



**ACORDO DE COOPERAÇÃO TÉCNICA ENTRE  
SEME E UNESCO – PROJETO 914BRZ1006**

**CURSO DE ATUALIZAÇÃO EM PEDAGOGIA DO ESPORTE**

**Guia Didático**  
**Atividades Gímnico-acrobáticas**  
**(versão preliminar)**

Consultor  
Igor Armbrust

**Organizadoras das obras de referência:**

Sheila Aparecida Pereira dos Santos Silva

Thatiana Aguiar Freire Silva

**Autores:**

Antenor Magno da Silva Neto

Cynthia Cleusa Pasqua Mayer Tibeau

Dante de Rose Junior

Edison de Jesus Manoel

Igor Armbrust

José Anibal de Azevedo Marques

Meico Fugita

**Revisão dos textos:**

Fernando Fagundes Ferreira

São Paulo

2013

## SUMÁRIO

	Pág.
1. Introdução .....	4
2. Apresentação do Guia Didático .....	4
3. Compreensão e características comuns sobre as atividades gímnico-acrobáticas .....	5
4. Modalidades presentes na família esportiva .....	7
5. Competências a desenvolver por meio da vivência das atividades gímnico-acrobáticas relacionadas aos quatro pilares da educação da UNESCO .....	8
5.1 Competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnico-acrobáticas relacionadas aos quatro pilares da Educação da UNESCO .....	10
6. Processos pedagógicos.....	12
6.1 Organização do processo pedagógico. ....	14
7. Orientações metodológicas. ....	20
8. Ginástica .....	25
8.1 Apresentação da modalidade.....	25
8.2 Variáveis .....	29
8.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem .....	31
8.4 Para saber mais .....	56
9. Atividades Circenses .....	58
9.1 Apresentação das modalidades .....	58
9.2 Variáveis .....	62
9.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem .....	63
9.4 Para saber mais .....	84
10. Esportes radicais.....	86
10.1 Apresentação das modalidades .....	86
10.2 Variáveis .....	98
10.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem .....	99
10.4 Para saber mais .....	117
11. Referências Bibliográficas .....	119

## Lista de quadros

	Pág.
Quadro 01: Competências gerais e suas relações com os quatro pilares da educação e com as competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnic-acrobáticas.....	10
Quadro 02: Organização do processo pedagógico.....	16
Quadro 03: Tipos de avaliação.....	18
Quadro 04: <i>Continuum</i> de aprendizagem.....	29
Quadro 05: Objetivos, habilidades e características das atividades circenses.....	59

## Lista de Figuras

	Pág.
Figura 01: Boneco das variáveis estratégicas.....	22
Figura 02: Elementos básicos da ginástica.....	27
Figura 03: Boneco das variáveis estratégicas da ginástica.....	30
Figura 04: Boneco das variáveis estratégicas circenses.....	63
Figura 05: Posturas para pirâmides: duplas, trios ou quartetos.....	75
Figura 06: Palhaço.....	81
Figura 07: Kit básico para <i>slackline</i> .....	94
Figura 08: Procedimento de montagem do <i>slackline</i> .....	95
Figura 09: Boneco das variáveis estratégicas de esportes radicais.....	99

## 1. Introdução

O **Guia Didático** de Atividades Gímnico-acrobáticas tem como principal objetivo oferecer aos educadores subsídios para o desenvolvimento de atividades compatíveis com as características, interesses e necessidades dos praticantes, considerando as diferentes realidades locais. Este **Guia Didático** se fundamenta no **Documento Norteador da Proposta Pedagógica do Clube Escola**, que estabelece toda sua fundamentação filosófica e metodológica. No Documento Norteador, o educador poderá aprofundar as bases teóricas da proposta, o que lhe permitirá compreender as orientações e os exemplos ilustrativos que constam no **Guia Didático**. Assim, o Documento Norteador e o **Guia Didático** são documentos que se complementam.

Neste **Guia Didático**, as atividades gímnico-acrobáticas serão descritas por meio de exemplos, permitindo ao educador refletir, elaborar seu próprio programa e criar alternativas para enfrentar situações decorrentes de alterações do ambiente ou de particularidades das turmas.

## 2. Apresentação do Guia Didático

Por “Guia” entendemos um instrumento a ser útil na mediação entre a proposta do CLUBE ESCOLA, o conhecimento e a experiência dos profissionais de Educação Física e Esporte envolvidos, e a elaboração, condução e avaliação das atividades sistematizadas, nas atividades gímnico-acrobáticas, oferecidas às crianças e aos jovens. Não tratamos aqui de receitas a aplicar, sem a devida análise crítica e adaptações à realidade dos Clubes.

Neste guia, além das sugestões apresentadas, o profissional de Educação Física e Esporte encontrará condições para criar, juntamente com seus alunos e respeitando seu ambiente de trabalho, outras formas de desenvolver a aprendizagem das atividades gímnico-acrobáticas discutidas no projeto SEME/UNESCO.

A proposta aqui é apresentar **para e com** o profissional de Educação Física e Esporte um conjunto de ferramentas em processos – conceitos, princípios, experimentações –, que possam subsidiar seus conhecimentos e experiências em suas ações de análise, construção e desenvolvimento das atividades esportivas, tendo como norte a promoção do desenvolvimento humano por meio do esporte.

O presente guia oferece parâmetros, sugestões e vínculos. Busca orientar o profissional de Educação Física e Esporte a conduzir e alinhar processos cruciais na

constituição de uma proposta que priorize e privilegie as dimensões humanas do aprendizado e da prática do Esporte.

### **3. Compreensão e características comuns sobre as atividades gímnico-acrobáticas**

Cabe à Educação Física a responsabilidade por discutir, transmitir e valorizar toda e qualquer forma de expressão corporal por meio de movimentos. Para falar das atividades gímnico-acrobáticas é necessário entender as aproximações, relações e apreciações registradas nos processos históricos da atividade física.

Inicialmente, uma série de práticas era chamada de **ginástica**, mas aos poucos passaram por estudos e sistematizações que geraram classificações e categorias, caracterizando novos produtos culturais pertencentes à Educação Física<sup>18, 28</sup>.

Ao longo dos séculos, os países da Europa, mais precisamente na Alemanha, França e Rússia, foram instituídas escolas para diferentes práticas, entre elas, as ginásticas, levando ao desenvolvimento do que hoje conhecemos como “ginástica artística”. No Século XIX, as formas expressivas de movimentos corporais, valorizadas esteticamente com base em um padrão linear, contido e disciplinado, ganharam cada vez mais espaço até constituírem formas competitivas, admiradas por todos a partir dos grandes eventos mundiais como, por exemplo, os Jogos Olímpicos<sup>22</sup>.

Os padrões estéticos da época contribuíam para o objetivo de formar um cidadão respeitador das normas e condutas patrióticas. As expressões mais ousadas eram reprimidas, o que resultava numa doutrinação de corpos.

Desse modo, as expressões mais livres, contendo movimentos considerados ousados, como contorções dos corpos em exhibições realizadas nas ruas, perderam espaço. Sofreram censura e foram desvalorizadas.

Essa desvalorização era associada aos movimentos e estilos de vida profanos, ligados às artes e à filosofia, com ideias provocativas de liberdade de expressão e de afronta à ética e à moral<sup>28</sup>. Diante disso, os artistas circenses, que apresentavam diversas expertises acrobáticas, ficaram marginalizados por um período.

Fazendo-se uma analogia àquela época, recentemente, por volta de 1970, vale lembrar que os praticantes de esportes radicais também sofreram repressões ao desafiar os padrões sociais tradicionais. Na busca do usufruto livre dos espaços públicos, encontraram dificuldades semelhantes para poder expressar seus desejos e sentimentos por meio de movimentos mais arriscados<sup>1</sup>.

Com a evolução promovida pela mudança de mentalidade da sociedade, e a ampliação da gama de movimentos aceitos e valorizados socialmente, é possível notar que as atividades gímnicas-acrobáticas são agora estudadas em diferentes espaços educativos, como escolas, clubes de treinamento ou em projetos sociais. As atividades gímnicas-acrobáticas tornaram-se uma prática de caráter altamente competitivo ou mesmo uma exploração lúdica, com brincadeiras, peripécias e malabarismos.

Neste **Guia Didático**, destacaremos a **acrobacia** como elemento comum e norteador das atividades gímnicas-acrobáticas, na sua mais pura interpretação artística, representada pelo domínio do corpo e de suas possibilidades de movimento. Na arte acrobática, busca-se, fundamentalmente, o **fantástico**, o **inacreditável**, o **entretenimento** e a **diversão**, pois ela está associada a uma ideia que propõe um mundo às avessas, cheio de equilíbrios, desafios e imprevisibilidades<sup>5, 19</sup>.

As acrobacias podem ser estimuladas a partir dos seus elementos característicos: **saltos, figuras e inversões**<sup>6, 7</sup>.

Nos **saltos**, é possível variar sua utilização, desde o aproveitamento do solo (chão, areia, trampolim, colchonete, mesa) para impulsão até a aterrissagem, o que gera diferentes sensações no praticante. Os saltos podem ser realizados a partir dos impulsos exclusivos dos pés, das mãos ou contar com o auxílio de um objeto. Um exemplo seria o salto utilizando skate sob os pés.

Nas **figuras**, representadas pelos domínios corporais e equilíbrios, destacam-se as posições estáticas, por exemplo, as pirâmides humanas; e as posições dinâmicas, como a sequência coreográfica ou as manobras e fundamentos.

Nas **inversões**, aparecem, por exemplo, as paradas de mãos, as cambalhotas, os giros, as estrelas, que propiciam ao praticante a organização corporal num determinado espaço e, também ampliar o tipo de entendimento visual sobre o mundo.

É possível compreender e explorar os elementos acrobáticos, **alternando-os e misturando-os**. Todas as possibilidades pensadas de maneira segmentada, separada, podem ser **combinadas** para dar origem a outras compreensões acrobáticas. As inversões podem ser realizadas isoladamente, com o objetivo de se aprender mais sobre a organização do próprio corpo. Podem também estar combinadas com uma figura de balanceio no trapézio e ainda com uma saída em salto carpado. Outro exemplo seriam manobras paradas aplicadas no skate, que possuem um grau de dificuldade agora somando ao deslocamento do skate o encadeamento de um obstáculo.

Considerando a versatilidade das **acrobacias**, sobretudo sua relação direta com a consciência e controle do corpo em situações divertidas e diferentes das movimentações cotidianas, elas formam a base da preparação corporal das atividades gímnicas-acrobáticas<sup>5, 18</sup>. Caminham juntos a essa preparação: as características criativas para diferentes movimentos em situações dinâmicas e estáticas; os desafios individuais a cada acrobacia; a valorização da cooperação dos colegas com auxílios e preocupações com a segurança do grupo durante os movimentos<sup>19</sup>.

#### 4. Modalidades presentes na família esportiva

As modalidades incluídas na família atividades gímnicas-acrobáticas estão divididas em três segmentos:

1) **Ginástica artística**: praticada em aparelhos específicos como solo, trave de equilíbrio, barras paralelas assimétricas e simétricas, barra fixa, mesa de saltos (antigo cavalo), cavalo com alças e argolas<sup>18, 22, 28</sup>.

2) **Atividades circenses**: representadas pelas atividades malabarísticas, funambulescas, clownescas<sup>1</sup> e acrobáticas<sup>4, 5</sup>.

3) **Esportes radicais**: representados pelas modalidades de skate, *parkour* e *slackline*<sup>1, 2, 19, 23</sup>.

A escolha dessas modalidades considerou o estado atual das atividades desenvolvidas no programa Clube Escola da SEME e a possibilidade de inclusão de outras modalidades, que possam despertar o interesse dos praticantes. Esse é o caso do “*parkour*” e do “*slackline*”, que convergem com a cultura jovem e mostram aumento considerável do número de praticantes nos parques da cidade de São Paulo.

A aproximação dos esportes radicais com a cultura jovem nos espaços públicos, Clubes da Comunidade (CDCs) e Centros Educacionais Unificados (CEUs) agrega mais interatividade entre esporte, lazer e cultura. Desse modo, essas manifestações esportivas cada vez mais são consideradas e valorizadas dentro das propostas de políticas públicas de esporte, lazer e recreação para a juventude<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Atividades Funambulescas referem-se às situações de equilíbrio sobre algo e Atividades Clownescas são representações mímicas e expressivas, ver quadro 05.

<sup>2</sup> **Programa de Governo Haddad** – Incentivo e ampliação do uso no período noturno dos equipamentos esportivos municipais existentes nas escolas, CDCs e nos Clubes Escola; Proposta de implantação do Parque de Esportes Radicais com condições para as práticas de skate, patins *in line*, *bike*, escalada e outros. O Parque ainda contará com espaços para oficinas de Esportes radicais; alternativas de lazer com programações de atividades circenses nas Ruas de Lazer.

Diante disso, as modalidades apresentadas no **Guia Didático** poderão proporcionar aos educadores uma ampliação de entendimento sobre diferentes atividades, auxiliando no trato pedagógico. Atualmente, não há muitas iniciativas que contem com profissionais de Educação Física e Esporte mediando, por exemplo, os esportes radicais e as atividades circenses.

Neste **Guia Didático**, haverá a descrição detalhada de cada uma das modalidades gímnico-acrobáticas, além da indicação de referência e bibliografias específicas para que os educadores/mediadores possam aprimorar o conhecimento sobre elas.

## **5. Competências a desenvolver por meio da vivência das atividades gímnico-acrobáticas relacionadas aos quatro pilares da educação da UNESCO**

Para estabelecer a compreensão e listar as competências vislumbradas nas famílias esportivas é preciso valorizar o indivíduo, sujeito do próprio desenvolvimento. Desta forma, é fundamental valorizar o princípio integrador de educação proposto no relatório da Comissão Internacional para o Desenvolvimento da Educação da UNESCO.

O documento que estabelece “os quatro pilares da Educação” afirma que as finalidades dos processos educativos são<sup>10</sup>:

- *Proporcionar o encaminhamento dos indivíduos para um humanismo concreto, historicamente situado;*
- *Saber que todo conhecimento é o ponto de partida de uma nova conquista;*
- *Aceitar que as pessoas sejam diferentes;*
- *Fundar o ensino sobre a investigação pragmática da solução dos problemas postos pelo meio ou sob a forma de modelos;*
- *Estimular a criatividade para obter avanços nos conhecimentos em benefício próprio e dos outros;*
- *Valorizar o compromisso para a vida em sociedade;*
- *Desenvolver a participação ativa no processo educativo.*

Esses pressupostos mostram que no trabalho cotidiano do educador, de forma intencional ou espontânea, é possível estimular os processos de desenvolvimento

humano em que a criança e o adolescente são os protagonistas. Cada vez mais, o indivíduo adquire competências para aprender algo de modo inteligente<sup>11, 12</sup>. Podemos associar os saberes adquiridos pelos aprendizes nos processos que estimulam seu aprender a conhecer, a fazer, a conviver e a ser, com o desenvolvimento de suas competências para agir cotidianamente tanto em situações esportivas, quanto nas não esportivas. A competência indica que ocorreu desenvolvimento integral nas esferas cognitivas, produtivas, sociais e pessoais, inter-relacionadas constantemente<sup>10, 20</sup>.

