



***GUIA DE ORIENTAÇÃO
DIDÁTICA: JOGOS, ESPORTES, GINÁSTICA E
DANÇA NO ENSINO MÉDIO: UMA PROPOSTA
PAUTADA EM SUGESTÕES DOS PRÓPRIOS
ALUNOS***

**AUTORES: RUBENS DA SILVA CARVALHO
JOSÉ ROBERTO GONÇALVES DE ABREU**



SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO
2. EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO
3. A BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR
4. BNCC E NOVO ENSINO MÉDIO
5. BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA ENSINO MÉDIO
6. EDUCAÇÃO FÍSICA NA ÁREA DE LINGUAGENS NO ENSINO MÉDIO
7. OBJETIVO DA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO
8. A ABORDAGEM DA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO
9. EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO NA ABORDAGEM DA BNCC NA PRÁTICA
10. EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO E AULAS PRÁTICAS
11. UNIDADE TEMÁTICA 1- JOGOS NA BNCC NO ENSINO EDUCAÇÃO FÍSICA
12. UNIDADE TEMÁTICA 2- DANÇAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA
13. DANÇAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO
14. UNIDADE TEMÁTICA 3- LUTAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA
15. AS PRÁTICAS CORPORAIS DE LUTAS
16. UNIDADE TEMÁTICA 4- A GINÁSTICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA E BNCC
17. TIPOS DE GINÁSTICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA
18. GINÁSTICA GERAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA
19. GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO NA EDUCAÇÃO FÍSICA
20. GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA
21. GINÁSTICAS COMPETITIVAS
22. HABILIDADES DE GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO E DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL
23. REFERÊNCIAS

APRESENTAÇÃO

Este Guia Didático intitulado “Jogos, Esportes, Ginástica e Dança no Ensino Médio: Uma proposta pautada em sugestões dos próprios alunos”. Trata-se de Produto Educacional da Dissertação de Mestrado Profissional apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências, tecnologia e Educação do Centro Universitário Vale do Cricaré é o resultado da pesquisa realizada junto a alunos do 1º e 2º Ano do Ensino Médio da EEEFM “Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Presidente Kennedy”

Como produto educacional, apresenta uma proposta e conteúdos metodológicos em formas de atividades expressivas corporais como: esporte, dança, ginástica, jogo, utilizando a Base Nacional Comum Curricular-BNCC 2017.

O objetivo deste Guia de Orientação Didática é apresentar a Educação Física no Ensino Médio como modalidade de ensino e quebrar o paradigma que por muitas vezes é vista como uma disciplina complementar, como se ela fosse menos importante do que outras como, por exemplo, a Matemática, História ou a Língua Portuguesa, isso ocorre devido ao pensamento dos alunos que se torna mais crítico e faz com que alguns deles não enxerguem a verdadeira importância desta disciplina para sua vida.

EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Educação Física e BNCC consideram as práticas corporais tematizadas e que devem ser abordadas ao longo do Ensino Médio, no âmbito de suas ações, desenvolver nos alunos algumas capacidades básicas, investigar, interpretar, resolver e elaborar situações problemas, realizar tomadas de decisões, estabelecer estratégias e procedimentos, adquirir e aperfeiçoar conhecimentos, buscar valores sociais e pessoais, desenvolver trabalhos de forma solidária e cooperativa e sempre ter a consciência de estar aprendendo.

Na organização dos conteúdos, deve-se levar em consideração que as formas de expressão corporal dos alunos refletem os condicionantes impostos pelas relações de poder com as classes dominantes no âmbito de sua vida particular e de seu lazer. Neste ciclo do processo de ensino-aprendizagem, existem várias formas possíveis de

distribuição do conteúdo com o tema jogo, esporte, ginástica e dança (SANTIN, 1990).

Neste estudo em especial foi dado maior ênfase no conteúdo Jogos, esporte, ginástica e dança pois estes foram os conteúdos sugeridos como parte da metodologia.

De acordo com a LDB (1996), o ensino médio, que tem duração mínima de três anos, tem por objetivo a consolidação e o aprofundamento dos conhecimentos adquiridos no ensino fundamental, possibilitando o prosseguimento de estudos; a preparação básica para o trabalho e a cidadania do educando, para continuar aprendendo, de modo a ser capaz de se adaptar com flexibilidade a novas condições de ocupação ou aperfeiçoamento posteriores; o aprimoramento do educando como pessoa humana, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual e do pensamento crítico; e a compreensão dos fundamentos científico-tecnológicos dos processos produtivos, relacionando a teoria com a prática, no ensino de cada disciplina.

