayer. *Revista brasileira de ciência e movimento*, v. 10, n. 4, p. 99-104, out. 2002. Disponível em: http://www.fundesporte.ms.gov.br/wp-content/uploads/2017/03/JEC-Princ%C3%ADpios-Operacionais-Modelo-Pendular.pdf. Acesso em: 4 nov. 2024.

Atletas como exemplos e líderes na transformação social

6. a) Considerando que as entidades esportivas são responsáveis por promover a cultura de paz, é fundamental que se engajem em ações concretas. Os atletas são tidos pelos jovens como modelos de comportamento, por isso a ação de cada atleta pode ser inspiradora para a promoção da cultura de paz. Quando um atleta dá um bom exemplo, posicionando-se contrariamente a preconceitos e agindo de forma ética, isso tem grande penetração nas mídias, trazendo essa mensagem para a sociedade.

   b) Auxilie os estudantes a perceber que o estádio é apenas mais um espaço social e que, como qualquer outro, reproduz relações e situações que ocorrem em toda a sociedade. Nesse sentido, devem perceber que, para que a violência nos estádios seja solucionada, o combate a ela na sociedade em geral também deve ser trabalhado. Ações pontuais nos estádios podem inibir momentaneamente a violência, mas não vão solucionar a questão como um todo. Investimentos em educação e cultura, com amplo alcance para os cidadãos, independentemente da classe social, contribuem para a diminuição da desigualdade social e da violência oriunda dela.

   c) Incentive os estudantes a exercer a criatividade e pensar em ações presenciais e virtuais como campanhas com bandeiras e cartazes, uniformes com mensagens positivas, elaboração de conteúdo para redes sociais e mídias abordando o compromisso das torcidas com temas comprometidos com os direitos humanos, a inclusão e os valores democráticos. Durante a discussão, estimule os estudantes a refletirem sobre o que torna esses atletas líderes, como suas atitudes e ações vão além do campo esportivo e como os valores que eles promovem — como respeito, igualdade e justiça — podem influenciar positivamente a sociedade. É importante destacar que, ao seguirem esses exemplos, os estudantes também podem atuar como agentes de transformação em suas próprias realidades.

2ª Parada – Profissão atleta: entre o sonho e a realidade

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 4, 7, 9.

Competências específicas de Linguagens: 1, 2, 3, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG202, EM13LGG204, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG501, EM13LGG502, EM13LGG503.

Habilidade de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS402.

Habilidade de Matemática e suas Tecnologias: EM13MAT103.

Nesta Parada, os estudantes vão discutir as questões econômicas relacionadas à profissão de atletas em esportes de invasão e ginástica artística. Temas como salários e a gestão de carreira serão abordados, com o objetivo de problematizar a visão romantizada muitas vezes promovida pela mídia sobre essas profissões.

A habilidade EM13LGG101 é mobilizada pela análise de discursos sobre a profissão de atleta e as desigualdades salariais e condições de trabalho. A habilidade EM13LGG103 é ativada por meio da interpretação crítica dos textos apresentados. A habilidade EM13LGG202 é desenvolvida com a análise das relações de poder e desigualdades de gênero, destacando como essas questões moldam o contexto da prática esportiva e os discursos que cercam os atletas. A habilidade EM13LGG204 é incrementada ao se incentivar a produção de discursos que visem o entendimento e o diálogo sobre as desigualdades salariais e de gênero no esporte. A habilidade EM13LGG302 é desenvolvida quando se convida os estudantes a se posicionarem frente à desigualdade de gênero e às condições econômicas instáveis dos atletas. A habilidade EM13LGG303 é acionada ao se debaterem questões polêmicas como a disparidade salarial entre homens e mulheres. A habilidade EM13LGG304 é burilada pelo trabalho com a formulação de intervenção para promover justiça social no esporte. A habilidade EM13LGG501 é mobilizada ao se incentivar os estudantes a compreenderem como os movimentos e práticas corporais refletem as desigualdades, ajudando-os a reconhecer a importância de práticas inclusivas e respeitosas. A habilidade EM13LGG502 é enfocada ao se promover uma postura

crítica contra estereótipos e preconceitos que afetam a prática esportiva. A habilidade EM13LGG503 é considerada ao se motivar os estudantes a se engajarem em práticas corporais que valorizem a diversidade e promovam a inclusão. A habilidade EM13CHS402 é explorada pela análise de indicadores de renda e emprego no contexto dos atletas, refletindo sobre a desigualdade socioeconômica. A habilidade EM13MAT103 é tratada a partir do trabalho com dados sobre salários dos atletas, a fim de compreender unidades de medida e realizar comparações que permitam um entendimento mais aprofundado das desigualdades econômicas no esporte.