A partir da relação **desenvolvimento humano e educação integral**, elaboramos um quadro esquemático para representar as competências que podem ser estimuladas pelo aprendizado e prática das atividades gímnicas-acrobáticas. A seguir, estão elas respaldadas pelos objetivos gerais do Clube Escola, representados pelas seguintes competências gerais

1. Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas características pessoais e interesses;
2. Conhecer e apreciar diferentes manifestações esportivas e explorá-las com criatividade;
3. Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente, por meio da prática esportiva.

É possível estabelecer aproximações com as demais famílias esportivas oferecidas no Programa Clube Escola, pois as competências referenciadas foram pensadas para permitir um olhar transversal, que propicia enfrentar conjuntos de situações comuns a diferentes práticas<sup>20</sup>.

*O entendimento de competência considera a capacidade de o indivíduo agir de maneira eficiente em determinada situação ou desafio, a partir de conhecimentos que possui ou adquire, mas sem se limitar a estes conhecimentos<sup>20</sup>.*

As competências desenvolvidas podem ser vistas como potenciais, que poderão ser ativados ou não, dependendo dos valores culturais, oportunidades disponíveis e decisões pessoais do próprio indivíduo, de grupos, famílias e ou dos educadores. As competências de uma pessoa são construídas em função das situações que enfrenta com maior frequência<sup>20</sup>, daí a importância do educador ser



capaz de elaborar um planejamento e oferecer ambientes de aprendizagem que ofereçam tais oportunidades de ação para os aprendizes.

### **5.1 Competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnicas-acrobáticas relacionadas aos quatro pilares da Educação da UNESCO**

Por meio das atividades gímnicas-acrobáticas, os aprendizes podem desenvolver diversas competências. No Quadro 01, são mencionadas as três competências gerais, citadas anteriormente e seu relacionamento com os pilares da educação propostos pela UNESCO. Essas competências são compostas pela integração de diferentes saberes e podem ser desdobradas em competências aplicadas no contexto esportivo. O Quadro 01 traz alguns exemplos de saberes comuns às três modalidades de atividades gímnicas-acrobáticas, mas eles podem ser ampliados, reconhecendo o que é específico em cada uma.

**Quadro 01: Competências gerais, suas relações com os quatro pilares da educação e com as competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnicas-acrobáticas**

APRENDER A CONHECER	APRENDER A FAZER	APRENDER A CONVIVER	APRENDER A SER
1 - Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas características pessoais e interesses			

<p>Conhecer diferentes maneiras de aprender movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Identificar modalidades que melhor se adequem às suas características pessoais.</p>	<p>Praticar de maneira eficiente movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Participar de modalidades que melhor se adequem às suas características pessoais.</p>	<p>Cooperar com o aprendizado do grupo, respeitando as diferentes formas e ritmos de aprendizado dos movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Ajustar o desempenho de sua função de modo a facilitar a manifestação do outro, sem cercear a sua própria habilidade .</p>	<p>Interessar-se e persistir para aprender movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Compreender suas características pessoais e avaliar seu desempenho.</p>
<p>2 - Conhecer e apreciar diferentes manifestações esportivas e explorá-las com criatividade</p>			
<p>Conhecer e apreciar informações sobre movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos/regras/costumes/eventos;</p> <p>Identificar e diferenciar formas de realizar movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Relacionar informações úteis para aprendizagem dos movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos.</p>	<p>Assistir, pesquisar e apreciar movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos/regras/costumes/eventos;</p> <p>Executar diferentes ou novos movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Sistematizar estratégias para realizar bem movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos.</p>	<p>Opinar e discutir com colegas e educadores sobre movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos/regras/costumes/eventos;</p> <p>Ajudar os outros a compreender e realizar diferentes ou novos movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Escutar e valorizar as opiniões de colegas e/ou educador para realizar movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos.</p>	<p>Reconhecer suas dificuldades para compreender e aceitar opiniões sobre movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos/regras/costumes/eventos;</p> <p>Esforçar-se para compreender, combinar e realizar diferentes ou novos movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos;</p> <p>Aceitar e reagir bem às tomadas de decisão próprias para realizar movimentos/acrobacias/jogos/manobras/fundamentos.</p>

3 - Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente por meio da prática esportiva			
Compreender os combinados, as regras e condutas do ambiente esportivo;	Construir e praticar os combinados, as regras e condutas do ambiente esportivo;	Colaborar para o cumprimento dos combinados, regras e condutas do ambiente esportivo;	Participar efetivamente da construção de combinados, regras e condutas do ambiente esportivo;
Associar e distinguir as informações para organizar apresentações/ eventos/jogos.	Utilizar diferentes formas para organizar apresentações/ eventos/jogos.	Interagir com os outros para organizar apresentações/ eventos/jogos.	Fazer escolhas conscientes e assumir responsabilidades para organizar apresentações/ eventos/jogos.

As competências mencionadas no Quadro 1 servirão como base para as propostas de **experiências estimuladoras de aprendizagem** neste guia.

## 6. Processos pedagógicos.

A partir da definição da **família esportiva** e das especificidades das modalidades que a compõem, é sempre um grande desafio pensar e efetivar os processos pedagógicos. Todo processo pedagógico se baseia em princípios de organização, que são voltados ao ensino-aprendizagem e se concretizam em métodos de ensino. Os métodos, por sua vez, devem buscar a melhor adequação às modalidades, priorizando suas características e, principalmente, os interesses e as necessidades dos praticantes, com vistas a promover uma aprendizagem atraente, motivadora e significativa.

Assim, pensar o processo pedagógico, obrigatoriamente, nos leva a relacionar os **objetivos** propostos para o Clube Escola, os **conteúdos** apresentados nas famílias esportivas e o **método**, que norteará os educadores para uma ação pedagógica abrangente, orientada para o desenvolvimento integral dos alunos. Os caminhos, os meios ou as rotas de acesso ao aprendizado comporão o processo de ensino, levando o aluno a uma compreensão particular a respeito do que foi ensinado<sup>17</sup>.

Estes caminhos só podem ser construídos conjuntamente com as pessoas envolvidas na ação, ou seja, na dinâmica das aulas planejadas<sup>15</sup>. Essa construção exige criatividade do educador, que precisa encontrar variações na forma de ensinar.

Para melhor atender às formas que cada aluno utiliza para aprender, o educador precisa conhecer suas características pessoais, descobrir suas expectativas e o que pode fazer para ajudar os alunos a atingir e a avançar naquilo que idealizam. Somente quando o educador é capaz de criar e oferecer aos alunos diferentes rotas para aprender é que se consegue promover aprendizagens significativas e duradouras. Para isso, o educador precisa tirar o aluno de sua zona de conforto, estimulá-lo a buscar algo, desafiá-lo<sup>19</sup> e, finalmente, estimulá-lo a buscar seu desenvolvimento.

Durante a elaboração do processo pedagógico, o educador deve refletir com autonomia, pois o planejamento lhe servirá como instrumento de trabalho apenas se for visto como algo **vivo**, que dialogue com o aluno, com o educador e com os conhecimentos pertinentes às finalidades educativas propostas<sup>29, 30</sup>.

O processo pedagógico servirá para que educadores e gestores reflitam sobre o papel fundamental das intenções declaradas, contribuindo para que os alunos percebam que podem aprender bem e sempre mais. A repercussão do processo pedagógico não se limita ao que o aluno já sabe, mas abrange as potencialidades do que pode vir a saber, relacionando-se com a construção de uma imagem sobre o que compreende de si mesmo, num ambiente onde ocorre o convívio com os demais alunos.

Durante o processo de formação e construção das **experiências estimuladoras de aprendizagem**, o educador pode fazer a si mesmo algumas indagações para checar se a descrição do que pretende fazer está bem detalhada<sup>29</sup>. Seguem algumas questões dessa natureza:

**Promovi momentos ou planejei atividades que:**

- a) permitiram determinar os conhecimentos prévios que cada aluno tem em relação ao que quero ensinar?
- b) procurei saber se o conteúdo ensinado tem algum significado especial para os alunos?
- c) estivessem adequadas ao nível de entendimento e de execução da maior parte dos alunos ou só de alguns?
- d) representaram um desafio alcançável para os alunos?
- e) promoveram uma atitude favorável, motivadora em relação à aprendizagem dos novos conteúdos?
- f) estimularam e permitiram ao aluno sentir que aprendeu algo e que seu esforço

*valeu a pena?*

*g) permitiram que o aluno pudesse ser cada vez mais autônomo em seus processos de aprendizagem?*

## 6.1 Organização do processo pedagógico.

No Quadro 02, apresentamos alguns aspectos que devem ser levados em conta para a organização dos processos pedagógicos. O Quadro 02 mostra os tipos diferentes de estratégias de ensino: exploratórias, desafiadoras e esclarecedoras, que podem ser utilizadas para promover **experiências estimuladoras de aprendizagem** em cada modalidade da família das atividades gímnicas-acrobáticas. Também inclui as **expectativas de aprendizagem**, que chamam a atenção do educador para a necessidade de pensar sobre como estimular o desenvolvimento das **competências** cognitivas, produtivas, sociais e pessoais relacionadas aos quatro pilares da Educação da UNESCO. Os **indicadores de aprendizagem** e os **instrumentos de avaliação** chamam a atenção para a necessidade de se ter aspectos que indiquem se e o quê o aluno aprendeu, e como avaliar as competências desenvolvidas.

Essas decisões são tomadas durante o percurso do planejamento. Na implementação do ensino entram em cena as **estratégias didáticas**, que são as diferentes maneiras de ensinar, que valorizam os momentos de exploração dos temas, desafios e situações-problema predeterminados, contribuindo para a assimilação e a reflexão sobre o processo pedagógico.

### Quadro 02: Organização do processo pedagógico.

Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	<i>O que se espera que o aluno aprenda?</i>  <i>Quais competências pretende estimular?</i>	<i>O que demonstra que ocorreu aprendizagem?</i>	<i>Que meios utilizar para saber se e o quanto os alunos aprenderam?</i>
<b>Fazer</b>		<i>O que indica que o aluno aprendeu?</i>	
<b>Conviver</b>		<i>Quais mudanças comportamentais e de desempenho ocorreram?</i>	
<b>Ser</b>			
<b>Estratégias:</b> <i>Formas de desenvolver o conteúdo nos diferentes momentos da aprendizagem.</i>			

<b>Exploratórias</b>	<p>Devem ser utilizadas no momento em que o aluno se depara com um determinado tema gerador de conhecimento, explora e experimenta as opções possíveis de realização, com os próprios recursos de movimentação, sem ter a menor preocupação com ajustes específicos. São utilizadas nos processos de iniciação, para instigar o experimentar e o explorar sobre o que o aluno já sabe a respeito da atividade e qual o nível de suas habilidades de execução.</p> <p>O educador parte do que o indivíduo sabe e consegue realizar, isto é, de sua bagagem de saberes, para avançar rumo ao que não sabe ou acredita ser difícil de realizar no momento. A curiosidade é vista como uma atitude propícia à geração e ao enfrentamento de desafios. Ao utilizar este tipo de estratégia didática, o educador procura não interferir sobre as ações dos alunos, mas as observa atentamente e identifica possíveis situações que serão problematizadas com o grupo, para que suas dificuldades e inquietações sejam ouvidas e o desejo de superação seja despertado.</p>
<b>Desafiadoras</b>	<p>Estas estratégias se caracterizam como ofertas de estímulos que desequilibrem o aprendiz de uma condição inicial em direção a novas aprendizagens. São utilizadas a partir do momento em que o educador percebe as dificuldades dos alunos e, então, passa a organizar atividades com caráter de situações-problema, propondo jogos ou desafios para o aprendiz ou o grupo resolverem.</p> <p>É muito interessante e produtivo quando as dificuldades são identificadas e refletidas por iniciativa do próprio grupo, que participa da construção de ideias e de novos desafios, além de somar essa contribuição aos apontamentos do educador. O papel do educador é fundamental para mediar os desafios potenciais, ou seja, as atividades que os alunos podem conseguir realizar, com ajudas ou dicas de outros alunos ou do próprio educador. Isso desperta interesse nos alunos para o que está sendo proposto, aumentando as chances de sucesso.</p>
<b>Esclarecedoras</b>	<p>Devem ser utilizadas no momento em que os alunos já exploraram diferentes maneiras para resolver os desafios, mas ainda faltam elementos para que as resoluções sejam mais refinadas ou conscientes.</p> <p>Destinam-se a aprofundar os detalhes e as experiências para conscientizar o envolvimento na ação. Propiciam o entendimento integral do desenvolvimento que resultará na eficiência, na beleza e na fluidez da ação para proporcionar mais sentido e prazer ao aluno.</p> <p>O educador procura ajudar o aluno a construir sua própria maneira de resolver, visando a eficiência pessoal, o que contribui para o aumento da autoestima e para participar de maneira mais autônoma das ações sociais que as atividades proporcionam.</p>

Pretende-se que o encadeamento desses elementos apresentados no Quadro 02 resultem no desenvolvimento integral do aluno, que vislumbra a autonomia para praticar atividades desejadas e preferidas, de forma esclarecida e consciente. Para que ocorra esse processo, é necessário permitir que os alunos joguem uns com os

outros; estabeleçam desafios individuais; dominem os entendimentos morais; respeitem os combinados e as regras construídas coletivamente; construam e valorizem os materiais pedagógicos; participem livremente de eventos, ajudando na construção de todo programa; entre outros atributos detalhados no **Documento Norteador**.

Todos os momentos descritos na **organização do processo pedagógico** estão interligados e se complementam.

As **experiências estimuladoras de aprendizagem** servem como caminhos presentes nos ambientes pedagógicos e permitem percorrer diferentes rotas de aprendizagem nas quais os valores sociais e pessoais são respeitados.

Cada processo de aprendizagem tem um ritmo próprio, já que as pessoas são diferentes. Tão ou mais importante do que a preocupação do educador a respeito de quanto tempo deve trabalhar um conteúdo específico, é a ocupação com a observação das mudanças. Elas podem ser verificadas no desempenho e no comportamento dos alunos, que mostram que estão aprendendo ou o que já aprenderam sobre o que foi ensinado.

O educador tem a liberdade de utilizar as experiências estimuladoras de aprendizagem aqui sugeridas, de acordo com os interesses e necessidades de seus alunos. As situações descritas neste **Guia Didático** servirão para auxiliar no planejamento, conforme a realidade de cada Clube Escola, respeitando o número de alunos e turmas, seus espaços físicos, estruturais e materiais para as atividades.

O educador precisa mudar a forma de ver o seu trabalho. Se antes a preocupação era quase exclusiva em passar conteúdos e informações para o aluno aprender, agora é pedido que mude de postura, que estabeleça uma verdadeira parceria com e entre os alunos. É preciso dialogar mais para acompanhar o que estão pensando e buscar soluções que os ajudem a elaborar e a fixar o conhecimento. Em vez de “despejar” conteúdos à turma, é preciso conduzir o trabalho didático, pensando e implementando atividades que façam os alunos desenvolverem formas de aplicar esse conhecimento no dia-a-dia, seja nos momentos de lazer ou não.

Para estimular o aprendizado significativo, é preciso que o educador esteja sempre atento às curiosidades, desejos e dificuldades dos alunos.

Diante deste desafio de mudança de comportamento, as formas de avaliar o processo pedagógico ganham destaque. As avaliações precisam ser vistas como formas de identificar dificuldades na aprendizagem e de propor soluções. Aplicar testes ou preencher fichas de observação, apenas para cumprir exigências burocráticas, distancia o educador da verdadeira finalidade da avaliação.