O artigo 26º da LDB em seu parágrafo 3º, emprega a Educação Física como integrada à proposta pedagógica da escola, um componente curricular da Educação Básica, que deve se ajustar às faixas etárias e às condições da população escolar.

Colocar a educação física como processo educativo implica defender o ideal do ser humano como um todo, não apenas como um todo individual, mas como um todo social. Não se trata de somar partes, nem perseguir modelos definidos, mas concentrar-se no desconhecido para viver, e dessa forma fazer manifestar a imagem de cada ser humano (SANTIN, 1990).

A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, deve ser componente curricular da Educação Básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar. (LDB, 1996). Segundo Santin, (1990). ela é uma prática pedagógica que no campo escolar, tematiza, formas de atividades expressivas corporais como: esporte, dança, ginástica, jogo, onde estas formas configuram uma área de conhecimentos que chamamos de cultura corporal.

- **Esporte**

O esporte, como prática social institucionaliza temas lúdicos da cultura corporal, deve ser abordado pedagogicamente no sentido de esporte “da” escola e não como o esporte “na” escola. Sendo uma produção histórico-cultural, o esporte

subordina-se a sociedade capitalista. Na escola, é preciso resgatar os valores que privilegiam o coletivo sobre o individual. O seu ensino não se esgote nos gestos técnicos. Colocar um limite para o seu ensino. (DARIDO, SOUZA, JÚNIOR, 2007)

- **Ginástica**

A ginástica no currículo escolar tradicional brasileiro inclui formas básicas do atletismo, exercícios em aparelhos e exercícios com aparelhos manuais e ainda formas de luta. Nos programas brasileiros se evidencia a influência da calistenia e do esportivismo, ginástica artística ou olímpica, o que pode explicar o fato de a ginástica ser cada vez menos praticada nas escolas. Outro fator que interfere no ensino de ginástica na escola é a falta de instalações e aparelhos no estilo olímpico desestimula o professor a ensinar ginástica. Sua prática permite ao aluno a interpretação subjetiva das atividades através de um espaço amplo de liberdade para vivenciar as próprias ações corporais. (DARIDO, SOUZA, JÚNIOR, 2007).

- **Dança**

A dança é considerada uma expressão de diversos aspectos da vida do homem, sendo uma linguagem social na qual permite a transmissão de sentimentos, emoções da afetividade vivida nas esferas da religiosidade, do trabalho, dos costumes, hábitos, da saúde, da guerra. A escola pode oferecer ao aluno outras formas de prática da expressão corporal, como por exemplo, a mímica ou pantomima, contribuindo para o desenvolvimento da expressão comunicativa nos alunos. (FREIRE, 1989).

- **Lutas**

As práticas corporais de Lutas podem envolver técnicas, táticas e estratégias de imobilização, desequilíbrio, de atingir oponente, de excluir de determinado espaço. As Lutas possuem diversas variações técnicas e estratégias de ataque e defesa, proporcionando aos alunos a experimentação e desenvolvimento de diversas habilidades. (SANTIN, 1990).

A BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento de caráter normativo que define o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica, de modo a que tenham assegurados seus direitos de aprendizagem e desenvolvimento, em conformidade com o que preceitua o Plano Nacional de Educação (PNE). Este documento normativo aplica-se exclusivamente à educação escolar, tal como a define o § 1º do Artigo 1º da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB, Lei nº 9.394/1996)¹, e está orientado pelos princípios éticos, políticos e estéticos que visam à formação humana integral e à construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva, como fundamentado nas Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Básica (DCN).

Ao longo da Educação Básica, as aprendizagens essenciais definidas na BNCC devem concorrer para assegurar aos estudantes o desenvolvimento de dez competências gerais, que consubstanciam, no âmbito pedagógico, os direitos de aprendizagem e desenvolvimento.

Na BNCC, competência é definida 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.

É imprescindível destacar que as competências gerais da Educação Básica, apresentadas a seguir, inter-relacionam-se e desdobram-se no tratamento didático proposto para as três etapas da Educação Básica (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio), articulando-se na construção de conhecimentos, no desenvolvimento de habilidades e na formação de atitudes e valores, nos termos da LDB.