Entre em contato com o professor da área de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas para promover a realização de trabalho interdisciplinar que releve a habilidade EM13CHS402 e com o professor de Matemática, para o o desenvolvimento de um trabalho que ative a habilidade EM13MAT103.

1. a) Incentive os estudantes a comparar essa realidade com a visão comum de que todos os jogadores de futebol enriquecem. Faça-os refletir sobre como a mídia influencia a percepção do sucesso no esporte.

b) Estimule os estudantes a discutir a concentração de riqueza no futebol e como isso reflete desigualdades sociais mais amplas. Incentive-os a problematizar as razões dessa disparidade.

c) Promova a reflexão sobre a dificuldade de sucesso financeiro no futebol, especialmente para mulheres, e a necessidade de estabelecer políticas que incentivem maior igualdade no esporte.

d) Estimule a discussão sobre a responsabilidade da mídia na idealização da carreira de futebolista e sobre como essa imagem pode afetar as decisões dos jovens em suas escolhas profissionais.

e) Incentive os estudantes a pensar em soluções práticas para combater a desigualdade salarial no futebol e a importância de medidas que garantam equidade de gênero em todas as esferas sociais, incluindo o esporte.

2. b) O objetivo é que os estudantes percebam que a representatividade é essencial para a transformação de qualquer situação de desigualdade social, e um representante da categoria que sofre as consequências da desigualdade tem papel fundamental na defesa de seus direitos e necessidades. Contribua para que os estudantes percebam que essa poderia ser uma das ações defendidas por eles na questão anterior: ter mais mulheres presentes em todas as instâncias de poder.

3. Comente com os estudantes que, em geral, jogadores de futebol costumam se aposentar entre 35 e 40 anos, isto é, mais cedo do que grande parte da população brasileira. Atualmente, os homens se aposentam com 65 anos de idade ou 35 anos de contribuição previdenciária, e as mulheres, com 60 anos ou 30 anos de contribuição.

Em razão das incertezas relacionadas à carreira dos jogadores, muitos não conseguem se aposentar formalmente e se recolocam no mercado de trabalho, atuando como treinadores, por exemplo. Acrescente à discussão que grande parte dos jogadores de futebol também não tem garantias em caso de lesão. Se sofrer uma lesão definitiva que incapacite o jogador de exercer a profissão ou uma lesão que o afaste por um tempo do trabalho, ele terá de encontrar outra carreira profissional ou outra maneira de se sustentar até que se recupere. Se o atleta tiver conhecimentos em educação financeira, possivelmente estará mais preparado para enfrentar esse tipo de situação.

4. a) Os estudantes devem perceber que a educação financeira está relacionada ao aprendizado sobre como lidar de forma adequada e consciente com o dinheiro.

b) Espera-se que os estudantes respondam afirmativamente. Estimule a discussão entre eles e comente que alguns jogadores de futebol que ganharam muito dinheiro ao longo da carreira chegaram a passar por dificuldades econômicas quando estavam com idade mais avançada e impedidos de trabalhar. É importante que os estudantes revisitem a lista de salário de jogadores, analisada na atividade 1 desta Parada, e recordem que apenas a minoria dos jogadores tem altos ganhos. Nesse sentido, os estudantes devem perceber que o trabalho com educação financeira é essencial para todas as pessoas, principalmente para jovens profissionais de qualquer área. Contribua com a discussão problematizando as respostas dos estudantes. Peça a eles que compartilhem suas ideias sobre como deveria ser o financiamento para o futebol masculino e para o feminino e por quê. Na sequência, incentive que pensem em ações que poderiam modificar a disparidade de valorização, chegando a uma discussão sobre a organização estrutural desigual da sociedade.

5. Oriente os estudantes a participar de todo o circuito. O objetivo é permitir que vivenciem e pratiquem a diversidade de aspectos dos esportes de invasão. Monitore o tempo em cada estação e garanta que todos participem ativamente, incentivando a cooperação entre os colegas. Forneça *feedback* contínuo, destacando os progressos individuais e coletivos, e reforce a importância de valores como respeito e inclusão. Ao final da rotação, organize uma reflexão coletiva sobre os desafios enfrentados e as habilidades experimentadas, incentivando os estudantes a compartilhar suas experiências e a valorizar o aprendizado em grupo.