Por meio da avaliação, o educador consegue respeitar melhor os diferentes caminhos e ritmos individuais. Estabelece critérios para apontar o quanto se atingiu em termos do desenvolvimento das expectativas educacionais e ainda mostrar resultados alcançados aos aprendizes, às suas famílias, aos coordenadores, gestores, e à comunidade de uma maneira geral.

Uma ficha de observação do desempenho dos alunos deve ser vista como um instrumento de pesquisa que o educador usa para saber se as experiências das aulas são eficazes na promoção das aprendizagens esperadas. Pode assim monitorar como está o ritmo da turma, ou se é preciso mudar a forma de ensinar, trazendo novos contextos ou desafios para as aulas. Por meio de instrumentos de avaliação, o educador analisa e pondera a respeito das estratégias que organizou, em conjunto com a turma, valorizando as decisões e correções de rotas de aprendizagem, e se preparando para apresentar aos alunos as características de um determinado período e o que eles avançaram na aprendizagem.

Para facilitar e desmistificar o processo avaliativo, sem cair estrita e exclusivamente em julgamentos de certo ou errado, apresentamos no Quadro 03 algumas formas que podem ser usadas, de acordo com as situações didáticas<sup>21</sup>. Existem inúmeras formas e instrumentos de avaliação, pontuamos apenas alguns que se articulam bem com a proposta deste **Guia**. Cabe ao educador, observar a realidade do grupo, do espaço e do tempo, para adequar os instrumentos que lhe ajudarão a organizar o compartilhamento das informações.

As ferramentas de avaliação aqui sugeridas olham para o aprendiz como um todo, integrando seus aspectos físico, motor, cognitivo e atitudinal.

**Quadro 03: Tipos de avaliação.**

<b>FERRAMENTAS DE AVALIAÇÃO</b>	<b>OBSERVAÇÃO</b>	<b>TRABALHO EM GRUPO</b>	<b>DEBATE</b>	<b>AUTO-AVALIAÇÃO</b>
<b>O QUE É</b>	Análise do desempenho do aprendiz em fatos do cotidiano do Clube ou em situações planejadas.	Atividade de natureza diversa (escrita, oral, corporal) realizadas coletivamente.	Exposição dos pontos de vista dos alunos sobre determinados assuntos.	Análise oral ou por escrito que o aluno faz do próprio processo de aprendizagem.
<b>PARA QUE SERVE</b>	Obter mais informações sobre a evolução das áreas afetiva, cognitiva e psicomotora em situações rotineiras ou especialmente planejadas para esse fim.	Desenvolver a troca, o espírito colaborativo e a sociabilização.	Aprender a defender uma opinião, fundamentando-a em argumentos e a ouvir e respeitar a opinião dos outros, confrontando-a com a própria.	Fazer o aluno adquirir capacidade de analisar o próprio desenvolvimento e aquilo que aprendeu; identificar os pontos fortes e aqueles em que se sente com mais dificuldades.
<b>NO QUE É FORTE</b>	Perceber como o aluno constrói o conhecimento, seguindo de perto todos os passos deste processo.	Promover a interação como um importante facilitador de aprendizagem. A heterogeneidade da turma pode ser usada como um elemento a favor da aprendizagem.	Desenvolver a habilidade de argumentação e a oralidade, fazendo com que o aluno aprenda a escutar com um propósito.	O aluno torna-se sujeito do processo de aprendizagem, adquire responsabilidade, aprende a enfrentar limitações e a aperfeiçoar potencialidades.

<p><b>O QUE O EDUCADOR NÃO PODE ESQUECER</b></p>	<p>Fazer anotações na hora, evitar generalizações, julgamentos comparativos e considerar somente os dados fundamentais no processo de aprendizagem.</p>	<p>Estimular o grupo trazendo informações que contribuam para orientar as equipes e para atingir o objetivo proposto. Trabalho em grupo não deve substituir os momentos individuais de aprendizagem.</p>	<p>Como mediador, dar chance de participação a todos. Não apontar vencedores, pois o principal é priorizar o fluxo de ideias e argumentos e propostas entre os aprendizes.</p>	<p>Criar um clima de confiança entre o educador e o aprendiz, para que este se sinta à vontade e saiba que esse instrumento será usado para ajudá-lo a aprender.</p>
<p><b>COM O QUE O EDUCADOR DEVE SE PREOCUPAR DESDE O MOMENTO DO PLANEJAMENTO</b></p>	<p>Elaborar uma ficha com atitudes, habilidades e competências que serão observadas. Isso vai auxiliar na percepção global da turma e na interpretação dos registros.</p>	<p>Propor atividades ligadas ao conteúdo, fornecer fontes de pesquisa, ensinar os procedimentos e indicar materiais para alcançar os objetivos do trabalho.</p>	<p>Definir o tema, orientar a pesquisa em busca de informações e argumentos, e combinar as regras. Mostrar exemplos de bons debates. Pedir relatórios sobre os pontos discutidos. Filmar o debate, se possível, para discussão posterior com os alunos.</p>	<p>Fornecer um roteiro de auto avaliação, com as questões sobre as quais o educador gostaria que o aprendiz discorresse. Listar conteúdos, habilidades e comportamentos aos quais o aprendiz deve prestar atenção para realizar a análise.</p>
<p><b>O QUE DEVE SER ANALISADO</b></p>	<p>Compare as anotações iniciais com as mais recentes, para perceber os avanços e onde o aluno precisa de mais atenção.</p>	<p>Observe se todos participaram e colaboraram e atribua valores às diversas etapas do processo e ao produto final.</p>	<p>Estabeleça pesos para a pertinência da intervenção, a adequação do uso da palavra e a obediência às regras combinadas.</p>	<p>Use o documento ou depoimentos como principais fontes para o planejamento dos próximos conteúdos.</p>

<p><b>COMO UTILIZAR AS INFORMAÇÕES</b></p>	<p>Comparar o desempenho do aluno ao longo do tempo. Mostrar ao aluno que observou os pontos em que o mesmo evoluiu. Usar as informações registradas para criar novas situações estimuladoras de aprendizagem e trazer novos estímulos aos aprendizes que sejam mais adequados às suas necessidades.</p>	<p>Observar como o grupo trabalha para poder organizar agrupamentos mais produtivos e, assim, facilitar a aprendizagem dos conteúdos e o desenvolvimento das competências.</p>	<p>Analisar a gravação e apontar os momentos positivos. Caso não tenha filmado, conversar e mostrar aos aprendizes como se comportaram no debate. Mostrar se foram mais competitivos, colaborativos, críticos ou apoiadores, durante o debate. Perguntar se conseguiram ver os aspectos positivos presentes nas ideias que eram diferentes das suas. Perguntar se mudaram algo de suas ideias iniciais como resultado do debate. Criar outros debates, em grupos diferentes.</p>	<p>Analise como o aluno vê a si mesmo. Se perceber que a análise dele está muito distante da realidade ou que ele não consegue ver seus pontos positivos e o quanto progrediu, converse sobre isso. O oposto também se aplica: se o aluno não consegue ver seus erros e problemas de comportamento, o educador também deve conversar e ajudar o aluno a descobrir pistas ou soluções para suas dificuldades, mesmo que tenha que contar com a ajuda de outras pessoas da turma.</p>
--	--	--	--	---

## 7. Orientações metodológicas.

Para facilitar o entendimento e a valorização do processo pedagógico, conforme detalhado no **Documento Norteador**, criamos um **boneco** contendo algumas variáveis estratégicas a **explorar**: as relações; os movimentos; os objetos; os ambientes; os ritmos. O foco é no estímulo ao desenvolvimento integral, fruto do processo constante do indivíduo que conhece a si mesmo, que interage com o outro e com o ambiente.

A Figura 01 representa as variáveis com as quais o educador poderá **brincar**, desafiando seus alunos, a partir da aprendizagem na ação, de maneira que formulem

hipóteses, conflitem com irregularidades, reconstruam novas concepções e ideias e solucionem problemas.

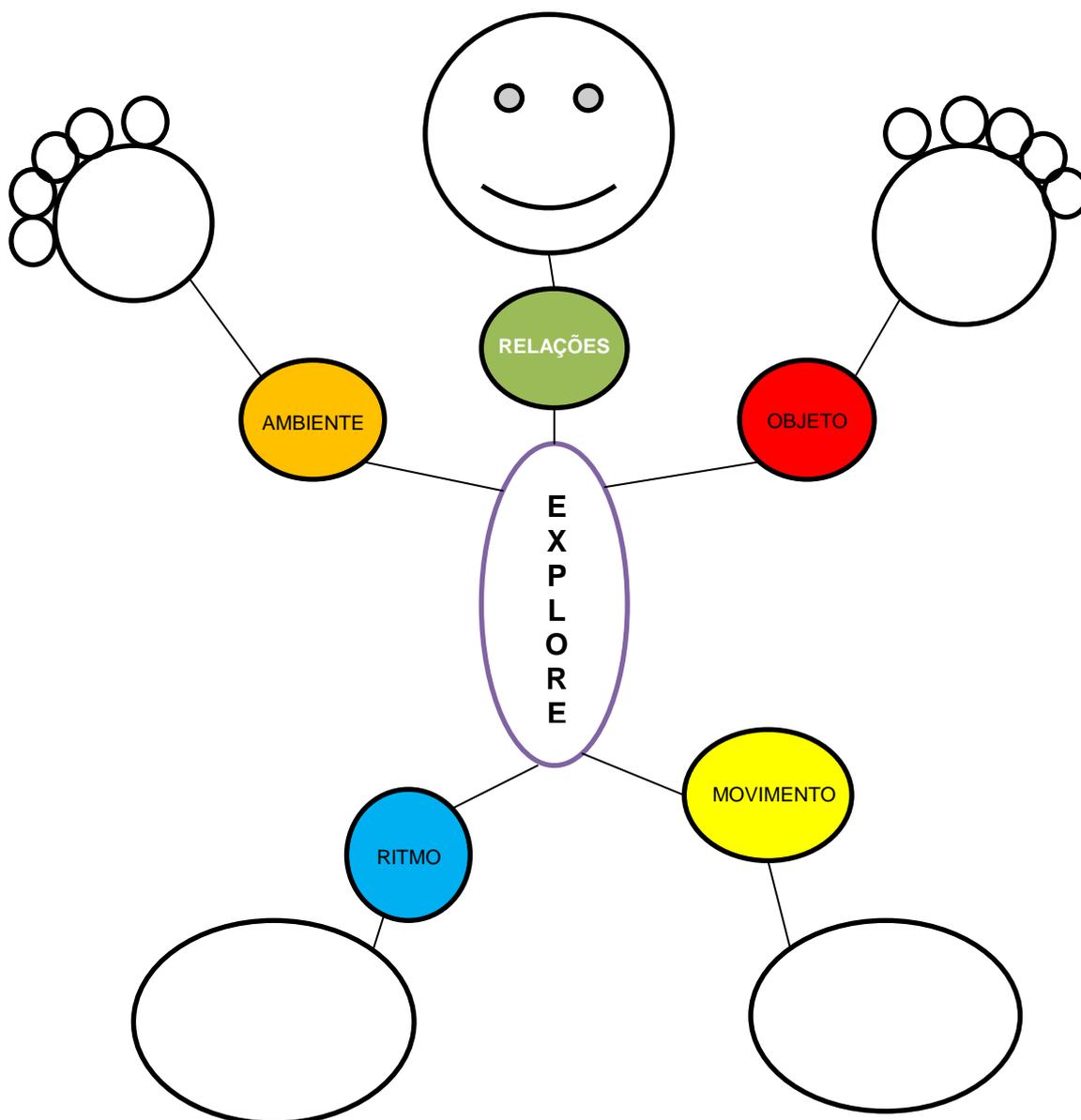
As variáveis estratégicas podem ser formuladas pelo educador, que desafia seus alunos a buscar algo, ou servem de questionamento para que os alunos criem diferentes resoluções. Ainda podem ser exploradas separadamente ou de maneira interligada.

*Mover-se é algo complexo, já que se compõe de muitos elementos inter-relacionados.*

Quando olhamos ao nosso redor, observamos que o **ambiente** é preenchido por **objetos**, localizados em algum lugar no espaço. Podem estar em diferentes quantidades, juntos a outros objetos, separados, podem estar inteiros ou em partes. Podem, ainda, apresentar diferentes tamanhos, formas, texturas, cores e emitirem ou proporcionarem a emissão de diferentes sons. Coordenar essa organização espacial, por onde o corpo se **move**, implica em interagir com os objetos no ambiente, posicionados em cima, embaixo, na frente, atrás, à direita, à esquerda, perto, longe, dentro e fora; objetos de tamanhos grande ou pequeno, leves ou pesados, etc.

Todo processo de compreensão vivido durante as atividades gímnico-acrobáticas ocorre também num determinado **ritmo**. O tempo é uma dimensão fundamental para perceber e identificar relações temporais como antes, depois, sempre, nunca, poucas vezes, rápido, lento, presente, passado e futuro.

As **relações** das variáveis, destacadas e ilustradas na Figura 01, representam a ação do aluno no mundo. Podemos agregar diversos valores por meio dos desafios propostos nas atividades desenvolvidas no Programa Clube Escola.



**Figura 01: Boneco das variáveis estratégicas.**

No centro do boneco aparece a palavra EXPLORE. É uma referência para que o educador não se esqueça de questionar e de refletir sobre o processo de desenvolvimento dos seus alunos. Perguntas como “o que?”, “como”, “quando?”, “com o que?” ajudam o educador a planejar e a explorar as atividades nas aulas.

Conforme apresentarmos os tópicos deste **Guia**, separados em ginástica, atividades circenses e esportes radicais, detalharemos as variáveis mais específicas de cada momento de ensino das modalidades.

A intenção das variáveis construídas é propor desafios por meio de diferentes pontos de vista. Uma modificação na distância, na dificuldade das regras e no aumento de objetos. Ou seja, o uso de solicitações diferenciadas, em muito ajudarão a ampliar a visão de uma atividade já conhecida.

Tomemos como exemplo a **estrela**, na ginástica artística.

<i>Variáveis</i>	<b>Desafios - Estrela</b>
Relações	Individuais; em duplas; por imitação.
Objetos	Dentro de um arco; com uma fita na mão.
Movimentos	Com o apoio de uma das mãos; com as pernas unidas; sem apoio das mãos.
Ritmo	Bem lenta; rápida; no ritmo de uma música.
Ambiente	No chão da quadra; sobre colchões; no gramado.
Combinadas	Estrela com única mão; na descida e usando uma fita.

As estratégias que o educador utiliza precisam **instigar** o aluno a querer experimentar e a **refletir** sobre o ato de aprender. A obtenção de conhecimento é um resultado da própria atividade do educando. O aprendizado de qualquer atividade, ainda que simples, não é condicionado apenas pelas características genéticas. Mesmo que as pessoas tenham características que as diferenciem entre si, é importante destacar que todo saber é gerado em processos de apreensão e apropriação do ambiente, que se efetua a partir da relação entre o educador e o educando.

O educador é quem organiza as condições para que as descobertas e construções feitas pelos alunos sejam mais amplas ou mais restritas.