Os marcos legais que embasam a BNCC A Constituição Federal de 1988, em seu Artigo 205, reconhece a educação como direito fundamental compartilhado entre Estado, família e sociedade ao determinar que a educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho (BRASIL, 1988).

Para atender a tais finalidades no âmbito da educação escolar, a Carta

Constitucional, no Artigo 210, já reconhece a necessidade de que sejam “fixados conteúdos mínimos para o ensino fundamental, de maneira a assegurar formação básica comum e respeito aos valores culturais e artísticos, nacionais e regionais” (BRASIL, 1988).

Com base nesses marcos constitucionais, a LDB, no Inciso IV de seu Artigo 9º, afirma que cabe à União estabelecer, em colaboração com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios, competências e diretrizes para a Educação Infantil, o Ensino Fundamental e o Ensino Médio, que nortearão os currículos e seus conteúdos mínimos, de modo a assegurar formação básica comum (BRASIL, 1996; ênfase adicionada).

A LDB deixa claros dois conceitos decisivos para todo o desenvolvimento da questão curricular no Brasil. O primeiro, já antecipado pela Constituição, estabelece a relação entre o que é básico-comum e o que é diverso em matéria curricular: as competências e diretrizes são comuns, os currículos são diversos. O segundo se refere ao foco do currículo. Ao dizer que os conteúdos curriculares estão a serviço do desenvolvimento de competências, a LDB orienta a definição das aprendizagens essenciais, e não apenas dos conteúdos mínimos a ser ensinados. Essas são duas noções fundantes da BNCC. A relação entre o que é básico-comum e o que é diverso é retomada no Artigo 26 da LDB, que determina que

os currículos da Educação Infantil, do Ensino Fundamental e do Ensino Médio devem ter base nacional comum, a ser complementada, em cada sistema de ensino e em cada estabelecimento escolar, por uma parte diversificada, exigida pelas características regionais e locais da sociedade, da cultura, da economia e dos educandos (BRASIL, 1996; ênfase adicionada).

Em 2014, a Lei nº 13.005/2014 promulgou o Plano Nacional de Educação (PNE), que reitera a necessidade de estabelecer e implantar, mediante pactuação Inter federativa (União, Estados, Distrito Federal e Municípios), diretrizes pedagógicas para a educação básica e a base nacional comum dos currículos, com direitos e objetivos de aprendizagem e desenvolvimento dos(as) alunos(as) para cada ano do Ensino Fundamental e Médio, respeitadas as diversidades regional, estadual e local (BRASIL, 2017).

Nesse sentido, consoante aos marcos legais anteriores, o PNE afirma a importância de uma base nacional comum curricular para o Brasil, com o foco na aprendizagem como estratégia para fomentar a qualidade da Educação Básica em todas as etapas e modalidades (meta 7), referindo-se a direitos e objetivos de aprendizagem e desenvolvimento. Em 2017, com a alteração da LDB por força da Lei

nº 13.415/2017, a legislação brasileira passa a utilizar, concomitantemente, duas nomenclaturas para se referir às finalidades da educação:

Art. 35-A. A Base Nacional Comum Curricular definirá direitos e objetivos de aprendizagem do ensino médio, conforme diretrizes do Conselho Nacional de Educação, nas seguintes áreas do conhecimento [...] Art. 36. § 1º A organização das áreas de que trata o caput e das respectivas competências e habilidades será feita de acordo com critérios estabelecidos em cada sistema de ensino (BRASIL, 2018; ênfases adicionadas).

O conceito de competência, adotado pela BNCC, marca a discussão pedagógica e social das últimas décadas e pode ser inferido no texto da LDB, especialmente quando se estabelecem as finalidades gerais do Ensino Fundamental e do Ensino Médio (Artigos 32 e 35).

Ao adotar esse enfoque, a BNCC indica que as decisões pedagógicas devem estar orientadas para o desenvolvimento de competências. Por meio da indicação clara do que os alunos devem “saber” (considerando a constituição de conhecimentos, habilidades, atitudes e valores) e, sobretudo, do que devem “saber fazer” (considerando a mobilização desses conhecimentos, habilidades, atitudes e valores para resolver demandas complexas da vida cotidiana, do pleno exercício da cidadania e do mundo do trabalho), a explicitação das competências oferece referências para o fortalecimento de ações que assegurem as aprendizagens essenciais definidas na BNCC.