3ª Parada – As tecnologias, a arbitragem e as redes sociais

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 4, 5, 7, 10.

Competências específicas de Linguagens: 2, 3, 5, 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG201, EM13LGG203, EM13LGG302, EM13LGG303, EM13LGG501, EM13LGG503, EM13LGG701 e EM13LGG702.

Habilidades de Ciências Humanas e Sociais Aplicadas: EM13CHS403, EM13CHS503.

Habilidades de Computação: EM13CO15, EM13CO23.

Esta Parada aborda o uso da tecnologia nos esportes, com foco em como a arbitragem e a evolução da tecnologia têm influenciado as competições. Essa proposta está interligada a reflexões e experimentações da ginástica artística de solo, incluído o uso do vídeo como tecnologia que contribui para a aprendizagem dos movimentos, os desafios da arbitragem e o comportamento dos torcedores nas redes sociais.

A habilidade EM13LGG201 é desenvolvida pelo trabalho com vídeos e textos informativos relacionados ao contexto esportivo. A habilidade EM13LGG203 é mobilizada ao se incentivar a realização de debates sobre o impacto de tecnologias como a do VAR na justiça esportiva. A habilidade EM13LGG302 é trabalhada na discussão crítica sobre a eficácia das tecnologias esportivas e seus desafios sociais. A habilidade EM13LGG303 é ativada ao se discutirem polêmicas sobre arbitragem tecnológica e violência nas redes sociais, promovendo uma argumentação justificada. A habilidade EM13LGG501 é tratada ao se incentivar a reflexão sobre práticas justas e responsáveis no uso de tecnologias no esporte. A habilidade EM13LGG503 é instigada ao se engajar os estudantes em práticas corporais que utilizem tecnologia para melhorar a aprendizagem e o desempenho. A habilidade EM13LGG701 é abordada ao se explorar como tecnologias alteram interações sociais e a mediação de conflitos no esporte. A habilidade EM13LGG702 acionada ao se propor o uso ético das tecnologias para garantir justiça nas competições esportivas. A habilidade EM13CHS403 é ativada ao se analisarem os impactos das tecnologias nas relações de trabalho e sociais, promovendo a superação de desigualdades. A habilidade EM13CHS503 é mobilizada quando se identificam as formas de violência nas redes sociais e se discutem mecanismos para combatê-las, utilizando inteligência artificial e argumentos éticos. A habilidade EM13CO15 é explorada ao se incentivar a análise da interação dos estudantes com tecnologias esportivas, como câmeras e aplicativos, refletindo sobre a qualidade do uso desses artefatos no contexto da aprendizagem de habilidades esportivas, lazer e prática corporal. A habilidade EM13CO23 é considerada ao se promover uma análise crítica sobre as experiências dos atletas e torcedores em redes sociais, incluindo as interações que ocorrem em comunidades virtuais e os impactos positivos e negativos dessas interações na sociedade e na saúde mental dos atletas.

1. Explique como a gravação em vídeo será utilizada para analisar a execução dos movimentos de ginástica, focando a melhoria técnica a partir do *feedback* oferecido pelos colegas. Estimule uma discussão sobre a importância de observar e corrigir aspectos como postura, equilíbrio e precisão. Incentive os estudantes a utilizar as gravações em câmera lenta para uma análise mais detalhada e ofereça suporte ao longo da atividade, ajudando-os a identificar pontos de melhoria e reforçando a importância do *feedback* construtivo.

Caso o uso de celular ou *tablet* com câmera lenta não seja possível, existem alternativas para registrar e analisar a execução das habilidades. É possível pedir a um colega ou familiar para filmar a atividade com outro dispositivo, como uma câmera digital ou até mesmo outro celular sem a função de câmera lenta. A filmagem pode ser vista em um computador ou outro dispositivo que permita pausar e retroceder o vídeo para uma análise detalhada. Outra opção é realizar a atividade em frente a um espelho, observando atentamente os movimentos e, se possível, pedindo a alguém para anotar os pontos que precisam ser melhorados. Embora essas alternativas não ofereçam a precisão da câmera lenta, elas ainda permitem uma análise visual e a identificação de pontos para serem aprimorados. Outro ponto a ser considerado é a recente preocupação com a presença de celulares nas escolas. Caso os estudantes disponham desse recurso, é preciso avaliar com a gestão escolar se é possível autorizar o uso de alguns equipamentos apenas para esse fim pedagógico.