**Oriente-se por meio das:**

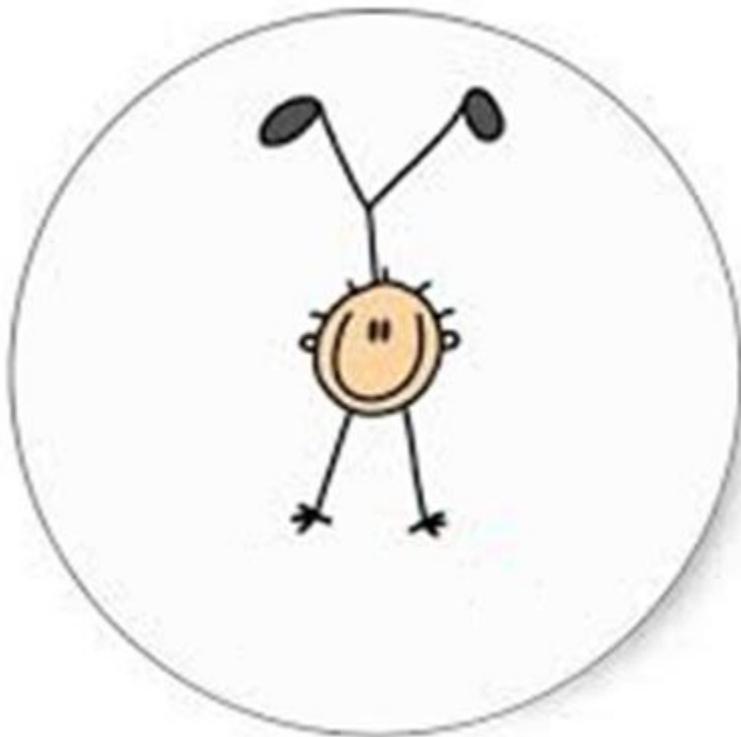
- **Observações que faz dos alunos;**
- **Ajudas que lhes proporciona;**
- **Apresentações que faz dos conteúdos;**
- **Relações que estabelece com o que os alunos sabem previamente;**
- **Experiências que proporciona para a exploração dos aprendizes.**

O ambiente educativo se torna interessante e estimulador de competências ao permitir que o aluno, aos poucos e com acompanhamento mediado:

- **Participe** em diversas atividades, jogos e situações-problema, respeitando as regras e não discriminando os colegas;
- **Resolva** situações-problema por meio do diálogo e da experimentação;
- **Explique** e **demonstre** atividades, movimentos ou jogos aprendidos em outros contextos que representem algum significado para ele ou para o grupo;
- Tenha a oportunidade de **gerenciar** sua própria atividade em alguns momentos;
- **Realize** os movimentos do cotidiano, respeitando as diferenças;
- **Aprecie** e **usufrua** as manifestações culturais, como brincadeiras e jogos ensinados pelos colegas e pelo educador.

Compreendemos que o movimento constitui uma linguagem que permite às pessoas agirem no e com o ambiente. Quanto mais rico e desafiador for o ambiente, mais ele possibilitará a ampliação de conhecimentos acerca de si mesmo, dos outros e do próprio meio em que se vive.

## 8. Ginástica



### 8.1 Apresentação da modalidade

A ginástica pode ser compreendida a partir de uma visão estética e poética. Inicialmente, valorizada como **arte da expressão corporal** e, posteriormente, como **busca da autossuperação**, esta atividade evoluiu até os dias atuais, aproximando-se à imagem representativa de superatletas<sup>13, 28</sup>.

Durante o processo histórico, a ginástica foi uma das primeiras formas de encarar o exercício físico de forma diferenciada<sup>5</sup>. No Século XIX, as escolas ginásticas europeias instituíram métodos que até os dias de hoje influenciam os ambientes ginásticos. Inicialmente, suas finalidades incluíam combater doenças e promover a saúde, com isso, regenerar a raça; desenvolver a coragem, a força, a energia de viver, muitas vezes com o sentido de servir à pátria; desenvolver a moral presente nas tradições e costumes dos povos.

Com essas finalidades, a ginástica se fundamentou em conhecimentos predominantemente biológicos, voltados à formação de um corpo saudável, tendo como valores principais a disciplina e a ordem impostas aos alunos de forma rígida. As possibilidades lúdicas da ginástica nos métodos suecos e alemães eram limitadas pelo fato de se caracterizarem pela reprodução contínua de movimentos. Mesmo no

método francês pode-se considerar que a ludicidade pouco tinha espaço. Contudo, o que imperou durante a evolução da ginástica foi a produtividade dos movimentos dos corpos<sup>13</sup>.

Atualmente, a maior parte dos movimentos ginásticos continua tendo as mesmas finalidades definidas nas bases da ginástica do século XIX, tais como moldar, fortalecer, disciplinar e definir um modelo ideal de corpo, tendo em vista os padrões de cada época<sup>13</sup>.

A ideia reforçada pela mídia de que as atividades gímnicas-acrobáticas são extremamente difíceis e que só podem ser praticadas por **superatletas** reforçam a desmotivação de educadores em ensinar uma prática percebida como de execução extremamente difícil. As pesquisas apontam para o medo que os educadores têm de machucar os alunos por não saberem a forma adequada de auxiliá-los durante as acrobacias. Outros contestam a falta de estrutura dos locais para um ensino adequado, o que favorece o quadro de desinteresse pela disseminação da ginástica<sup>22</sup>.

Neste guia, discutiremos as propostas pautadas em três indicativos limitadores dos avanços da ginástica: **entendimento, método e estrutura**. Justamente para contrapor a ideia de prática esportiva destinada a superatletas, visamos assim a oferta de possibilidades de experimentações e situações propostas, durante as aulas, **para todos**. Tendo clareza que, para uma mudança efetiva, é preciso caminhar com ousadia, planejamento e objetivos significativos.

Nesta proposta, destacamos as intenções fundamentais de atividades compatíveis com as possibilidades de execução que todos os alunos apresentam, respeitando a diversidade, sem deixar de explorar os avanços, desafios e evoluções dentro de um ambiente prazeroso. Não se pode exigir que todos os alunos tenham um desempenho equivalente ao expressado no alto nível competitivo, com máximo de precisão na execução dos elementos.

Para criar alternativas nas aulas de ginástica é fundamental conhecer os elementos básicos da modalidade<sup>3</sup>. Além disso, adaptar materiais e locais, construir um planejamento com intenções claras do que se pretende ensinar e reforçar o pensamento de uma **ginástica possível para todos**<sup>13, 22</sup>.

---

<sup>3</sup> Elementos básicos da Ginástica – ver quadro 01.

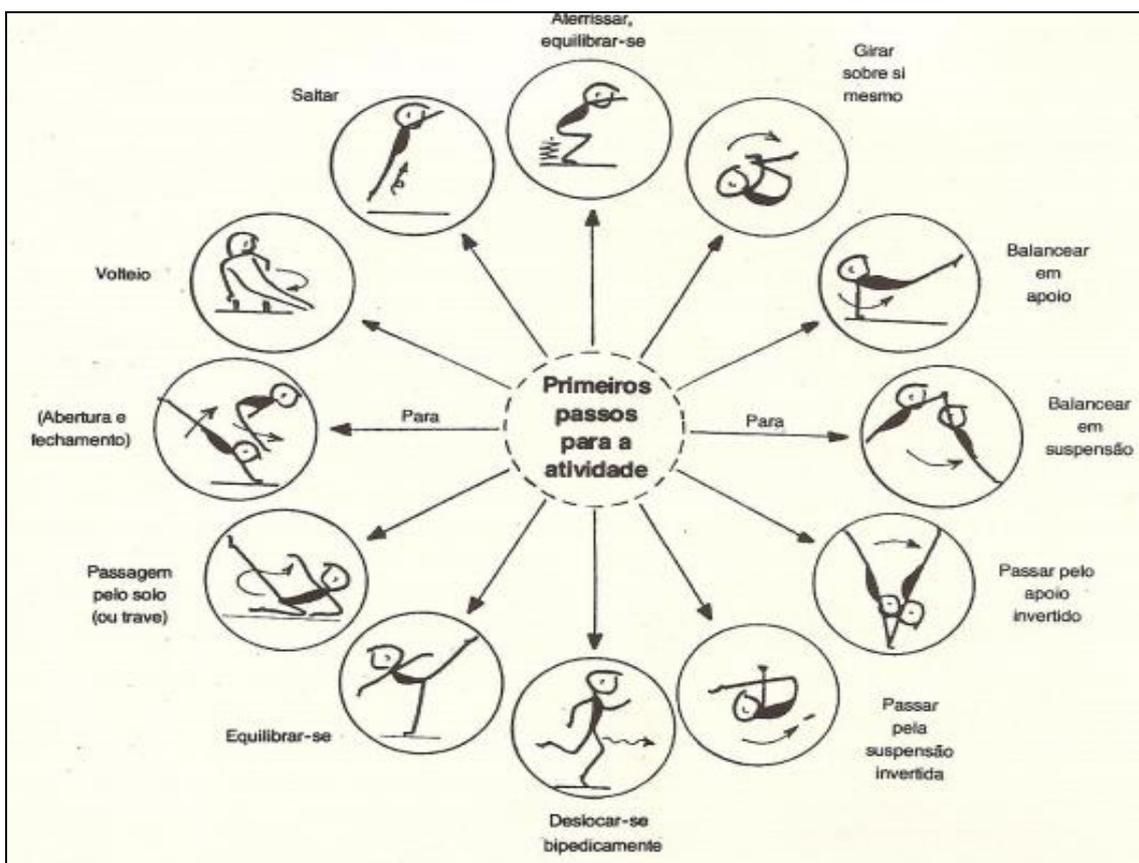
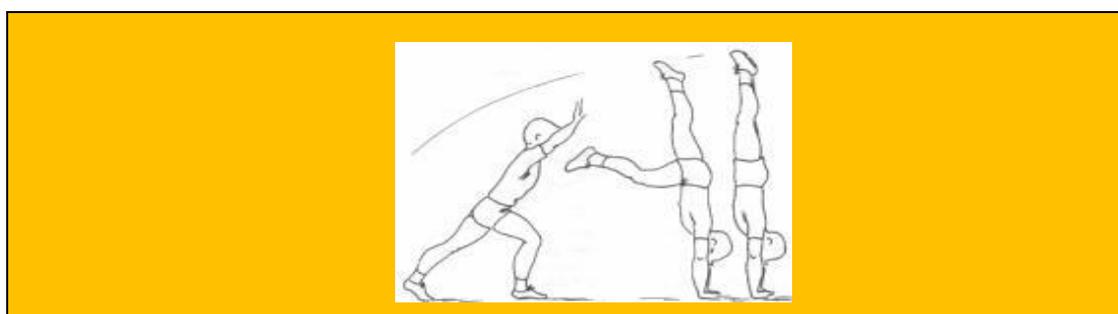


Figura 02: Elementos básicos da ginástica<sup>16</sup>.

De maneira geral, em suas propostas de ensino, os educadores enfatizam exageradamente as técnicas de execução, corrigindo detalhes o tempo todo, o que acaba impedindo uma exploração maior sobre o movimento<sup>22</sup>.

Vemos que isso pode ser contornado, se elegermos um trato pedagógico gerado a partir de manifestações humanas, contextualizadas. Um olhar que visa **experimental, reinventar e apropriar-se** dos elementos ginásticos. Esse caminho será viável se permitirmos uma exploração geral dos movimentos, para uma melhoria do que é possível.

Vejamos um exemplo:



A **parada de mãos**, tão idealizada pelas crianças, a famosa bananeira. É preciso controle e consciência do corpo, no ambiente, para executar este movimento de inversão. Se ao iniciarmos o elemento numa determinada aula com as correções posturais, de ponta de pé, pernas unidas, retidão do abdome, extensão dos cotovelos e outros, o que seria divertido começa a se tornar uma tortura, pois é uma posição extremamente difícil de ser compreendida e principalmente executada.

O aluno poderá chegar a este objetivo, mas antes é fundamental permitir o sucesso de todos, com situações simples de auxílios na parede, com os pés e pernas da maneira que conseguirem, com ajuda de amigos da turma, e por que não com a cabeça no chão? Para quem não quiser arriscar muito: inversão com a cabeça no colchão, com o apoio das mãos, com auxílio de amigos, sem auxílio, na parede, sem a cabeça no chão, etc. O que o educador não deve manter como expectativa, num primeiro momento, é corrigir os detalhes técnicos para chegar à posição **perfeita**<sup>4</sup>.

Não existe uma única forma de aprender, muito menos uma única forma de ensinar. É possível valorizar o aprendizado, com momentos de questionamento sobre o que pode ser feito para realizar os elementos ginásticos: como ajudar; quando ajudar; onde ajudar. O segredo é criar desafios sobre as posições para os alunos compreenderem sobre elas e desejarem continuar explorando, e, assim, naturalmente, evoluirão.

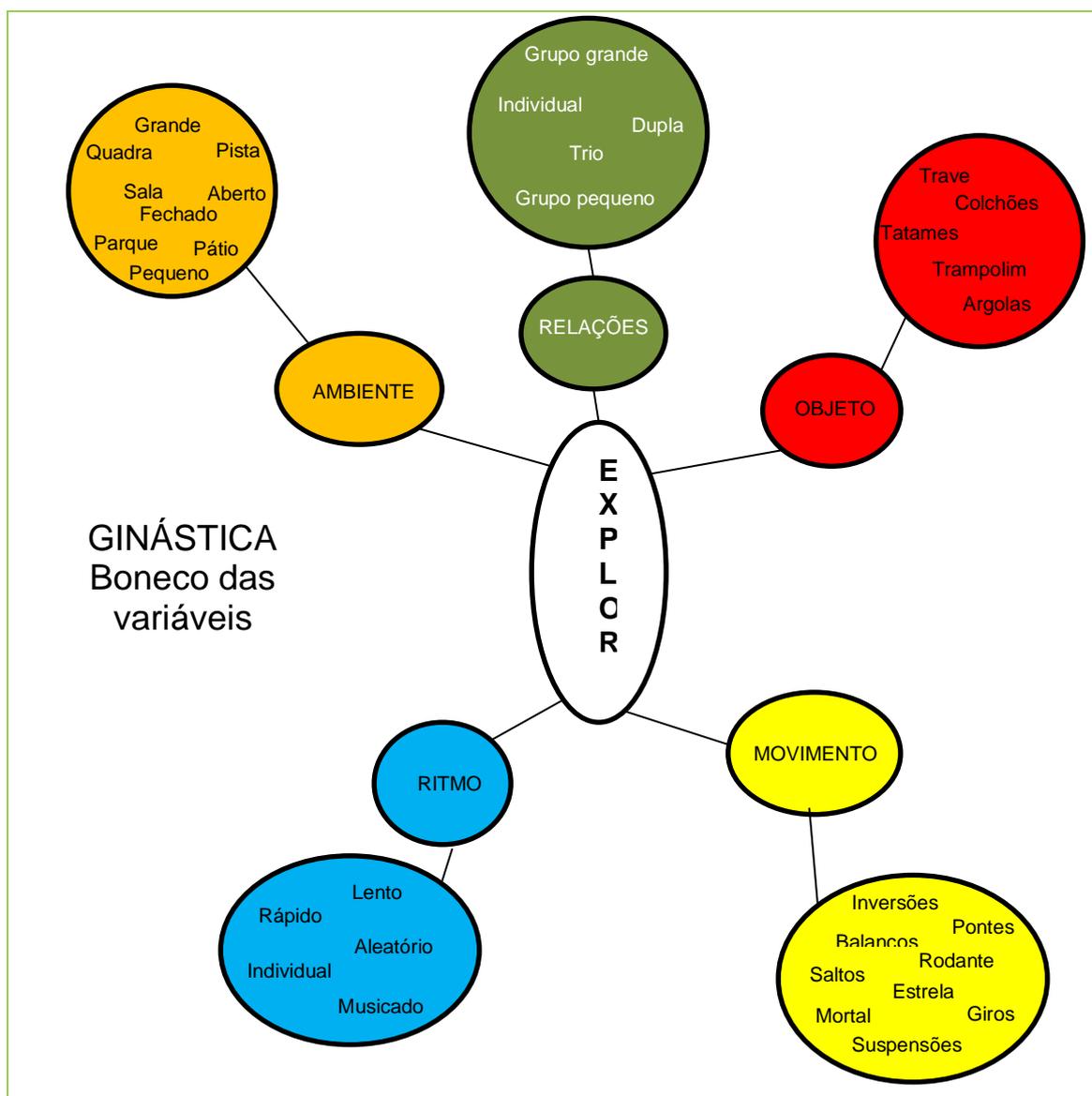
É fundamental ampliar as compreensões sobre os avanços possíveis na ginástica, mas também respeitar o ritmo de aprendizagem e, principalmente, o interesse e a necessidade do indivíduo<sup>5</sup>. O Clube Escola é visto como um espaço de encontro entre as pessoas e o que alicerça este local é sua diversidade. Para que isso se efetive, ao planejar pense em como avançar na aprendizagem. Veja o quadro abaixo, que representa um **continuum de aprendizagem**.