BNCC E NOVO ENSINO MÉDIO

Após o Plano Nacional de Educação ser aprovado em 2014, com metas e estratégias para a política educacional do país até 2024, duas outras importantes discussões ocorreram nos últimos anos: a busca de um consenso para elaboração de uma Base Nacional Comum Curricular, a BNCC, e a Reforma do Ensino Médio.

Por Medida Provisória, a Reforma do Ensino Médio foi aprovada em 2017. Já a BNCC do Ensino Médio foi homologada no final de 2018.

Figura 1: Competências Gerais da Educação Básica



Fonte: (BRASIL, 2017)

A BNCC traz as diretrizes para a educação de todo o país; o que é obrigatório ser ensinado em cada série. Ainda aponta quais objetivos precisam ser atingidos da Educação Infantil ao Ensino Médio.

Já as alterações feitas no Ensino Médio têm como proposta reorganizar o modelo de ensino, valorizando a profissionalização e oferecendo ao aluno a chance de escolher cursar as áreas que possui mais afinidade.

Ensino Médio a BNCC Educação Física recomenda:

- vivência de novas e diferentes práticas corporais;
- reflexão sobre essas práticas (origem, valores, discursos associados, sentidos e significados de produção e apreciação);
- aprofundamento dos conhecimentos sobre o potencial e os limites do corpo;
- a importância de um estilo de vida ativo fisicamente e da relação do movimento com a saúde;
- reflexão sobre a utilização de espaços públicos e privados para o desenvolvimento de práticas corporais (protagonismo comunitário, prática corporal como direito de todo cidadão)

Ainda segundo a BNCC, o conjunto de experiências das aulas de Educação

Física no ensino médio desenvolvem:

- autoconhecimento e autocuidado com o corpo e a saúde;
- socialização e entretenimento;
- ampliação do entendimento dos estudantes sobre as práticas corporais e seus fenômenos associados;
- o diálogo com outras áreas do conhecimento;
- indivíduos capazes de analisar e transformar suas práticas corporais a partir de decisões éticas e reflexivas conscientes em defesa dos valores e direitos humanos e democráticos.

BNCC - EDUCAÇÃO FÍSICA ENSINO MÉDIO

A BNCC Educação Física Ensino Médio é a Base Nacional Comum Curricular de Educação Física para o Ensino Médio, ou seja, é o currículo básico de Educação Física para o Ensino Médio no Brasil, aquilo que os estudantes do Ensino Médio devem aprender.

OBJETIVO DA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

A BNCC Educação Física no Ensino Médio tem como objetivo consolidar e ampliar as aprendizagens previstas na BNCC Educação Física do Ensino Fundamental, garantindo os direitos linguísticos das práticas corporais aos diferentes povos e grupos sociais brasileiros. Três observações importantes:

1. A consolidação e ampliação das aprendizagens previstas no Ensino Fundamental;
2. As práticas corporais são formas de linguagens;
3. As práticas corporais dos diferentes povos e grupos culturais devem fazer parte do currículo da Educação Física no Ensino Médio.

EDUCAÇÃO FÍSICA NA ÁREA DE LINGUAGENS NO ENSINO MÉDIO

A Educação Física no Ensino Médio segundo a BNCC compõe a área de “Linguagens e suas Tecnologias” junto com Língua Portuguesa, Educação Artística e

Língua Estrangeira.

A ABORDAGEM DA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

A abordagem da BNCC Educação Física no Ensino Médio consiste em se aprofundar nas gestualidades e movimentos de práticas corporais de diversos grupos culturais e, a partir daí, analisar os valores e discursos associados a essas práticas, bem como os processos relacionados aos sentidos e significados que estão envolvidos na produção e na apreciação dessas práticas corporais.

EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO NA ABORDAGEM DA BNCC NA PRÁTICA

1. Escolha uma unidade temática. Ex.: Lutas
2. Escolha uma prática corporal dentro daquela unidade temática. Ex.: Capoeira
3. Tematize a prática corporal Capoeira. Ex.: Origem, vivências de gestos e movimento, valores, significados e discursos associados, relação com o conhecimento e cuidado com o corpo e a saúde, relação com a socialização e o entretenimento, diálogo com outras áreas do conhecimento, relação com luta por direitos humanos e democráticos.