2. a) Espera-se que os estudantes argumentem que a tecnologia influencia tanto a prática quanto a experiência como espectador de esportes, pois oferece novos recursos e possibilidades. Como praticantes, os estudantes podem citar o uso de aplicativos de monitoramento, por exemplo, em *smartphones* ou *smartwatches*. Como espectadores, podem mencionar o uso da internet e de redes sociais. Incentive-os a compartilharem suas experiências pessoais. A discussão pode incluir tecnologias simples, como cronômetros, ou mais avançadas, como aplicativos de monitoramento de desempenho ou plataformas de *streaming*. Estimule a troca de relatos sobre a percepção que os estudantes têm da influência dessas inovações na prática esportiva e na experiência de assistir aos esportes, pois você poderá relacionar essas experiências com as problematizações na sequência.

c) Estimule a turma a discutir as vantagens e limitações dessas tecnologias. Peça que os estudantes compartilhem situações em que o uso de *replays* ou do VAR tenha sido decisivo em competições que acompanharam e como isso impactou o que pensam a respeito da lisura no esporte. Também é interessante explorar possíveis críticas, como o tempo de revisão, que pode interromper o ritmo dos jogos.

d) Pergunte se eles acreditam que as tecnologias também podem ser aplicadas em outras áreas além do esporte, para garantir equidade e justiça. Essa questão pode abrir discussões sobre a ética e o uso de tecnologias em diferentes contextos.

Tecnologia e arbitragem nos esportes

3. a) Comente que, além de conhecerem as regras do esporte, os árbitros também precisam desenvolver habilidades de observação, tomada de decisão rápida e controle emocional, já que muitas vezes estão sob pressão intensa.

c) Incentive os estudantes a refletirem sobre as limitações das tecnologias. Discuta como, apesar dos avanços, a subjetividade em algumas decisões ainda pode gerar polêmica e como o fator humano continua sendo essencial no esporte.

d) Discuta com os estudantes os impactos das redes sociais em suas vidas, no esporte e na vida dos atletas. Incentive-os a refletir sobre os perigos do assédio virtual e sobre como é importante promover uma cultura de respeito e apoio, tanto no ambiente esportivo quanto no âmbito *on-line*.

Inteligência artificial, esporte e redes sociais

4. a) Se necessário, peça que os estudantes releiam o texto e reforce que, além de recursos de inteligência artificial, é importante promover campanhas educativas para o uso seguro e respeitoso das redes sociais.

b) Incentive os estudantes a refletirem sobre os fatores sociais, culturais e psicológicos que levam ao comportamento agressivo nas redes sociais. Traga à tona questões sobre a responsabilidade individual e coletiva no combate à violência cibernética, discutindo como a educação digital pode ser uma ferramenta importante para conscientizar as pessoas sobre o impacto de suas palavras e ações *on-line*.

c) Estimule os estudantes a pensar em soluções práticas para melhorar o ambiente *on-line*, tanto nas redes sociais quanto no esporte. Reforce a importância de agir de forma ética, tanto no ambiente digital quanto no presencial, e promova a reflexão sobre como cada um pode ser parte da mudança para um ambiente mais respeitoso.

d) Discuta com a turma como o esporte pode ser um espaço de união e como as redes sociais podem ser utilizadas para fortalecer valores positivos. Encoraje-os a serem agentes ativos na promoção de um ambiente *on-line* mais saudável, seja por meio de pequenas ações, como denunciar conteúdos abusivos, ou pela disseminação de mensagens de respeito e inclusão.

4ª Parada – Pesquisa bibliográfica e o estudo do esporte como fenômeno cultural

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 1, 2, 4, 5, 7.

Competências específicas de Linguagens: 1, 3, 4, 7.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG101, EM13LGG103, EM13LGG104, EM13LGG301, EM13LGG402, EM13LGG703, EM13LGG704.

Nesta Parada, os estudantes serão introduzidos à importância da pesquisa bibliográfica como ferramenta para compreender o esporte dentro de um contexto cultural mais amplo. O esporte não se limita apenas ao desempenho físico ou à competição, mas é um fenômeno cultural que reflete valores, comportamentos e questões sociais.

