



CADERNO DIDÁTICO — A DIVERSIFICAÇÃO DOS CONTEÚDOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: LUTAS E PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

Flávio Azevedo Gava

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES)

<http://lattes.cnpq.br/5629117202114627>

<https://orcid.org/0009-0003-4130-6970>

Ueberson Ribeiro Almeida

Universidade Federal do Espírito Santo (UFES)

<http://lattes.cnpq.br/1735265888095821>

<https://orcid.org/0000-0001-9255-4542>

Introdução

O presente texto tem como objetivo apresentar o Recurso Educacional *A diversificação dos conteúdos nas aulas de Educação Física: Lutas e Práticas Corporais de Aventura*, resultante da nossa pesquisa de Mestrado Profissional em Educação Física.

Os Recursos Educacionais surgem como possibilidade de viabilizar não apenas o enfrentamento de problemas vivenciados pelos/as professores/as, mas também, possibilidades de desenvolvimento profissional, seja por meio de reflexões sobre teorias, seja por meio de análise das práticas pedagógicas (Souza; Belizário; Ferreira, 2021). Tais recursos podem se configurar como proposta de cursos de formação continuada para professores da educação básica, caderno didático, artefatos tecnológicos etc. Assim, optamos pela produção de um Caderno que sistematiza, didaticamente, a intervenção pedagógica realizada.

A pesquisa foi desenvolvida com estudantes do 7º ano do Ensino Fundamental e buscou superar uma cultura reduzida de aulas de Educação Física (EF), pautadas apenas no fazer e limitadas ao futebol, queimada e piques. Em uma avaliação diagnóstica com os/as estudantes, percebemos que grande parte dessas atividades era realizada com segregação de gênero e não havia preocupação com a participação de todos/as.

Para tanto, planejamos e desenvolvemos uma intervenção pedagógica por meio de duas unidades didáticas, uma de Lutas e outra de Práticas Corporais de Aventura (PCAs) com propósito de ressignificar as aulas de EF para os alunos, buscando ampliar seus repertórios culturais relativos ao patrimônio das Práticas Corporais.





Cabe salientar que, durante o estudo, a escola passava por obras, o que restringiu significativamente os espaços para o desenvolvimento das atividades propostas. Entretanto, tais limitações não nos impossibilitaram de realizar uma abordagem ampla e enriquecedora sobre as Lutas e as PCAs.

Estruturação do Caderno Didático

Buscamos construir o Caderno Didático com uma linguagem adequada ao compartilhamento com os/as professores/as das escolas públicas. O documento inicia-se com uma carta direcionada a esse público, na qual apresentamos, de forma breve, os objetivos do material. Na sequência delimitamos os conceitos — *Escola, Educação Física e Inovação Pedagógica* — fundamentais para o desenvolvimento do estudo.

Além disso, o caderno apresenta uma sequência didática composta por vinte e uma aulas, organizadas em seis temáticas, sendo três voltadas às lutas e três às PCAs, conforme demonstrado no Quadro 1:

Quadro 1 - Sequência didática.

(continua)

Temáticas	Aulas – intervenções
Afinal o que são lutas?	<p>Aula 1. Diferenciar lutas e brigas, e refletir sobre a influência que a mídia exerce na percepção sobre essa prática corporal;</p> <p>Aulas 2 e 3. Vivência e contextualização das características elementares das lutas de curta e média distância;</p> <p>Aula 4. Avaliação por meio de produção de textos, desenhos e/ou tirinhas com as percepções sobre os desenvolvimentos realizados;</p>
Lutas, questões de gênero e estereótipos corporais	<p>Aula 5. Debate sobre as questões de gênero;</p> <p>Aula 6. Debate sobre a influência que a mídia mercadológica exerce sobre as lutas e percepção dos corpos;</p> <p>Aula 7. Vivência das características elementares das lutas de longa distância, incentivando o embate com estudantes do sexo oposto e/ou diferentes biotipos;</p> <p>Aula 8. Avaliação - confecção de cartazes com as reflexões e/ou percepções dos estudantes;</p>
Lutas Brasileiras: Huka-Huka, Capoeira e Luta Marajoara	<p>Aula 9. Organização dos grupos para o Seminário de Apresentações, delimitação das lutas e leitura coletiva dos textos;</p> <p>Aulas 10 e 11. Ensaaios da apresentação oral e da representação da luta tematizada;</p> <p>Aula 12. Apresentação do Seminário;</p>



Quadro 1 - Sequência didática.