Perceba como é possível fazer uma aula de Educação Física riquíssima, com uma prática corporal não hegemônica, de origem afro-brasileira, repleta de valores, discursos, e significados associados a sua produção e apreciação.

Todas as práticas corporais são expressão de uma cultura, são ricos significados valores e discursos e podem ser tematizadas de várias maneiras.

EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO E AULAS PRÁTICAS

Muitas vezes quando nos deparamos com uma abordagem rica em processos de ensino e aprendizagem parece que a Educação Física foi dissociada da sua essência: o movimento corporal.

É importante entender que a forma como compreendemos a Educação Física também é uma construção ou uma produção cultural, ou seja, há valores, significados

e discursos associados a nossa compreensão de Educação Física, seja ela qual for.

Também é importante salientar que não uma desassociação da Educação Física com o movimento corporal quando abordamos as práticas corporais de diferentes formas. Tudo isso pode ser feito num ambiente lúdico de vivência, experimentação, conhecimento, reflexão e ação.

UNIDADE TEMÁTICA 1- JOGOS NA BNCC NO ENSINO EDUCAÇÃO FÍSICA



Objetos do Conhecimento

Jogos

- Jogos pré-desportivos do futebol (gol a gol, controle, chute em gol, rebatida, drible, bobinho, dois toques);
- Jogos populares: bocha, malha, taco, boliche;

HABILIDADES:

- Praticar um ou mais esportes de rede/parede, campo e taco, invasão e combate oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas.
- Formular e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de campo e taco, rede/parede, invasão e combate como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.
- Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.

Conteúdos

- **Marca:** conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar os resultados registrados em segundos, metros ou quilos (patinação de velocidade, todas as provas do atletismo, remo, ciclismo, levantamento de peso etc.).
- **Precisão:** conjunto de modalidades que se caracterizam por arremessar/lançar um objeto, procurando acertar um alvo específico, estático ou em movimento, comparando-se o número de tentativas empreendidas, a pontuação estabelecida em cada tentativa (maior ou menor do que a do adversário) ou a proximidade do objeto arremessado ao alvo (mais perto ou mais longe do que o adversário conseguiu deixar), como nos seguintes casos: bocha, *curling*, golfe, tiro com arco, tiro esportivo etc.
- **Técnico combinatório:** reúne modalidades nas quais o resultado da ação motora comparado é a qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios (ginástica artística, ginástica rítmica, nado sincronizado, patinação artística, saltos ornamentais etc.).
- **Rede ou quadra dividida ou parede de rebote:** reúne modalidades que se caracterizam por arremessar, lançar ou rebater a bola em direção a setores da quadra adversária nos quais o rival seja incapaz de devolvê-la da mesma forma ou que leve o adversário a cometer um erro dentro do período de tempo em que o objeto do jogo está em movimento. Alguns exemplos de esportes de rede são voleibol, vôlei de praia, tênis de campo, tênis de mesa, *badminton* e peteca. Já os esportes de parede incluem pelota basca, raquetebol, *squash* etc.
- **Campo e taco:** categoria que reúne as modalidades que se caracterizam por rebater a bola lançada pelo adversário o mais longe possível, para tentar percorrer o maior número de vezes as bases ou a maior distância possível entre as bases, enquanto os defensores não recuperam o controle da bola, e, assim, somar pontos (beisebol, críquete, *softbol* etc.).
- **Invasão ou territorial:** conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/ campo defendida pelos adversários (gol, cesta, *touchdown* etc.), protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo (basquetebol, *frisbee*, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei sobre grama, polo aquático, rúgbi etc.).

UNIDADE TEMÁTICA 2- DANÇAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA

A unidade temática Danças na BNCC da Educação Física explora o conjunto das práticas corporais caracterizadas por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções específicas, muitas vezes também integradas a coreografias.

DANÇAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO



Segundo a BNCC as danças podem ser realizadas de forma individual, em duplas ou em grupos, sendo essas duas últimas as formas mais comuns.

Objetos do Conhecimento

- Danças do contexto comunitário e regional

Habilidades

- Experimentar e fruir diferentes danças do contexto comunitário e regional (rodas cantadas, brincadeiras rítmicas e expressivas), e recriá-las, respeitando as diferenças individuais e de desempenho corporal.
- Identificar os elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças do contexto comunitário e regional, valorizando e respeitando as manifestações de diferentes culturas.