Por meio da pesquisa, os estudantes terão a oportunidade de estudar como diferentes culturas enxergam e praticam esportes, além de analisar as influências históricas, econômicas e sociais que moldam essas práticas. Essa Parada visa desenvolver habilidades de investigação, análise crítica e compreensão das inter-relações entre esporte, cultura e sociedade.

A habilidade EM13LGG101 é mobilizada pela análise dos discursos acadêmicos relacionados ao fenômeno esportivo, possibilitando escolhas fundamentadas durante o levantamento bibliográfico. A habilidade EM13LGG103 é trabalhada na análise e produção de textos de pesquisa e na elaboração de pôsteres. A habilidade EM13LGG104 é ativada pelo uso da linguagem verbal para compreender e produzir textos científicos, permitindo uma atuação nos diversos contextos de pesquisa. A habilidade EM13LGG301 é promovida com o envolvimento dos estudantes em processos colaborativos de produção, como a confecção do pôster e a sistematização dos dados da pesquisa. A habilidade EM13LGG402 é acionada ao se aplicarem as práticas de linguagem no contexto da apresentação dos pôsteres, adequando o estilo de comunicação ao público durante o festival esportivo inclusivo. A habilidade EM13LGG703 é utilizada ao se incentivarem o uso de diferentes mídias digitais e ferramentas na produção colaborativa dos pôsteres. A habilidade EM13LGG704 é trabalhada ao se estimular a apropriação crítica dos processos de busca e análise de informações em bases de dados acadêmicas.

É importante que os estudantes compreendam a natureza das pesquisas de revisão bibliográfica com foco no estado da arte, que são pesquisas voltadas ao reconhecimento do conhecimento atualizado e acumulado acerca de algum problema científico. Não se trata, em suma, de uma pesquisa sobre um tema, mas de uma investigação sobre outras pesquisas que circundam uma questão cientificamente colocada. Por meio das pesquisas de estado da arte, é possível entender pontos específicos acerca da discussão de um tema, questões superadas e novas possibilidades de articular novos dados, argumentos, análises e interpretações.

Sugestão de ampliação

Para aprofundar a discussão sobre pesquisas de estado da arte, leia o artigo a seguir:

- FERREIRA, Norma Sandra de Almeida. As pesquisas denominadas "estado da arte". *Educação & Sociedade*, São Paulo, ano 23, n. 79, p. 257-272, ago. 2002. Disponível em: https://www.scielo.br/j/es/a/vPsyhSBW4xJT48FfrdCtqfp/abstract/?lang=pt. Acesso em: 2 jun. 2024.

1. Comente com os estudantes que uma revisão bibliográfica (estado da arte ou estado do conhecimento) é feita para compor um panorama, a fim de compreender o que já foi estudado sobre determinado assunto, quais são as linhas de pesquisa existentes, além de conhecer a evolução de estudo de determinado tema. Livros, teses, dissertações, artigos e relatórios publicados em periódicos científicos, trabalhos de conclusão de curso, resumos publicados em anais de congressos são as principais fontes de consulta de pesquisas do estado da arte. Avalie a possibilidade de construir uma parceria com o professores de Língua Inglesa para o uso de palavras-chave nessa língua durante as pesquisas, atendendo ao desenvolvimento da habilidade EM13LGG403.

2. Antes de promover a leitura dos textos, peça que os estudantes observem a fonte de onde foram retirados. Explique que o texto 1 foi publicado em uma revista acadêmica da área de Educação Física e que o texto 2 foi retirado do repositório de trabalhos de pesquisa produzidos em uma universidade. O objetivo é fazer os estudantes reconhecerem a importância de selecionar fontes confiáveis para realizar a pesquisa bibliográfica.

a) Ajude os estudantes a compreenderem a importância de identificar o problema científico para direcionar uma pesquisa. Explique como a formulação clara dele define os rumos e o foco de um estudo.

b) Mostre aos estudantes a importância das palavras-chave na pesquisa científica. Explique como utilizá-las adequadamente para otimizar as buscas por referências relevantes.

c) Incentive os estudantes a praticarem a escolha de palavras-chave apropriadas para a realização de diferentes pesquisas. Explique como esses termos conectam o estudo a outros artigos e bases de dados científicas.