(Conclusão)

Temáticas	Aulas – intervenções
O que são práticas corporais de aventura? Suas possibilidades, potencialidades e o gerenciamento de risco	<p>Aula 13. Vivência e contextualização do <i>Slackline</i></p> <p>Aula 14. Tematização sobre as PCAs, conceitos, desenvolvimento histórico, classificações e gerenciamento do risco.</p> <p>Aula 15. Sensibilização sobre a percepção individual, sobre o risco envolvido nas PCAs e avaliação com a produção de quadros com a classificação das PCAs de acordo com o seu risco;</p>
Práticas Corporais de Aventura e o direito ao lazer	<p>Aula 16. Vivência e contextualização do <i>Parkour</i>;</p> <p>Aula 17. Debate sobre o lazer enquanto direito social por meio da análise da Constituição Federal.</p> <p>Aula 18. Aula-pesquisa sobre espaços de lazer próximos à escola e confecção de uma postagem para expressarem suas reflexões sobre as disponibilidades e facilidades de acesso a esses espaços.</p>
Corrida de Orientação	<p>Aulas 19 e 20. Contextualização e vivência de elementos característicos da modalidade.</p> <p>Aula 21. Saída pedagógica para vivência de uma “prova” de Corrida de Orientação.</p>

Fonte: Elaborado pelo professor-pesquisador.

Todas as temáticas foram atravessadas por eixos que contemplaram as três dimensões do conteúdo. Tais eixos emergiram de problemáticas/carências identificadas durante o diagnóstico e buscaram oportunizar uma formação ampla, que considerasse aspectos sociais, técnicos, culturais, éticos e estéticos. Assim, estipulamos os eixos: *Aspectos históricos e conceituais*; *Questões de gênero e étnico-raciais*; *Corpo, práticas corporais e sociedade*; *direito ao lazer*; *Mídia, trabalho e consumo*. Destacamos que esses eixos estão divididos apenas para fins didáticos, uma vez que, na realidade, eles apareceram simultaneamente nas atividades desenvolvidas.

Com o objetivo de proporcionar uma melhor compreensão para o/a leitor/a, há uma página do Caderno Didático dedicada a explicitar os objetivos propostos em cada temática, além dos eixos que atravessaram as atividades realizadas, conforme demonstra a imagem 1:



Imagem 1 - Estruturação da temática

Temática 2

Lutas, questões de gênero e estereótipos corporais

Nesta temática, buscamos fomentar o pensamento crítico acerca dos debates sobre o gênero, não só nas lutas, mas em todas as práticas corporais, e sobre os padrões estéticos estabelecidos pela sociedade. Para o desenvolvimento da dimensão procedimental, os/as estudantes vivenciaram jogos de lutas com elementos das lutas de longa distância. Esses desenvolvimentos foram atravessados pelos eixos:

Questões de gênero e étnico-raciais

Discute e reflete sobre as questões de gêneros e étnico-raciais que emergem de nossa sociedade (racista e patriarcal) e se refletem nas práticas corporais; promoção da compreensão, respeito e valorização da diferença

Corpo, práticas corporais e sociedade

Analisa e reflete como a sociedade emprega/ impõe valores/padrões que se refletem tanto nas práticas corporais quanto no corpo. Tematiza a padronização dos corpos, saúde vinculada à beleza e ao consumo

23

Fonte: Caderno didático elaborado pelo professor-pesquisador

Buscamos, em cada uma das aulas, apresentar inicialmente os objetivos das atividades desenvolvidas e as estruturamos em “momentos”. Além disso, disponibilizamos imagens das atividades realizadas, balões com os materiais utilizados, citações explicativas e/ou de sensibilização sobre o tema, bem como quadros com sugestões de leitura e/ou vídeos que possibilitam um desenvolvimento aprofundado da prática/tema em si.

Ademais, dispõe do quadro *Dica do professor-pesquisador*, que tem por objetivo expressar ações classificadas, pelo mesmo, como assertivas. Tais dicas buscam otimizar as aulas e/ou criar um ambiente acolhedor, pautado nos princípios de inclusão, equidade e afirmação das diferenças.

A imagem 2, a seguir, ilustra essa estruturação:



Imagem 2 - Estruturação das aulas

Aula 16

Na aula inicial dessa temática, oportunizamos aos/às estudantes uma vivência do *parkour*.