Práticas Corporais de Danças

- samba, baião, valsa, quadrilha, afoxé, catira, bumba-meu-boi, maracatu, xaxado, etc.

Objetos do Conhecimento

- Danças urbanas.

Habilidades

- Experimentar, fruir e recriar danças urbanas, identificando seus elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos).
- Planejar e utilizar estratégias para aprender elementos constitutivos das danças urbanas.
- Diferenciar as danças urbanas das demais manifestações da dança, valorizando e respeitando os sentidos e significados atribuídos a eles por diferentes grupos sociais.

Práticas Corporais de Danças

- Rap, funk, break, pagode, Locking, Popping, Hip Hop, Freestyle, House Dance, Krump.

Objetos do Conhecimento

- Danças de salão.

Habilidades

- Experimentar, fruir e recriar danças de salão, valorizando a diversidade cultural e respeitando a tradição dessas culturas.
- Planejar e utilizar estratégias para se apropriar dos elementos constitutivos (ritmo, espaço, gestos) das danças de salão.
- Discutir estereótipos e preconceitos relativos às danças de salão e demais práticas corporais e propor alternativas para sua superação.
- Analisar as características (ritmos, gestos, coreografias e músicas) das danças de salão, bem como suas transformações históricas e os grupos de origem.

UNIDADE TEMÁTICA 3- LUTAS NA BNCC EDUCAÇÃO FÍSICA



As Lutas na Educação Física Escolar e BNCC no Ensino Fundamental são as práticas corporais que falam de disputas corporais.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE LUTAS

Há diversas práticas corporais de Lutas que podem ser tematizadas nas aulas de Educação Física.

Há lutas brasileira como a Capoeira e a Luta Marajoara e as lutas de outros países como Muay Thai, Boxe, Judô, Esgrima, etc.

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA I

Objetos do Conhecimento

- Lutas do contexto comunitário e regional
- Lutas de matriz indígena e africana

Habilidade de Lutas

- Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas presentes no contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana.

- Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana experimentadas, respeitando o colega como oponente e as normas de segurança.
- Identificar as características das lutas do contexto comunitário e regional e lutas de matriz indígena e africana, reconhecendo as diferenças entre lutas e brigas e entre lutas e as demais práticas corporais.

Conteúdos de Lutas

- Capoeira, Luta Marajoara, Huka-huka, Cabo de guerra, Arco e flecha, Xikunahity (Futebol de cabeça), Rõkrã.

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA II

Objetos do Conhecimento

- Lutas do Brasil

Habilidade de Lutas

- Experimentar, fruir e recriar diferentes lutas do Brasil, valorizando a própria segurança e integridade física, bem como as dos demais.
- Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas do Brasil, respeitando o colega como oponente.
- Identificar as características (códigos, rituais, elementos técnico-táticos, indumentária, materiais, instalações, instituições) das lutas do Brasil.
- Problematizar preconceitos e estereótipos relacionados ao universo das lutas e demais práticas corporais, propondo alternativas para superá-los, com base na solidariedade, na justiça, na equidade e no respeito.

Conteúdos de Lutas

- Capoeira, Luta Marajoara, Jiu-jitsu brasileiro, Caratê Machida, Maculelê, Tarracá, Vale Tudo, Aipenkuit, Esgrima Crioula, Huka-huka, Idjassú.

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA III

Objetos do Conhecimento

- Lutas do mundo

Habilidade de Lutas

- Experimentar e fruir a execução dos movimentos pertencentes às lutas do mundo, adotando procedimentos de segurança e respeitando o oponente.
- Planejar e utilizar estratégias básicas das lutas experimentadas, reconhecendo as suas características técnico-táticas.
- Discutir as transformações históricas, o processo de esportivização e a midiaticização de uma ou mais lutas, valorizando e respeitando as culturas de origem.

Conteúdos de Lutas

- Judô, Caratê, Boxe, Muay Thai, Luta Olímpica, Sambo, Kung-fu, Kickboxing, Aikido e Taekwondo.

UNIDADE TEMÁTICA 4- A GINÁSTICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA E BNCC



Segundo a BNCC a Ginástica na Educação Física escolar é uma das Unidades Temáticas.