d) Discuta com os estudantes como a definição clara dos objetivos orienta a pesquisa. Destaque a diferença de abordagens entre os dois artigos – um mais voltado para estudos acadêmicos e questões sociais e o outro mais técnico, ligado à saúde dos atletas.

e) Mostre aos estudantes como os resultados em uma pesquisa de estado da arte derivam da análise e comparação de diferentes fontes bibliográficas e como esses resultados são fundamentais para a construção do conhecimento científico.

f) Explique aos estudantes a importância de usar critérios rigorosos na seleção de artigos para garantir a qualidade da pesquisa bibliográfica. Discuta como o uso de fontes confiáveis é essencial para a credibilidade dos estudos.

3. É fundamental a turma definir os termos pesquisados nas plataformas de busca. Algumas sugestões: "futebol feminino no mundo", "história do futebol feminino no mundo", "história do futebol feminino no Brasil" e "futebol feminino".

No estado da arte, identificar os estudos que outros pesquisadores fizeram sobre o tema é uma etapa fundamental para conhecer o assunto e, com base nesse repertório preexistente, ampliar a produção tendo em vista os objetivos predefinidos.

Há outras possibilidades de bancos indexadores de periódicos científicos de largo alcance que os estudantes podem encontrar. Alguns cobram pelos serviços e precisam ser assinados por instituições de Ensino Superior. Caso não seja possível os estudantes pesquisarem nesses bancos, busque conhecer instituições de Ensino Superior na região da escola e promova uma visita para que os estudantes possam acessar a biblioteca delas. Nesse caso, o escopo do estudo será a biblioteca.

Ao final da pesquisa dos estudantes, avalie se as informações são suficientes. Caso seja necessário, sugira que a pesquisa seja complementada com os novos termos inventariados.

4. Em relação às dimensões do pôster, o ideal é que, a cerca de 5 metros de distância, os elementos mais visíveis sejam o título e as imagens; a cerca de 2 metros, apareçam o subtítulo e os nomes das seções menores; por fim, a cerca de 1 metro, seja possível ler o texto e ouvir as explicações dos autores.

Novamente, essa produção pode ser feita de forma coletiva, como foi feito na produção do relatório, utilizando-se os mesmos procedimentos metodológicos.

Caso os estudantes não tenham acesso a *softwares* de edição de texto e impressoras, o pôster pode ser confeccionado à mão, utilizando materiais como cartolina, papel-cartão ou papel Kraft como base. As informações e imagens podem ser escritas e desenhadas diretamente no papel com canetas hidrográficas, lápis de cor ou tinta, explorando diferentes tamanhos e estilos de letras para destacar títulos e informações importantes. Para as imagens, os estudantes podem utilizar desenhos, colagens de fotos ou recortes de revistas, criando um visual atrativo e informativo. É importante planejar o *layout* do pôster antes de começar a produção, utilizando um rascunho para definir a disposição dos elementos e garantir uma boa organização visual.

DESEMBARQUE

Na trilha da BNCC

Competências gerais: 4, 6, 7, 9, 10.

Competências específicas de Linguagens: 3, 4, 5.

Habilidades de Linguagens: EM13LGG301, EM13LGG303, EM13LGG304, EM13LGG402, EM13LGG501, EM13LGG503.

Habilidades de Língua Portuguesa: EM13LP28, EM13LP30, EM13LP31, EM13LP34, EM13LP35.

Neste capítulo, os estudantes discutiram que o futebol é um esporte coletivo. O número de jogadores e o espaço onde é praticado depende da modalidade. Chegou a hora de organizarem um torneio inclusivo de futebol na escola. Para isso, precisam decidir quais modalidades de futebol serão vivenciadas, considerando o número de jogadores e os espaços disponíveis na escola.

A habilidade EM13LGG301 é mobilizada no processo de produção colaborativa durante a organização do festival. A habilidade EM13LGG303 é trabalhada com o debate das questões de inclusão e igualdade nas modalidades esportivas e atividades do festival, permitindo a formulação e sustentação de posições. A habilidade EM13LGG304 é desenvolvida por meio da formulação de atividades inclusivas no festival. A habilidade EM13LGG402 é incentivada pela análise das práticas esportivas e dos discursos utilizados para promover o respeito à diversidade durante o festival. A habilidade EM13LGG501 é utilizada ao se selecionarem e utilizarem movimentos corporais de maneira consciente e intencional durante as práticas esportivas do festival, promovendo o respeito às diferenças e a interação social de forma construtiva. A habilidade EM13LGG503 se manifesta ao se vivenciarem as práticas corporais e significá-las no projeto de vida dos estudantes, utilizando o festival como forma de autoconhecimento, socialização e entretenimento.