Objetivos da aula:

- vivenciar o *parkour* valorizando a própria segurança e integridade física, bem como a dos demais alunos/as, além de planejar alternativas para a prática segura em diferentes espaços;
- identificar os riscos durante a realização do *parkour* e planejar estratégias para sua superação;
- explorar, por meio do *parkour*, o próprio corpo reconhecendo seus limites e potencialidades.

1º MOMENTO

Conversa inicial para captar as percepções dos/as estudantes sobre o *parkour*.
Explicação da dinâmica da aula e seus objetivos.



2º MOMENTO

Experimentação do *parkour*, e realização de diálogos para construção do conhecimento sobre os aspectos conceituais, procedimentais e atitudinais.
Roda de conversa final para captar as percepções dos estudantes sobre a prática vivenciada.






Vivência do *parkour*

MATERIAIS UTILIZADOS

Banco e mesa do refeitório, tatames, corda e arco.

Dica do Professor-pesquisador

Use a criatividade para desenvolver o *parkour* nas aulas! Qualquer objeto do ambiente escolar pode se transformar em obstáculo — bancos, mesas, alambrados, arquibancadas e até marcas no chão. Explore diferentes possibilidades e incentive os estudantes a superar desafios com segurança, respeito e colaboração.

Sugestões de leitura para desenvolvimento do *parkour* nas aulas

SENA, D. C. S. de; LEMOS, M. H. S. de. *Parkour: propostas de aulas na educação física escolar*. 2020.

SILVA, H. C. A. *O Parkour Como Prática Corporal Contemporânea: uma proposta de sistematização didática na educação física escolar*. 2020.

37

Fonte: Caderno didático elaborado pelo professor-pesquisador

Considerações finais

Como mencionado anteriormente, a falta de espaços adequados foi um desafio presente nas ações desenvolvidas — realidade comum a muitas escolas do país —, entretanto não nos impossibilitou de realizar uma abordagem ampla e enriquecedora sobre as lutas e as PCAs.

Dessa forma o Caderno Didático *A diversificação dos conteúdos nas aulas de Educação Física: Lutas e Práticas Corporais de Aventura* apresenta-se como uma alternativa para auxiliar professores/as que enfrentam essas dificuldades e/ou almejam ampliar o acervo cultural dos



alunos. Além disso, configura-se como uma fonte de inspiração para docentes que buscam desenvolver suas práticas pedagógicas sob a ótica da diversificação dos conteúdos, abordando as lutas e PCAs.

Além de vivenciarem/conhecerem novas práticas corporais, os/as estudantes desenvolveram compreensões/conhecimentos sobre os aspectos históricos e as características das Lutas e PCAs. Também foram estimulados a refletir criticamente sobre algumas questões socioculturais relacionadas a essas práticas, como o debate sobre o gênero, os estereótipos corporais, as questões étnico-raciais, o direito ao lazer e as influências das mídias mercadológicas.

A pesquisa desenvolvida buscou legitimar a EF como componente curricular e, reafirma o compromisso com o papel social da escola, evidenciando sua importância na formação de sujeitos que intervirão positivamente na sociedade. Por meio das tematizações realizadas, o estudo buscou contribuir para a formação de cidadãos mais críticos, capazes de questionar e interpretar os discursos mercadológicos e moralizantes que compõem as práticas corporais no lazer (Marcellino, 2006).

Referência do Recurso Educacional

GAVA, F. A. **A diversificação dos conteúdos nas aulas de Educação Física: lutas e práticas corporais de aventura.** 2025. 47 f. Recurso Educacional (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF) - Universidade Federal do Espírito Santo, Centro de Educação Física e Desporto, Vitória, 2025. Disponível em: https://educacaofisica.ufes.br/sites/educacaofisica.ufes.br/files/field/anexo/comp_oficial_recurso_educacional_-_a_diversificacao_dos_conteudos_nas_aulas_de_educacao_fisica_1.pdf.

Área temática: Educação Física nos Anos Finais do Ensino Fundamental

Referências bibliográficas

MARCELLINO, N. C. **Estudo do lazer:** uma introdução. 4 ed. Campinas: Autores Associados, 2006.

SOUZA, T. C.; BELIZÁRIO, V. A.; FERREIRA, H. M. Caderno pedagógico como produto educacional do Mestrado Profissional em Educação: contribuições para a formação docente. **Devir Educação**, Lavras, v. 5, n. 2, p. 31-48, jul./dez. 2021.