Ginástica na BNCC Educação Física do Ensino Médio, suas divisões, características e os objetos de ensino e habilidades propostas pela BNCC do Ensino Médio para a Educação Física.

TIPOS DE GINÁSTICAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA

A BNCC na unidade temática Ginástica propõe significados e formas de organização muito diferentes dessa prática corporal e adota a seguinte classificação:

- Ginástica Geral
- Ginástica de Condicionamento Físico
- Ginástica de Conscientização Corporal

GINÁSTICA GERAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA

A Ginástica Geral é também conhecida como a ginástica para todos, Ginástica

Básica, Ginástica Expressiva ou Ginástica Acrobática.

A Ginástica Geral é uma prática corporal não competitiva, que envolve possibilidades de expressão corporal, acrobáticas, de interações sociais e de compartilhamento de aprendizagem.

A Ginástica Geral pode ser constituída de exercícios no solo, no ar (saltos), em aparelhos (trapézio, corda, fita elástica), de maneira individual ou coletiva, e combinam um conjunto variado de movimentos corporais como piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas etc.

Também fazem parte da Ginástica Geral os jogos de malabar ou malabarismo.

GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO NA EDUCAÇÃO FÍSICA

As Ginásticas de Condicionamento Físico são caracterizadas pelos exercícios físicos voltados para melhora do condicionamento físico, melhora da condição física e modificação da composição corporal.

Também é característica da Ginástica de Condicionamento Físico as sessões planejadas de séries e repetições de exercícios com intensidade e frequência definidas.

GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO NA EDUCAÇÃO FÍSICA

As Ginásticas de Conscientização Corporal caracterizam-se por movimentos lentos e suaves, melhora da condição postural e/ou a conscientização de exercícios respiratórios, com o objetivo de melhorar a percepção do próprio corpo.

Alguns exemplos são a biodança, a bioenergética, a eutonia, a antiginástica, o Método Feldenkrais, a ioga, o tai chi chuan, a ginástica chinesa, entre outros.

GINÁSTICAS COMPETITIVAS

As denominadas ginásticas competitivas foram consideradas como práticas esportivas e, por tal motivo, foram alocadas na unidade temática Esportes com outras modalidades técnico-combinatórias.

Essas modalidades fazem parte de um conjunto de esportes que se

caracterizam pela comparação de desempenho centrada na dimensão estética e acrobática do movimento, dentro de determinados padrões ou critérios técnicos.

Portanto, contempla as modalidades de ginástica acrobática, aeróbica esportiva, artística, rítmica e de trampolim.”

A BNCC Educação Física, na Unidade Temática Ginástica, propõe as seguintes habilidades para o Ensino Médio.

Objetos de Ensino

Ginástica de Condicionamento Físico e de Conscientização Corporal.

HABILIDADES DE GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO E DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL

- Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.
- Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).
- Problematizar a prática excessiva de exercícios físicos e o uso de medicamentos para a ampliação do rendimento ou potencialização das transformações corporais.
- Experimentar e fruir um ou mais tipos de ginástica de conscientização corporal, identificando as exigências corporais dos mesmos.
- Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.

REFERÊNCIAS

BRASIL, *Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional*. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Diário Oficial da União, 5 de outubro de 1988.

BRASIL. **Lei nº 9394**, de 20 de dezembro de 1996.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular/Ministério da Educação. Secretária de Educação Básica**. Diretoria de Currículos e Educação Integral.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular/Ministério da Educação**. Secretária de Educação Básica. Diretoria de Currículos e Educação Integral. Brasília: MEC, 2018.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JÚNIOR, Osmar Moreira. **Para Ensinar Educação Física: Possibilidades de Intervenção na Escola**. Campinas, São Paulo: Papirus, 2007.

FREIRE, J.B. **Educação Física de corpo inteiro: teoria e prática da educação física escolar**. Rio de Janeiro: Scipione, 1989.

SANTIN, Silvino. **Educação Física outros caminhos**. Porto Alegre: Est, 1990.

SITES VISITADOS:

<https://www.dicaseducacaofisica.info/ginastica-bncc-educacao-fisica/><https://www.dicaseducacaofisica.info/dancas-bncc-educacao-fisica/><https://www.dicaseducacaofisica.info/bncc-ensino-medio/>