<sup>4</sup> Perfeição – pode estar conectada ao próprio entendimento, criado pelo próprio aluno. Perfeição técnica situa-se na esfera competitiva com regras mais rígidas, para isso o aluno deve querer tentar se apresentar diante de eventos de ginástica.

<sup>5</sup> Interesses e necessidades – ver o quadro 02: continuum de aprendizagem. O quadro mostra como podem ser desenvolvidos os potenciais para ampliação e evolução com os alunos, onde todos devem ser contemplados. O ritmo de aprendizagem e as condições que o aluno quer experimentar devem alicerçar as expectativas de aprendizagem.



quadro de competências gerais (ver Quadro 01). Abaixo apresentamos o detalhamento das variáveis no boneco da ginástica.



**Figura 03: Boneco das variáveis estratégicas da ginástica**

Ao introduzir algumas **sugestões**, com o objetivo de apontar caminhos e propostas de intervenção, é importante constar que a experiência do educador em contato com os alunos, precisamente, poderá ser muito mais abrangente. Sendo assim, avance além do que está pontuado nos exemplos, pois as situações reais nos colocam em constante reflexão com os planejamentos. Não seria o caso de abandonar o que se pretende, mas se abrir para as oportunidades que surgem a partir do grupo, sem deixar de lado as expectativas que se esperam num determinado tempo previsto.

As competências serão apresentadas no quadro geral das competências. Em seguida, apontaremos os indicadores e instrumentos que podem ser utilizados para captar os avanços da turma em cada uma das competências. Este foco não descaracteriza o processo integral e complexo da ação educativa, serve apenas para organizar o que se pretende num determinado momento, tendo a convicção de que outros saberes acontecerão ao mesmo tempo. Só não dispomos, ainda, de uma tecnologia para olhar tudo ao mesmo tempo.

Além desses detalhes, pontuaremos as estratégias de atividades que valorizem os momentos de exploração, desafios e conflitos, que desequilibram os conhecimentos e as assimilações a partir das reflexões. Neste ponto, o educador tem total liberdade e sensibilidade para validar as estratégias, avançando em outras, usando estas como ponto de partida ou mesmo descartando algumas que não ache coerente ao momento de aprendizagem. É fundamental pensar no planejamento como uma carta de intenção, que é discutida e acordada o tempo todo com os alunos, sujeitos ativos no processo.

O planejamento que elaboramos e discutimos no item **organização do processo pedagógico** (ver Quadro 02) deve ser visto como um processo mutável e orientador. Ele permite ao aluno buscar algo que falte ou que ache interessante, respeitar as formas individuais de se realizar uma tarefa e valorizar o desenvolvimento do sujeito por seus próprios meios, oferecendo condições para que isso aconteça.

### 8.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem

A partir da ginástica artística, podemos explorar o desenvolvimento de algumas competências específicas, com vistas às competências gerais relacionadas aos grandes objetivos do Programa Clube Escola: a) Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas características pessoais e interesses; b) Conhecer e apreciar manifestações esportivas e explorá-las com criatividade; c) Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente, por meio da prática esportiva.

Vale lembrar que esses objetivos acompanham os alunos durante sua vida esportiva no Clube Escola. Não são construções das quais educador e alunos se ocupem em pequenos espaços de tempo, muito menos em uma única aula.

As situações estimuladoras de aprendizagem exemplificam as competências essenciais, destacadas no Quadro 01 (Competências gerais e suas relações com

os quatro pilares da educação e com as competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnicas-acrobáticas). Essas competências foram adaptadas ao contexto específico da Ginástica Artística.

São expectativas de aprendizagem que permitem estimular os interesses e necessidades do grupo, previstas no contexto de um planejamento regulador. Uma vez que se entenda que o planejamento é um organismo vivo, o processo didático que inclui as atividades propostas, o tempo de duração e as intervenções do educador, pode e deve ser alterado e ampliado.

Ninguém melhor do que o próprio educador para fazer isso, já que conhece a realidade local, o grupo de alunos e as condições de trabalho. O entendimento desta lógica compreende as rotas de aprendizagem possíveis, orientadas pelo que se espera que o aluno aprenda.

Os exemplos apresentados neste guia servem para elucidar melhor como planejar, visando ao desenvolvimento das competências relacionadas aos quatro pilares da educação da Unesco. Ao mesmo tempo, apontam-se indicadores e instrumentos possíveis para avaliar os avanços do grupo e sugerir estratégias de ensino.

As reflexões do educador e dos aprendizes, envolvidos nos diferentes ambientes de aprendizagem, ajudarão a valorizar todo o processo construtivo e a identificar novos desafios pedagógicos e novas rotas de aprendizagem. Esperamos que os exemplos aqui presentes sejam interessantes e aplicáveis o suficiente para que o educador os use e ouse com seus alunos.

### Situação 01.

Competência geral			
Saber executar habilidades para a prática esportiva de acordo com suas características pessoais e interesses.			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	Conhecer diferentes acrobacias da ginástica artística.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de acrobacias diferentes que consegue mencionar;</li> <li>- Mencionar as modalidades relacionadas aos respectivos aparelhos;</li> <li>- Explicar corretamente as acrobacias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mural coletivo que pode incluir as acrobacias que o aprendiz conhece; acrobacias que realiza; nome e figuras dos aparelhos ginásticos.</li> </ul>
<b>Fazer</b>	Praticar de maneira eficiente as acrobacias da Ginástica Artística.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de acrobacias que consegue realizar;</li> <li>- Qualidade das acrobacias durante sua execução.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mural coletivo que pode incluir as acrobacias que o aprendiz conhece; acrobacias que realiza; nome e figuras dos aparelhos ginásticos.</li> <li>- Caderno de observação do desempenho dos alunos.</li> </ul>
<b>Conviver</b>	Cooperar com o aprendizado do grupo, respeitando as diferentes formas e ritmos de aprendizado das acrobacias da ginástica artística	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esperar a vez para falar;</li> <li>- Esperar que o colega conclua o que quer falar, sem interrompê-lo;</li> <li>- Ajudar o colega a aprender, dando-lhe dicas;</li> <li>- Ajudar o colega prestando auxílios, apoios e segurança, durante as atividades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caderno de observação do comportamento dos alunos;</li> <li>- Ficha de autoavaliação do aluno;</li> <li>- Relatórios grupais (verbais ou por escrito).</li> </ul>

<b>Ser</b>	Interesse pelo aprendizado das acrobacias da ginástica artística e persistência diante das dificuldades que o aprendizado e a prática apresentam.	- Participar constantemente das atividades; - Mostrar disposição para continuar diante de uma dificuldade.	- Caderno de observação do comportamento dos alunos; - Ficha de autoavaliação do aluno.
------------	---	---	--

A seguir, mostraremos alguns formulários que o educador pode utilizar ou tomar como base para elaborar seus próprios instrumentos, onde registrar a evolução dos alunos. Esses registros, com o passar do tempo, permitem que o educador avalie seu processo de ensino e as características da aprendizagem dos alunos.

<b>Mural coletivo</b>	
Materiais	Orientações
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas coloridas ou canetões.	Murais são quadros que podem ser construídos com os alunos e nos quais podem constar: nomes dos alunos/acrobacias/aparelhos e outras informações/ilustrações/conteúdos que sejam combinados entre o educador e os alunos.

NOMES	ACROBACIAS					
	CONHECE			REALIZA		
	menos que 3	de 3 a 5	mais que 5	menos que 3	de 3 a 5	mais que 5

NOMES	ACROBACIAS					
	PASSARAM A CONHECER			PASSARAM A REALIZAR		
	menos que 3	de 3 a 5	mais que 5	menos que 3	de 3 a 5	mais que 5

NOMES	ACROBACIAS			
	REALIZA			
	Pouco efetivo	Razoável	Bem	Muito bem

O caderno de observação tem a finalidade de registrar o comportamento e o desempenho dos alunos. Ele pode ser combinado com o diário de campo do educador, que é um outro caderno em que ele registra como foram suas aulas, o que ocorreu de acordo com o planejado, o que ocorreu diferentemente do planejado. Ou seja, é onde registra suas dúvidas e reflexões sobre o seu trabalho, buscando vincular essa reflexão à evolução dos alunos.

Caderno de observação	
Materiais	Orientações
Um caderno	Anote no caderno a lista dos alunos de cada turma e faça um quadro ao lado dos nomes para indicar o que observar. Acostume-se a preencher o caderno todos os dias.

NOMES DOS ALUNOS	Durante as atividades (organize momentos para observar)					
	Ajuda os colegas com dicas			Presta auxílio e segurança aos colegas		
	nunca	às vezes	bastante	nunca	às vezes	bastante

NOMES DOS ALUNOS	Durante as atividades (organize momentos para observar)						
	Não se esforça	Esforça- se pouco	Esforça- se suficiente	Esforça- se bastante	Mostra pouca disposição	Mostra disposição suficiente	Mostra bastante disposição

A ficha de autoavaliação tem a finalidade de orientar o aluno a perceber e a se responsabilizar por agir de maneira a adquirir aprendizado. A ficha de autoavaliação pode ser adaptada, caso o educador considere necessário que a turma toda ou pequenos grupos analisem o próprio processo de aprendizagem,

Ficha de autoavaliação	
Materiais	Orientações
Folhas de sulfite	Construa um quadro indicando o que o aluno irá preencher (se for possível levar o quadro feito, ganha-se mais tempo de aula)

NOME DO ALUNO	Durante as atividades de ginástica, eu:					
	Ajudo meus colegas, dando-lhes dicas?			Presto auxílio e segurança aos meus colegas?		
	nunca	às vezes	bastante	nunca	às vezes	bastante
Escreverei aqui uma situação em que ajudei um ou mais colegas:						
_____						
_____						

NOME DO ALUNO	Durante as atividades de ginástica, eu:						
	Não me esforço	Esforço-me pouco	Esforço-me suficiente	Esforço-me bastante	Mostro pouca disposição	Mostro disposição suficiente	Mostro bastante disposição
Escreverei aqui uma situação em que mostrei como me esforcei nas atividades:							
_____							
_____							

O educador pode utilizar diferentes estratégias nos diferentes momentos da aula. Aqui, sugerimos que, uma vez que educador e aprendizes conversem sobre o tema e os objetivos, a aula começa pela utilização de estratégias exploratórias. Em seguida, o educador pode lançar mão de estratégias que desafiem os alunos a superarem seus limites e a saberem cada vez mais. Na conclusão da aula, é o momento em que as dúvidas e a continuidade do aprendizado serão discutidas.

É importante lembrar o papel do educador como mediador entre o aluno e as expectativas de aprendizagem, cujo diálogo deve ocorrer em todos os momentos das aulas em que seja necessário, ora com a turma toda, ora com um aluno ou grupo de alunos.

### Estratégias exploratórias

- Promova um bate-papo em uma roda de conversa para apresentar o tema **acrobacias**;
- Verifique o que os alunos conhecem (bom momento para a construção do mural);
- Verifique quais acrobacias os alunos conseguem realizar das listadas no mural (é possível preencher o mural com as relações entre o conhecer e o realizar - vide exemplo de mural);
- Incentive a execução das acrobacias nos diferentes **aparelhos** e **ambientes** (pode ser feito um circuito com estações, com os próprios aparelhos da ginástica ou em espaços diferenciados e com aparelhos adaptados);
- Estimule as acrobacias sobre diferentes **objetos** - cordas, plintos, arcos, trampolins, colchões;
- Promova interações para que troquem experiências de movimentos acrobáticos com outros colegas de turma;
- Nas turmas mais experientes, é interessante verificar o maior número possível de acrobacias que conseguem realizar a partir de uma determinada classificação (exemplo: classifique as acrobacias em **saltos**, **inversões** e **equilíbrios**, colocando-as no mural);
- As estratégias aqui descritas podem servir para as turmas mais experientes também (utilize-as a partir de uma classificação de acrobacias, o que ajuda o aluno a pensar nas possibilidades de juntar acrobacias e, posteriormente, criar uma

coreografia).

### Estratégias desafiadoras

- Crie situações para os alunos refletirem sobre a tomada de decisão para resolver problemas pré-determinados, mas primeiro identifique as dificuldades e planeje o que pode ser estimulante para o grupo;
- Pense no que está próximo deles conseguirem, mas ainda necessitam de dicas e ajudas.

#### Exemplo 01 - Inversões (paradas de mãos e estrelas):

- Para atravessar um determinado espaço, explore a variável ambiente, por exemplo, o tatame, de uma linha a outra; o tablado da ginástica de solo, um gramado, numa descida ou numa subida, fazendo paradas de mãos e/ou estrelas;
- Utilize a variável **movimento** para promover mais desafio: paradas de mãos e ou estrelas com pernas afastadas, grupadas, estendidas, com giros ou rolamentos, etc;
- Estimule os alunos a atravessar o ambiente com o menor número de quedas;
- Utilize a variável **relações** para auxílio na travessia ou tentativa de ir mais longe. Forme trios, grupos pequenos ou duplas. Neste momento, verifique se os alunos cooperam uns com os outros ou se estão apenas interessados no próprio desafio individual. Na avaliação, use o caderno de observação para anotar as observações. É importante não criar uma obrigatoriedade para ajudar, apenas comente se poderiam ajudar ou dar segurança, ou mesmo solicitar ajuda, em caso de necessidade. Isso facilita a observação das atitudes dos alunos;
- Explore a variável **ritmo**: paradas de mãos lentas, rápidas, sem sair do lugar, ao tocar uma música, na batida de palmas, etc;
- Na variável **objeto** é possível estimular desafios para conduzir uma bola ou fita nos pés, pegar objetos que estejam espalhados pelo ambiente e colocá-los num determinado local pré-estabelecido, ou entregar para outro colega desafiando o equilíbrio invertido, com apenas um braço de apoio, durante certo tempo.