Converse com o professor de Língua Portuguesa para a promoção de trabalho interdisciplinar com as habilidades indicadas.

Festival esportivo inclusivo

É importante que você faça a leitura da proposta com os estudantes, certificando-se de que eles entenderam o objetivo. A organização do torneio tem potencial para envolver todos os estudantes, já que habilidades de diferentes linguagens serão exploradas e diferentes formas de jogar futebol serão vivenciadas. Em princípio, eles podem participar como jogadores, narradores, comentaristas, repórteres, cronistas, divulgadores dos pôsteres produzidos pela turma, etc.

Organizando o festival

2. Auxilie os estudantes na organização dos times.

4. A sugestão é que as partidas durem trinta minutos (quinze minutos para cada tempo) e tenham de três a cinco minutos de intervalo. Outra possibilidade, principalmente nos jogos de futebol de botão e pebolim, é que os jogos terminem quando uma equipe marcar determinado número de gols. Esses tempos podem ser alterados de acordo com as discussões realizadas pelos estudantes e com as necessidades da escola. Explique para os estudantes quem serão os árbitros das partidas. É importante que, com sua mediação, os estudantes decidam as regras que considerarem necessárias antes do início do torneio, mas, se ocorrerem situações inusitadas durante as partidas, eles devem estar preparados para resolvê-las. A sugestão é que haja uma equipe para resolver esses tipos de situação, que deverá ser escolhida previamente.
8. Auxilie os estudantes a pensar e a confeccionar o material necessário para o torneio.

Organizando o dia do evento

1. Se a escola permitir, nos dias do evento pode ser realizada uma campanha de arrecadação de alimentos perecíveis para uma instituição da região da escola.. Assim, uma equipe de *marketing* pode ser formada para ficar responsável por essa parte. Esse tipo de atividade é interessante porque os estudantes poderão participar de experiências em relação à maneira de lidar com a questão da solidariedade, que precisa estar presente em eventos esportivos inclusivos.

   Combine com a turma que todos serão torcedores. Quando cada estudante não estiver jogando futebol, narrando a partida ou fazendo outra atividade ligada ao evento, pode ajudar os times da turma na torcida. É preciso que os estudantes decidam se haverá faixas e bandeiras; em caso afirmativo, podem decorá-las com o emblema da turma. Eles também podem compor cânticos para animar a torcida; nesse caso, é importante lembrá-los de que o respeito ao time oponente dá mais beleza ao espetáculo. Para envolver a torcida em manifestações que promovam o respeito ao outro e aos direitos humanos, podem ser desenvolvidas campanhas contra o racismo, o machismo e a homofobia, por exemplo, que são problemas recorrentes em escolas.
2. Não se espera, com esta atividade, que os estudantes manifestem um desempenho próprio de profissionais, mas que, a partir da vivência, se sintam estimulados a pensar nessas funções como possibilidades profissionais. Se a turma preferir, é possível que troquem de função a cada jogo ou a cada dia de evento, para vivenciarem tarefas distintas.

Avaliando o aprendizado

Esse momento é essencial para a aprendizagem e o compartilhamento de ideias da turma. Contribua para que as discussões sejam respeitosas e produtivas, de maneira que ajudem na realização de outros trabalhos coletivos e nas decisões da futura profissão.

A avaliação do evento deve começar pela análise do desempenho dos estudantes, utilizando critérios que valorizem a participação ativa, o respeito às regras de inclusão e o envolvimento em atividades que promovam a diversidade e o combate aos preconceitos. Em seguida, é fundamental realizar um *feedback* colaborativo, organizando uma roda de conversa com os participantes para discutir os pontos altos do evento, compartilhar os aprendizados adquiridos e coletar sugestões para melhorias em eventos futuros.

Além disso, é importante realizar a avaliação do impacto social das campanhas nas redes sociais, analisando o nível de engajamento dos estudantes com os temas abordados e verificando se as mensagens de combate ao preconceito atingiram o público-alvo e promoveram debates construtivos. Por fim, solicite aos estudantes que preparem um relatório incluindo depoimentos dos participantes e observações sobre o sucesso das práticas inclusivas e transformadoras implementadas ao longo do evento.

RETROSPECTIVA DA VIAGEM

Sugere-se que a Retrospectiva seja realizada em uma roda de conversa, com o objetivo de verificar a aprendizagem dos estudantes e proporcionar a troca de ideias entre a turma, com a sua mediação. Caso prefira, você pode realizar a atividade em pequenos grupos e depois realizar a roda de conversa.

Fotografias da viagem: avaliação

Nesta seção, o objetivo é que os estudantes retomem conteúdos estudados no capítulo, a fim de verificar o que aprenderam. Procure valorizar o caráter formativo da atividade.

1. Esse assunto foi abordado no **Embarque**. Técnicos, árbitros, jornalistas, profissionais da saúde (fisioterapeutas, psicólogos), narradores, comentaristas e torcedores desempenham papéis essenciais. Incentive os estudantes a refletirem sobre como cada profissional contribui para o sucesso de um evento esportivo e sobre a integração desses profissionais.
2. Esse assunto foi abordado no **Embarque**. Atividades profissionais tradicionalmente associadas aos homens trazem desafios para a inserção das mulheres. Por exemplo, no jornalismo esportivo, pois elas precisam se esforçar para mostrar competência e ainda sofrem com manifestações machistas, assédio e violência de gênero.
3. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Presença de uma bola ou objeto similar. Delimitação do espaço de jogo. Presença de companheiros de jogo e de oponentes. Um alvo a atacar. Um alvo a defender. Delimitação das ações por regras. Como princípios operacionais de ataque, temos: conservação individual e coletiva da bola, progressão da equipe e da bola em direção ao alvo adversário para finalização da jogada. Os princípios operacionais de defesa são: recuperação da bola, impedimento do avanço da equipe contrária e da bola em direção ao próprio alvo e proteção do alvo visando impedir a finalização da equipe adversária.
4. Esse assunto foi abordado na 1ª Parada. Campanhas que valorizem a diversidade cultural (contra o racismo, o machismo e a homofobia) e ações articuladas entre clubes, governantes e torcedores, além de punições mais rígidas contra pessoas que cometem atos violentos dentro e fora dos campos de eventos esportivos.
5. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. A maioria dos atletas de futebol (80%) recebe menos de um salário mínimo como remuneração. Apenas um grupo de jogadores privilegiados consegue ser muito bem remunerado e ter uma vida luxuosa. Essa é uma discussão importante, pois, na maioria das vezes, a mídia só mostra histórias de jogadores que ficaram ricos, marginalizando a maioria das experiências das pessoas que sonharam em viver do esporte e acabaram se frustrando.
6. Esse assunto foi abordado na 2ª Parada. As jogadoras de futebol recebem um salário ainda menor que os homens e possuem uma infraestrutura inadequada para se tornarem profissionais. Embora o campeonato brasileiro dessa modalidade esteja sendo transmitido pelas redes de televisão (abertas e fechadas) e algumas jogadoras e equipes tenham se destacado, o Brasil ainda está longe de ser um país que valoriza as mulheres que jogam futebol.
7. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. Tecnologias como o VAR (*Video Assistant Referee*) no futebol, câmeras de linha e sensores são exemplos que tornam as decisões mais precisas e justas.
8. Esse assunto foi abordado na 3ª Parada. O *feedback* em vídeo permite a correção de erros técnicos, melhora a autopercepção dos movimentos e ajuda no desenvolvimento das habilidades esportivas.
9. Este assunto foi abordado na seção **Desembarque**. As estratégias foram: planejamento coletivo considerando os objetivos do evento, proposição de atividades esportivas e culturais visando à celebração e à inclusão, simulação da atuação de diferentes profissionais, organização de torcidas engajadas em temas sociais, divulgação do evento em redes sociais com campanhas de conscientização sobre o papel do esporte na transformação social e apresentação de pôsteres com informações científicas sobre os esportes.

Selfies da viagem: autoavaliação

Todas as respostas dessa parte são pessoais. O objetivo desta seção é possibilitar que os estudantes realizem uma autoavaliação, compartilhando com os colegas a percepção sobre o próprio aprendizado ao longo do capítulo.

2 2 4 8 0 9

ISBN 978-85-418-3540-4

2 900002 248098