#### Exemplo 02 - Saltos (grupado, afastado e carpado):

- Explore os saltos nos diferentes **ambientes**, colocando distâncias e alturas diversas. O ambiente pode ser sinalizado com fitas, ou com **objetos**, colocando plintos

ou caixotes como obstáculos;

- Também pode utilizar um jogo de “mãe da mula” (*pula sela* ou *pula carniça*) em que os obstáculos são os próprios alunos”, sendo importante definir conjuntamente as regras para este jogo, para evitar acidentes e descuidos com o corpo do colega;
- Lembre-se que é uma variação para que eles explorem cada vez mais os saltos. Esse jogo pode servir para **avaliar** se os alunos esperam sua vez para falar ou respeitam os colegas durante a construção das regras. Importante usar o caderno de observação, durante esse momento de construção;
- Ao final da atividade, pode ser entregue uma ficha de autoavaliação para verificar o respeito às regras e aos combinados entre educador e alunos. É possível fazer uma aproximação com a interpretação do educador e do aluno a partir dos dois instrumentos e comentar sobre os resultados, num outro momento.

### **Exemplo 03 - Equilíbrios** (estático e dinâmico):

- Promova um desafio para o grupo se organizar e realizar figuras estáticas e dinâmicas, equilibrando-se em diferentes **objetos**. Distribua no ambiente os materiais que tiver acesso: bolas, arcos, trave de equilíbrio, cordas, etc;
- Este desafio pode ser feito a partir da variável **relações** - individualmente, em duplas ou trios, em grupos pequenos, um único grupo, ou grupos grandes;
- Existirão objetos mais difíceis e outros mais fáceis, assim como as figuras. Esse pode ser um bom momento para **avaliar** se os alunos se esforçam ao modificar as figuras, se tentam algo mais difícil ou se persistem para conseguir. Use o caderno de observação;
- O educador pode estabelecer algumas regras para criar mais desafios. Veja os exemplos:
  - para cada objeto, três figuras;
  - mudou de objeto, não pode repetir a figura;
  - uma figura estática e outra dinâmica em cada objeto, mas não coloque todas as variáveis de uma vez, vá dosando os desafios e analise bem o grupo.
- Também é possível solicitar ajuda dos alunos para construção de novos desafios.

As estratégias dos exemplos não seguem uma ordem, muito menos precisam ser feitas em sequência. Vale ressaltar que as estratégias descritas em um exemplo

podem servir muito bem ao outro exemplo, para o que basta modificar a situação proposta. Assim, onde aparecem “saltos” o mesmo pode ser aplicado em equilíbrios ou inversões.

Outro ponto importante é fazer uma aproximação dos elementos utilizados. Não precisa haver aulas separadas de saltos, depois equilíbrios, e assim por diante. É fundamental associar os elementos, combiná-los, para criar novos desafios e tornar as situações cada vez mais interessantes e estimuladoras de aprendizagem.

Após um bom período explorando diversas situações-problema, desafios e atividades livres, chega-se ao momento em que as ações se tornam mais complexas e o grupo necessita de uma ajuda mais refinada.

Durante todo o processo, utilize as observações e os registros dos instrumentos de acompanhamento, para checar se e como os aprendizes avançam.

### Estratégias esclarecedoras

#### Exemplo:

- Estimule a apresentação de uma sequência de acrobacias, com saltos, equilíbrios e inversões;
- Solicite aos alunos descreverem suas apresentações em folhas de papel (com o maior detalhamento possível), dizer aos outros, o que pretende fazer, solicitar ajuda para experimentar algumas vezes o encadeamento dos movimentos e, a seguir, apresentar aos demais. Uma sugestão é que isso poderia ser feito como um festival, dentro da turma ou entre as turmas;
- Estimule a realização de uma apresentação individual em grupos menores ou uma apresentação por equipe para que todos prestigiem os momentos;
- Todo o processo de finalização de algo deve marcar os alunos com reflexões sobre a importância das atividades, do convívio, de persistir, de brincar, de ajudar, de construir juntos, etc;
- Quando os alunos chegam no ponto no qual já exploraram diferentes formas de resolver os desafios propostos, é possível realizar **novas checagens** sobre as expectativas de aprendizagem, já que nesse ponto, espera-se que eles evoluam na eficiência e estética na realização das ações. Vale fazer as checagens novamente, proporcionando alguns momentos de atividades intencionalmente direcionadas para

isso.

– Faça um momento de fechamento do processo avaliativo com os alunos, declare o que conseguiu observar e deixe que eles também apresentem o que sentiram durante os vários dias de ginástica (pode usar a ficha de Autoavaliação para isso e discuti-la em conjunto).

1. **LEMBRETES IMPORTANTES:** O educador deve observar e ajudar em todos os momentos dessa construção.

2. A conscientização se dá durante o processo de aprendizagem. O educador precisa saber o que é possível para aquele grupo. Caso a turma seja de iniciantes, ele precisará dirigir muito mais os momentos, mas não deve se esquecer de que os alunos estão inseridos no ambiente e também podem ajudar;

3. Posteriormente, promova experiências pela variável **relações**, para saber o que os alunos avançaram neste período no qual foi explorada a relação entre eles. Isso ajudará a criar o novo passo.

Todo processo de **aprender em conjunto** se efetivará se oportunizarmos os momentos, acreditarmos que é possível e ajudarmos os aprendizes a evoluir, realizando um acompanhamento sistemático.

## Situação 02.

Competência no contexto esportivo			
Conhecer e apreciar manifestações esportivas e explorá-las com criatividade			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	Identificar e diferenciar formas de movimentos acrobáticos na ginástica.	- Número de movimentos acrobáticos que consegue relacionar às modalidades da ginástica.	- Mural ou lista de movimentos ginásticos e aparelhos ginásticos.

<b>Fazer</b>	Executar diferentes ou novos movimentos acrobáticos na ginástica.	- Número de movimentos acrobáticos diferentes ou novos que consegue realizar nas modalidades da ginástica.	- Mural ou lista de movimentos para verificação dos movimentos que avançaram.
<b>Conviver</b>	Ajudar os outros a compreender e realizar diferentes ou novos movimentos acrobáticos na ginástica.	- Oferecimento de informações pertinentes aos colegas sobre os movimentos aprendidos.	- Caderno de observação, com foco nas informações/dicas entre os alunos, durante o período de avaliação.
<b>Ser</b>	Esforçar-se para compreender, combinar e realizar diferentes ou novos movimentos acrobáticos na ginástica.	- Tentativas de combinar movimentos acrobáticos diferenciados para uma sequência coreografada.	- Sequência coreográfica de apresentação, por escrito, sobre os movimentos escolhidos.

Exemplos de instrumento de acompanhamento e avaliação:

Mural ou Lista de movimentos	
Materiais	Orientações
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas coloridas ou canetões.	Construa junto com os alunos um quadro, dispondo os movimentos ginásticos, suas compreensões e possibilidades de execução.

Onde é possível realizar os movimentos ginásticos? Marque com X.  
Em quais aparelhos conseguem realizar os movimentos ginásticos? Marque com 0.  
Quais movimentos aprenderam durante o período de atividades? Marque com ☺.

	SOLO	TRAVE	BARRAS	MESA DE SALTO	CAVALO	ARGOLAS
Carpado						
Grupado						
Afastado						
Meio giro						
Giro completo						
Parada de mãos						

Parada de cabeça						
Estrela						
Rodante						
Flic						
Mortal						

Estratégias exploratórias
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Planeje com os alunos alguns momentos de exploração pelos elementos ginásticos, usando <b>objetos</b>: acrobacias conhecidas pelo grupo no solo, nas barras, nas argolas, na trave de equilíbrio, na mesa de saltos;</li> <li>– Caso não conte com todos os equipamentos, promova adaptações com plintos, caixotes e outros (a seguir mostraremos algumas dicas que podem ser exploradas para resolver eventual falta de equipamentos);</li> <li>– Permita que um aluno desafie o outro por meio de jogos de imitação de <b>movimentos</b>;</li> <li>– Após esse período, realize a construção de um mural ou apresente uma lista com diferentes movimentos pertencentes à ginástica e também de outras modalidades. Não se restrinja a identificar esses elementos, mas <u>avali</u>e se o grupo conhece e sabe relacioná-los com as modalidades ginásticas;</li> <li>– Verifique também o que o grupo pode aprender com os colegas e use o caderno de observação para registrar o que surgir de significativo.</li> </ul>

Os aparelhos ginásticos devem ser conhecidos pelos alunos. A seguir, são apresentadas possibilidades de ação nos aparelhos ginásticos<sup>25</sup> e suas respectivas adaptações.

### **Trave de equilíbrio**

O aparelho é abordado por meio de corrida, salto, rolamento, por baixo, de lado;

Deslocamento sobre: deitado, apoiado nos joelhos, em quatro apoios (dorsal ou frontal); andando para o lado (unindo os pés ou cruzando as pernas), para trás, para frente, na meia ponta dos pés, com joelhos flexionados, combinando com giros;

Elementos fundamentais ginásticos: saltar, girar, ondular, equilibrar;

Elementos acrobáticos: rolamentos, parada de mãos, estrela, reversão, ponte de frente ou de costas;

Suspender-se: utilizando uma perna, os dois braços, e as duas pernas;

Saída: correndo, saltando, de lado, rolando (se for uma trave baixa).

Se você não contar com uma trave de equilíbrio, utilize bancos suecos e/ou muretas.

Essas estruturas sugeridas para substituir a trave também podem ser utilizadas nas atividades de saltos.

- Banco sueco: utilizado com a superfície maior para cima nas etapas iniciais do aprendizado ou com grupos de crianças; com a superfície menor para cima, para os momentos mais desafiadores. É recomendável colocar colchonetes para a execução de rolamentos.

- Mureta: Nos Clubes Escola, facilmente encontram-se muretas baixas que dividem espaços, nas quadras, por exemplo. Verifique as condições para uso e leve colchonetes para as saídas e proteções laterais.

### **Barras assimétricas, barras simétricas e barra fixa.**

\* Não considerar as trocas de barra para a barra fixa, pois o aparelho se constitui apenas de uma barra.

As barras são abordadas por meio de corridas, saltos, por baixo, por cima, pelo lado, pelo espaço entre elas, com elementos acrobáticos.

Deslocamento sobre: andando, apoiado nos joelhos, em quatro apoios, sentado, rolando (de lado);

Apoios: em pé, de cotovelo, com o quadril, deitado, sentado, com as mãos (parada de mãos), em uma ou nas duas barras;

Suspensões: pelas mãos, pelos quadris, pelos joelhos, pelos pés, em uma ou nas duas barras;

Girar em volta: com o apoio nos quadris, com o apoio nas mãos (palmar, dorsal, mista), variando as formas/posições do corpo: estendido, carpado, grupado; ou das

pernas: unidas, afastadas, as duas estendidas ou flexionadas ou uma flexionada e a outra estendida;

Trocas de barra: em pé, apoiando um segmento corporal, com impulsos, com movimentação das pernas, com saltos;

Saída: saltando, por baixo, por cima, de lado, pelo espaço entre elas, com elementos acrobáticos.

Se você não contar com barras pode adaptar a prática utilizando barras existentes em parques, brinquedos de *playgrounds* e galhos de árvores.

- Barra fixa (parques): em muitos Clubes Escola há uma barra fixa colocada num parque ou área utilizada para alongamentos e exercícios. Estes locais podem servir para explorar algumas situações descritas.

- Parquinho: nos espaços em que há parquinhos, geralmente, há brinquedos que oferecem condições de se pendurar (trepa-trepa, macaqueiros). Eles podem ser usados para o desenvolvimento de algumas atividades também.

- Árvores: o espaço natural oferecido em alguns Clubes Escola pode favorecer o desenvolvimento das atividades de se pendurar, caso contem com árvores que suportem o peso dos aprendizes e não lhes ofereçam riscos.

### **Mesa de saltos**

O aparelho é abordado por meio do andar, correr, saltitar, saltar por cima, pelo lado.

Primeiro vôo: com movimentos das pernas (unidas, afastadas, flexionadas), com movimentos de braços (circunvoluções, balanceamentos, flexão e extensão), com movimentos de todo corpo (em arco, grupado, inclinado, parábola, girando);

Apoio: nos pés, nos joelhos, em quatro apoios, nas mãos;

Segundo vôo: com movimentos das pernas (unidas, afastadas, flexionadas), com movimentos de braços (circunvoluções, balanceamentos, flexão e extensão), com movimentos de todo corpo (em arco, grupado, inclinado, parábola, girando);

Aterrissagem: sobre os pés.

Se você não contar com uma mesa de saltos, pode adaptar o uso do plinto, ou até mesmo de cadeiras e mesas. Além disso, pode ver o que foi sugerido, quando não se possui as traves de equilíbrio.

- Cadeira ou mesa: algumas adaptações podem ser exploradas numa cadeira, banquinho ou mesa. Deve-se verificar o estado do material e o local em que se fará a segurança, pois estes materiais podem sair do lugar durante os saltos.
- Plinto: geralmente as salas de ginástica contam com plintos. Ele serve para auxiliar em subidas de aparelhos e tem regulagem de alturas. Ainda é possível iniciar a prática do cavalo com alças, utilizando plintos. É um excelente material que pode ser ajustado às condições do grupo. Permite saltos na lateral e no eixo longitudinal.

### **Cavalo com alças**

O aparelho é abordado pela frente, pelo lado, andando, correndo, saltando, diversificando o primeiro apoio;

Deslocamento sobre ele: deitado (dorsal, frontal), sentado (com ou sem volteio), em quatro apoios, apoiado sobre os joelhos, em pé, rolando;

Apoios: nos cotovelos, nos pés, na cabeça e nas mãos, simultaneamente, ou somente nas mãos;

Suspensões: com o apoio nas mãos, nos joelhos, nos quadris, nas costas;

Saída: saltando, projetando o corpo em arco, girando o corpo, invertendo o corpo.

Caso não haja um cavalo com alças, pode-se utilizar o potrinho e até mesmo o plinto, já sugerido para trabalhar saltos.

- Potrinho: em alguns locais de ginástica existe esse aparelho que auxilia nos apoios. É considerado um aparelho auxiliar da ginástica. Ele se diferencia do cavalo com alças na altura que mantém do chão. Caso não tenha esse equipamento, é possível construir adaptações com blocos plásticos ou tocos de madeira com formato de tijolo.

### **Argolas**

O aparelho é abordado por meio de corridas, saltos, por baixo, de lado, ou pelo espaço entre elas;

Apoio: nas mãos (parada de mãos), em uma ou nas duas argolas;

Suspensões: pelas mãos, pelos joelhos, pelos pés, em uma ou nas duas argolas;

Elementos estáticos: com o apoio das mãos, desenhar formas com o corpo, variar as posições dos braços, crucifixo, prancha, parada de mãos, esquadro;

Saída: saltando, por baixo, por cima do apoio, de lado, pelo espaço entre elas, com elementos acrobáticos.

Caso não seja possível contar com argolas oficiais, é possível construir argolas artesanais e também utilizar as adaptações sugeridas para a barra.

- Argolas artesanais: É possível construir argolas para pendurá-las em locais como árvores, estruturas de teto, etc.

- **Materiais necessários para um conjunto de argolas** – dois pedaços de cordas de aproximadamente dois metros cada, dois rolinhos de madeira ocos ou dois pedaços de cano flexível (15 a 20 cm de comprimento cada). Em casas de materiais para construção é possível comprar cordas que resistam ao peso dos alunos. Recomenda-se uma carga de ruptura de pelo menos 1.000 kg. As cordas de sisal não são adequadas, pois desfiam e podem lesionar os alunos.

- **Montagem** – passe a corda dentro do rolinho ou cano, forme uma alça e amarre. A outra extremidade da corda pode ser amarrada em qualquer estrutura que resista a uma pessoa adulta se pendurando.

Para qualquer atividade planejada em ambientes externos e com estruturas adaptadas, é importante **realizar uma inspeção prévia para avaliar as condições dos materiais e locais**. Converse previamente com o pessoal da gestão e segurança do espaço e indique o que pretende fazer, quais objetivos estarão envolvidos e como auxiliará na segurança dos alunos.

É necessário esclarecer a proposta de adaptar espaços e equipamentos, ou seja, da ampliação dos lugares e movimentos para os alunos e pais, para que estejam

cientes dos objetivos e dos cuidados que serão tomados em relação ao ambiente e às pessoas envolvidas.

### Lembre-se!

Toda novidade causa certo estranhamento. Apresente e discuta a proposta de adaptação de materiais e locais ao coordenador de equipamentos e ao gestor local.

Um bom planejamento pode ajudar nos momentos de conversa.

### Estratégias desafiadoras

Quando o mural ou a lista estiverem construídos, pode ser que alguns já consigam falar a respeito dos movimentos e distinguir seus respectivos nomes. Talvez não consigam executar certos movimentos, ainda, no entanto, com as informações sobre os movimentos ginásticos e outros movimentos aprendidos, promova alguns desafios à criatividade.

#### Exemplo 01 - Entre o conhecido e o realizado:

- A cada aula ou durante um bloco de aulas, promova situações que façam os alunos pensarem sobre os movimentos que conhecem, mas ainda não realizam;
- Estimule formas de prestar auxílio para obter melhoras nos movimentos (os auxílios podem vir do professor e também dos alunos);
- Incentive os auxílios solicitados, os auxílios prestados e registre essas ocasiões em seu caderno de observação;
- Use a variável **movimentos** para explorar saltos, inversões, saídas dos aparelhos, entradas, giros, entre outros. Este momento se tornará mais interessante se os alunos consultarem a lista ou o mural e observarem o que já foi descrito;
- A cada novo sucesso, individual ou coletivo, os alunos têm o direito de destacar o movimento neste instrumento;
- Varie os ambientes para valorizar os movimentos. Procure notar quais movimentos são mais fáceis do que outros a depender do lugar em que são realizados;
- Imagine as inversões sobre colchões, depois na grama, depois na areia e, então, numa subida ou descida.

### Exemplo 02 - O que conheço, os outros precisam conhecer:

- Neste exemplo, o que está em jogo é fazer com que o aluno apresente sua melhor acrobacia ou o movimento que mais gosta. Além de apresentar, ele precisa convencer os colegas a realizar tal movimento. Isso vai gerar um bom conflito entre querer fazer os movimentos sugeridos pelos colegas e conseguir que os colegas realizem o movimento que propõe;
- É possível verificar quantos movimentos aprenderam com os outros colegas e quantas pessoas realizaram os movimentos que cada aluno propôs;
- Procure verificar o empenho em ajudar os colegas e registre em seu caderno de observação.

### Estratégias esclarecedoras

- Após um bom período explorando desafios de movimentos, com variações de objetos e ambientes, vale investir na construção de uma sequência coreográfica. É possível usar todas as variáveis apresentadas no boneco das ginásticas. Isso ajudará o aluno a internalizar os movimentos que gostaria de colocar numa apresentação;
- O momento da exposição é uma boa oportunidade para avaliar as relações que os alunos fazem entre as aprendizagens estimuladas durante as aulas, e os movimentos aprendidos com os outros e suas combinações;
- Organize um tempo para os alunos descreverem a sequência, experimentarem, fazerem os ajustes, treinarem e, por fim, apresentá-la;
- Na apresentação, deve-se valorizar a utilização de diferentes aparelhos, identificar quais os alunos mais apreciam e respeitar a sequência construída por eles;
- Até mesmo os alunos que ainda não se sentem à vontade para um momento de apresentação devem ser estimulados a participar de sua elaboração. Uma ótima estratégia é organizar apresentações iniciais entre pessoas que têm mais afinidade na turma, posteriormente, aumentar o número de expectadores e, se o grupo todo concordar, ou aqueles que desejarem, promover uma apresentação de sequências coreográficas por aparelhos para pais, responsáveis, comunidade, ou entre Clubes.

### Situação 03.

Competência no contexto esportivo			
Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente por meio da prática esportiva			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	Associar e distinguir as informações para participar e/ou organizar um festival de ginástica.	- Grau de compreensão das informações durante as etapas do festival de ginástica.	- Caderno de observação ou ficha de avaliação contendo nomes dos alunos, etapas e escala de <b>compreensão</b> : pouco/mediano/bem/ muito bem
<b>Fazer</b>	Participar ativamente das etapas e/ou organização de um festival de Ginástica.	- Diferentes formas de participação durante as etapas do festival de ginástica.	- Caderno de observação ou ficha de avaliação contendo nomes dos alunos, etapas e lista das formas de participação: atividades motoras; construção de materiais; de figurino; da coreografia; seleção e operação da música; outros.
<b>Conviver</b>	Interagir com os outros para participar e/ou organizar um festival de ginástica	- Qualidade e intensidade da interação com os colegas e educador durante as etapas do festival de ginástica.	Caderno de observação ou ficha de avaliação contendo nomes dos alunos, etapas e escala de <b>interação</b> : nada/pouco/mediano/bem/muito bem
<b>Ser</b>	Fazer escolhas conscientes e assumir responsabilidades para participar e/ou organizar um festival de ginástica	- Nível de envolvimento e responsabilidades, durante as etapas do festival de ginástica	

Exemplo de instrumentos de acompanhamento e avaliação.

Caderno de observação ou Ficha de avaliação	
Materiais	Orientações
Um caderno brochura	Crie uma lista dos alunos de cada turma; faça um quadro ao lado dos nomes para indicar o que observar.



– Promova um bate-papo com os alunos de cada turma sobre o que sabem e o que entendem a respeito de um festival;

– Mapeie o que conhecem sobre isso, se já participaram de algum, se foi interessante para eles, se gostam ou não e por quê. Esse início propiciará apresentar um formato peculiar de festival em que será valorizada a participação efetiva de cada aluno, respeitando seus interesses ou anseios, durante todas as fases de preparação até o dia de apresentação. Neste início é possível identificar o que os alunos gostariam de fazer, além da apresentação de um número, coreografia ou movimento no dia do festival. Preste atenção: muitos alunos têm vergonha de se apresentar ou acham que não são capazes. Nesses casos, tente ajudar o aluno a compreender que também é importante sua participação em momentos como a organização, valorizando a responsabilidade, o compromisso, a diversão, entre outros;

– Destaque algumas funções que podem ser assumidas pelos alunos na elaboração e realização de um festival. **Funções importantes:** construção de listas de checagem para as sequências de apresentação; criação de grupos para coreografias em tempo preestabelecido; figurinistas; selecionador de músicas; divulgador do evento; apresentador do festival; organizadores de cenário. Estabeleça critérios de seleção das funções com base no interesse de cada aluno.

– Promova momentos de exploração de atividades ginásticas com variações de **ambientes** - fechado, aberto, pequeno, grande; **movimentos** - saltos, giros, balanços, posturas, rolamentos; **objetos** - elementos da ginástica: trave de equilíbrio, barras, mesas de saltos, trampolim, ou adaptados (mesas e cadeiras, caixotes improvisados, arcos, cordas, etc). É possível construir coletivamente alguns materiais para diversificar as atividades. Essa pode ser uma etapa do festival, a montagem do material;

– Deixe claras as etapas para a elaboração e realização de um festival:

- 1) Organização e listagem dos grupos e atribuições das responsabilidades;
- 2) Identificação do local e materiais para o festival;
- 3) Desenho de coreografias e grupos de apresentação, lista de apresentação, tempo;
- 4) Divulgação;
- 5) Montagem do cenário, músicas, figurinos;
- 6) Ações a realizar no dia do festival.

As funções e etapas servem como exemplo de estruturação deste ambiente de aprendizagem, mas o educador pode variar, modificar ou acrescentar itens que se adequem à realidade do seu Clube Escola. Durante as conversas sobre a composição do festival é possível avaliar os interesses iniciais dos alunos. Use o caderno de observação ou a ficha de avaliação, que servirão como parâmetros para relacionar etapas do festival aos objetivos de aprendizagem.

### **Estratégias desafiadoras**

Passados os momentos em que foram organizados os grupos e foram exploradas as formas mais livres que permitem as autopercepções iniciais, é possível passar a propor outros desafios.

Os desafios são formas de estimular a aprendizagem e são propostos em sequências de movimentos, levando os alunos a pensar nas apresentações do festival e também nos grupos da organização de outras tarefas. Durante as aulas, promova momentos para que isso se efetive.

O sentido de todo o processo de aprendizagem e aprimoramento se valoriza no conjunto do grupo. Isso também permite ao educador acompanhar e verificar todas as fases do aprendizado. Lembre-se de avaliar as participações, interações e responsabilidades e registrá-las no caderno de observação.

#### **Exemplo 01 - Coreografias:**

- Solicite aos alunos, separados em pequenos grupos, um esboço de uma coreografia contendo alguns movimentos que considerem interessantes;
- Estipule um tempo para ‘teste’ dos movimentos, descrição no papel e apresentação. Isso pode levar mais de uma aula, dependendo do grupo;
- Passe pelos grupos e ajude-os com as sequências de movimentos, formas e posições em grupo;
- Para as turmas iniciantes, vale dirigir mais a atividade, marcando os locais que se posicionarão para realizar os movimentos. Neste caso, ajuste o número de movimentos e sua complexidade;
- Promova trocas entre as pessoas, favorecendo as relações. Apresentações individuais costumam gerar nervosismo. Prepare seus alunos para as apresentações, tentando diminuir a sensação de ameaça que provocam em alguns e realize a

apresentação apenas com os alunos que se sintam à vontade para enfrentar esse desafio.

A apresentação de coreografias promove oportunidade para uma grande troca de apreciações entre os alunos. Esses momentos marcam a evolução de serem observados por pequenos grupos ou grupos maiores e permite aguçar os sentimentos de todos, educadores e alunos.

- Verifique, na fase da elaboração da coreografia, se os alunos preferem ajudar os outros, se eles se interessam ou não. Use as escalas propostas para isso;
- Desafie os alunos a realizar **movimentos** mais complexos, conforme o tempo;
- Lembre-os que ensaiarão as coreografias e isso os ajudará a melhorar os movimentos;
- Varie os ambientes e objetos para incentivar a todos;
- Permita escolhas de atividades que possam ser transformadas em apresentações. A cada aula coloque à disposição dos alunos alguns materiais em diferentes espaços e promova estações de ‘teste’. Pode ser criado, ainda, um desafio em cada estação: de saltos; de equilíbrios; e de manipulação de objetos.

#### **Exemplo 02 - Apresentador:**

Problematize momentos de apresentação de movimentos a partir da criação de grupos. Cada grupo necessitará de um apresentador que falará sobre o que os outros grupos apreciaram. É uma situação de narrativa sobre o que farão. Caso os alunos tenham dificuldade de apresentar, o educador poderá realizar atividades teatrais.

#### **Sugestões de atividades teatrais:**

Os jogos teatrais, também conhecidos como jogos de expressão, podem servir para facilitar o desprendimento e o nervosismo por utilizar elementos cômicos.

- **‘Soltando os bichos’** – Uma pessoa do grupo anuncia um bicho e todos precisam imitar, com sons, com movimentos, formas e ações. Ex: o sapo pula? O macaco se pendura?
- **‘O espelho’** – Jogo de imitação; uma pessoa de frente para outra; um realiza alguns movimentos enquanto o outro tenta imitar. Passado um tempo, invertem-se os papéis. Pode-se usar uma variação para melhorar a concentração diante de um público menor e depois maior – sem dar risada, fazendo caretas, cantando,

apresentando-se para os demais.

– **‘Continue a história’** – Jogo que reforça a imaginação e os imprevistos de qualquer apresentação. Uma pessoa do grupo começa contando uma história inventada, ou a partir de um tema sugerido, durante um tempo estipulado, iniciando por tempos curtos. O próximo deve retomar o ponto da história e continuá-la. Pode-se começar com grupos pequenos e, posteriormente, ser aplicado à turma toda.

### Estratégias esclarecedoras

Durante a sequência de aulas, lembre-se de reservar momentos para as construções e retomada de dúvidas. Deixe um quadro das funções e responsabilidades como amostra para os alunos, ou mostre no seu caderno de observação o que foi acordado inicialmente. É importante ter claro que os alunos caminharão para construção de ideias e para tomadas de decisão, mas o educador deve acompanhar os acontecimentos e os encaminhamentos.

– Faça rodas de conversa entre os grupos, procure discutir coletivamente as fases e sobre o que precisam de ajuda;

– Evite delegar uma função que não observará. O mais importante de um festival, não é seu desfecho final, o próprio dia da apresentação, mas todo processo que foi acordado, as funções e etapas seguidas. A realização será consequência deste processo. Vá com calma para conseguir observar como se concretizam as expectativas de aprendizagem;

– Use as escalas para avaliar as fases: isso ajudará nos passos seguintes;

– O festival deve ser preparado com antecedência, sem pressa. É muito válido acompanhar e oferecer segurança para os alunos ficarem tranquilos. O sentimento de pertencimento ao grupo e as responsabilidades serão os pontos altos neste ambiente;

– No final de cada etapa, discuta com o grupo sobre o que avançaram e o próximo momento;

– No final do festival, apresente, sinteticamente, suas impressões a partir das avaliações que realizou durante as aulas e ensaios. O acontecimento do festival significa que todas as etapas foram cumpridas da melhor maneira possível.

## 8.4 Para saber mais

### Livros

BROCHADO, F. A.; BROCHADO, M. M. V. **Fundamentos de ginástica artística e de trampolins**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

Os autores apresentam histórico, aparelhos, descrição de gestos e movimentos característicos da ginástica artística.

NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. (org.). **Fundamentos da ginástica**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2009.

Apresentam histórico, aparelhos, descrição de diferentes modalidades ginásticas.

SANTOS, J. C. E.; ALBUQUERQUE FILHO, J. A. **Manual de ginástica olímpica: ginástica artística**. Rio de Janeiro: Sprint, 1986.

Apresenta as posturas, os movimentos e os aparelhos da ginástica artística, além de sugestões de exercícios e sequências acrobáticas.

SHIAVON, L. M.; NISTA-PICCOLO, V. L. **Desafios da ginástica na escola**. In: MOREIRA, E. C. (org.). Educação Física Escolar: propostas e desafios II. Jundiaí, SP: Fontoura, 2006. p. 35-60.

Capítulo que apresenta informações sobre a ginástica artística, sugerindo adaptações de materiais e de espaços para a sua prática.

TOLEDO, E. **A ginástica rítmica e artística no ensino fundamental: uma prática possível e enriquecedora**. In: MOREIRA, E. C. (org.). Educação Física Escolar: desafios e propostas. Jundiaí, SP: Fontoura, 2004. p. 43-64.

Capítulo apresenta informações sobre a ginástica artística, sugerindo adaptações de materiais e de espaços e movimentos para a sua prática.

### Artigos

VIGARELLO, G. A invenção da ginástica no Século XIX: movimentos novos, corpos novos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, set. 2003. v. 25, n. 1, p. 9-20. Disponível em:



<<http://www.rbceonline.org.br/revista/index.php/RBCE/article/view/170>>. Acesso em: 25 abr. 2013.

Esse artigo apresenta o histórico da ginástica no Século XIX.

TSUKAMOTO, M. H. C.; NUNOMURA, M. Iniciação esportiva e infância: um olhar sobre a ginástica artística. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 26, n. 3, p. 159-176, maio 2005. Disponível em:

<<http://www.rbceonline.org.br/revista/index.php/RBCE/article/viewFile/166/175>>.

Acesso em: 25 abr. 2013.

Discute a iniciação esportiva em ginástica artística nos clubes de São Paulo.

### Sites

Confederação Brasileira de Ginástica: <http://www.cbginastica.com.br/cbg>.

Informações sobre o calendário esportivo da ginástica rítmica e demais modalidades gímnicas.

Federação Internacional de Ginástica: <http://www.fg-gymnastics.com>.

Informações sobre o calendário esportivo da ginástica e das diferentes modalidades gímnicas mundiais.

Biblioteca virtual de ginástica: [http://www.ginasticas.com/conteudo/cont\\_biblioteca.html](http://www.ginasticas.com/conteudo/cont_biblioteca.html).

Oferece pesquisas sobre diferentes modalidades de ginástica.

## 9. Atividades Circenses



### 9.1 Apresentação das modalidades

*Enquanto houver criança, haverá palhaço, haverá circo; então,  
o circo nunca vai acabar, porque nunca vai faltar criança.*

*(Roger Avanzi, Palhaço Picolino).*

Pode-se afirmar que as atividades circenses promovem um encanto estético, poético e simbólico<sup>5</sup>. A importância de tais atividades se dá pela riqueza e variedade de modalidades, reconhecidas tradicionalmente. Transmitidas originalmente pelas famílias circenses, constituem uma ampliada oportunidade de conhecimento oferecida por outros profissionais e espaços, por exemplo: os circos-escola.

A procura cada vez maior de público interessado em aprender as atividades circenses credencia tal manifestação como integrante do patrimônio cultural e, portanto, pode ser um conteúdo pertinente ao Clube Escola.

#### Como trabalhar atividades circenses no Clube Escola?

Calma!

Primeiro, vamos conhecê-las, para ampliar o repertório de oportunidades e possibilidades que o educador poderá desenvolver nos Clubes municipais.

As atividades circenses se constituem por acrobacias, malabarismos, contorcionismos, representações expressivas de palhaço, equilíbrios na corda bamba, entre outras. A prática de seus elementos lúdicos, que oportunizam a vivência, individual ou em grupo de sentimentos, sejam eles de medo, de ansiedade, ou de vergonha, também inclui brincadeiras que promovem diversão e desafios, satisfação, coragem e alegria.

A arte circense acontece em razão do caráter expressivo, que permite experiências rodeadas de sentidos: **estéticos** – acrobatas, equilibristas e contorcionistas; **poéticos** – princesas, mágicos e bonecos fantasiados; **improvisos** – palhaços, apresentadores e dançarinos. Observa-se diferentes contextos de atividades que ampliam e valorizam as relações dos processos de ensino-aprendizagem.

Para melhor compreensão, apresentamos abaixo algumas modalidades de atividades circenses inspiradas em Bortoleto, Pinheiro e Prodócimo<sup>5</sup> e destacadas de acordo com os objetivos, habilidades e características:

#### Quadro 05: Objetivos, habilidades e características das atividades circenses.

OBJETIVOS	HABILIDADES	CARACTERÍSTICAS
Malabarísticos	Manipulação	Manipulação de objetos (tules, lenços, bolas, diabolôs, etc)

Funambulescos	Equilíbrio	Consciência e controle corporal sobre algo (corda bamba, rolo, perna de pau, etc)
Clownescos	Dramaturgia	Interpretação e expressões corporais, gestualidade (palhaço, mímica, pantomimas, “narrativa de algo com o corpo”)
Acrobáticos	Acrobacias	Destreza corporal, consciência e controle corporal (rolamentos, saltos com giros e inversões, combinação de variáveis)

O circo, que antes era aprendido nos picadeiros, por meio de transmissões entre familiares de conhecimento e de técnicas, começou a ser renovado. Jovens começaram a praticar as diferentes técnicas em atividades de lazer, enquanto educadores passaram a reconhecer os valores da atividade circense vinculados ao ensino e a promover sua utilidade com propósitos de intervenção social<sup>7</sup>. Por meio das modalidades circenses, as pessoas puderam passar de uma posição de meras expectadoras de espetáculos circenses para a de personagens circenses, com a sua enorme gama de possibilidades de exploração de movimentos e sentimentos.

Antes distante das situações concretas, o encantamento passa a poder fazer parte da vida das pessoas a partir do momento em que ocorrem a renovação e as mudanças de cenários educativos, que deram acesso aos conteúdos tradicionais dos saberes das famílias circenses e introduziram novas versões. Os símbolos e os desejos presentes no mundo do circo passaram a ser acessíveis a partir de experimentações intencionalmente guiadas por diferentes educadores, em diferentes ambientes de aprendizagem e de prática.

A formação de alguém que queira praticar atividades circenses se tornará mais efetiva se compartilhada com a **dimensão tecnológica** - montagens de estruturas, materiais, ajuda com a arrumação do circo, conjuntamente à **dimensão cultural** - apresentação artística e coreográficas<sup>24</sup>. Para isso acontecer no espaço proposto, vamos nos apropriar de um entendimento essencial cujos circenses gostam de chamar de **circo-família**.

O **circo-família** é uma expressão que configura a interpretação de um espaço de aprendizagem, transmitindo os valores tradicionais das famílias circenses, que se preocupavam não apenas com o ensino das técnicas e números acrobáticos, mas também e, fundamentalmente, com o processo de ajuda mútua no ambiente circense. Podemos dizer que se trata de um espaço potencial para o processo de **socialização, formação e aprendizagem**.

A **socialização** está implícita na partilha do conhecimento com cada indivíduo. Em qualquer ambiente de aprendizagem, é interessante promover interações, negociações e discussões sobre os saberes. Neste aspecto, destacamos a valorização das trocas de conhecimento, o respeito e as ajudas mútuas para que todos participem efetivamente do processo de formação.

A **formação** refere-se às intenções propositivas, através dos diálogos e construções coletivas de conhecimento. É um estado de **querer fazer** promovido nos diferentes ambientes, com perspectivas de formação participativa, representadas por culturas artísticas expressivas.

A **aprendizagem** está vinculada ao espetáculo e à apresentação do realizável, cuja configuração se dá com as sensações vividas e durante o processo gerador de conhecimento, incluindo medos, inseguranças, ansiedades, graça, beleza, desafio, entre outros.

Assim como o circo é uma atividade itinerante, os espaços de aula também podem ser. É preciso estimular o **aprender-ensinar**, por exemplo, como montar e desmontar o **circo**. No Clube Escola, para ministrar as aulas, o espaço que pode ser aproveitado para atividades circenses pode ser uma quadra, um ginásio de ginástica artística, uma sala de dança, um palco de teatro ou um gramado ao ar livre.

Ajudar a organizar, desorganizar e novamente reorganizar o ambiente; preparar os números ou peças de teatro, além de executá-los; aprender a tocar instrumentos, cantar, dançar e representar, tudo isso faz parte do mundo de aprendizagem circense. Tal processo de **socialização, formação e aprendizagem** é dependente um do outro e refere-se ao que chamamos de **linguagens artísticas**, que compreendem o teatro, a dança, a música e as acrobacias.

Na educação circense, relacionada neste guia aos Clubes Escolas, destaca-se o ato de aprender e valorizar os elementos de picadeiro: as apresentações; os bastidores; a montagem de palco, ou seja, o que pode estar por trás de uma apresentação. Participar desse conjunto de elementos, alicerça uma construção educativa interessante, juntamente aos movimentos estimulados nas modalidades circenses, como malabares, *clowns*, equilibristas e acrobatas.

Saber ajudar o outro quando surge dificuldade; preparar uma apresentação coletiva ou uma coreografia; confeccionar um material; armar e desarmar um cenário constituem o diferencial. Aprender os fundamentos acrobáticos com uma estrela ou um rodante, por exemplo, compreende o **aprender a fazer**. A curiosidade e a

instigação do mediador impulsiona o **aprender sobre esse fazer**, que constitui o **porquê fazer**. A pretensão destas atividades deve avançar do somente fazer, para **aprender a conviver fazendo**, para si e para os outros. A ideia do **circo-família** valoriza a harmonia que habita abaixo da **lona** que constitui o circo, lembrando que as pessoas são os alicerces estruturantes da magia circense<sup>24</sup>.

## 9.2 Variáveis

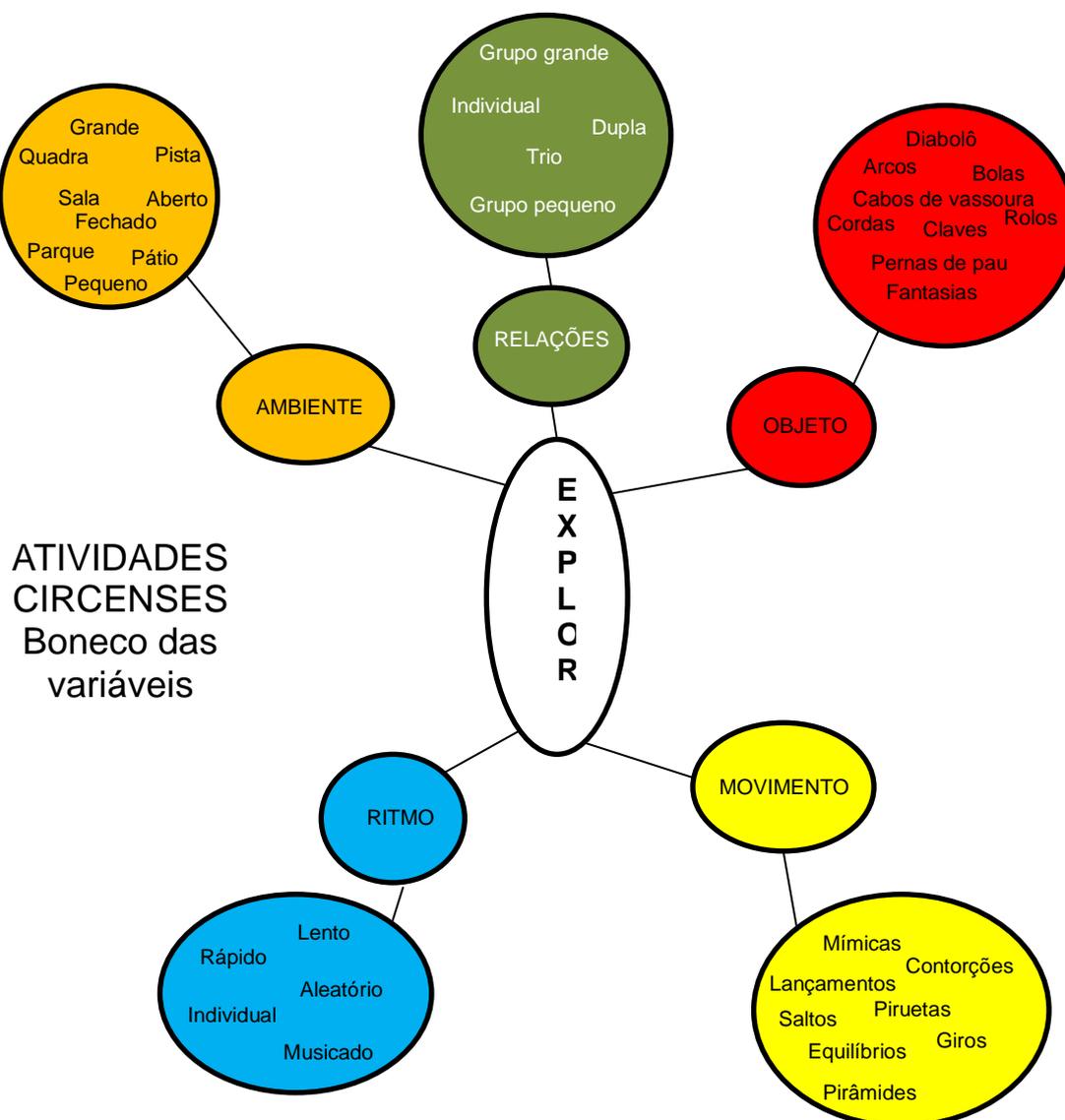
O circo, por ser um símbolo social, está envolto em magia e beleza, que transforma tristeza em alegria, suspense em descontração. Está cheio de desafios de corpos dobradiços, com danças no ar ou equilíbrios na corda bamba, na coragem de desafiar a gravidade dos saltos mortais, nos pêndulos, na irreverência do palhaço, no colorido das roupas, entre outros.

O conjunto simbólico de magia e beleza, constitutivo das atividades circenses pode favorecer a aprendizagem de diferentes competências, como:

- Conhecer e experimentar diferentes elementos acrobáticos;
- Conhecer maquiagem e figurino;
- Compreender e auxiliar na segurança dos outros;
- Assumir posturas cooperativas e de ajuda mútua;
- Experimentar diferentes posições, atividades e números nas apresentações;
- Vivenciar a aprendizagem de forma permanente e participativa;
- Experimentar desafios corporais, rompendo dificuldades;
- Conscientizar-se de riscos sobre a própria segurança;
- Aprender a representar (teatro, peças, músicas), adotando posturas de palco e improvisações;
- Experimentar, adaptar e criar formas de danças, ritmos, coreografias e instrumentos musicais e aparelhos circenses (bolas, claves, diabolôs);
- Compreender as linguagens comunicativas: falada – discurso e canto; cênica – objetos, fantasias e brinquedos; não verbal – mímicas e clownescas.

Esses destaques podem ser observados em conjunto com os processos pedagógicos. Para isso, explorar diferentes formas intencionais favorecerá a educação integral. Pense em variar as práticas pedagógicas, permitindo a participação ativa de

todos e o respeito à diversidade de interesses e habilidades. Nos ambientes de aprendizagem, existem os detalhes para valorizar as explorações. A seguir, ilustramos o boneco das variações das atividades circenses.



**Figura 04: Boneco das variáveis estratégicas circenses**

### 9.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem

Nas atividades circenses, podemos explorar o desenvolvimento das competências gerais relacionadas aos grandes objetivos do Programa Clube Escola: a) Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas

características pessoais e interesses; b) Conhecer e apreciar manifestações esportivas e explorá-las com criatividade; c) Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente por meio da prática esportiva.

Vale lembrar que esses objetivos acompanham os alunos durante sua vida esportiva no Clube Escola. Não são construções das quais educadores e alunos se ocupem em pequenos espaços de tempo, muito menos em uma única aula.

As situações estimuladoras de aprendizagem que apresentaremos exemplificam as competências essenciais, destacadas no Quadro 01 (Competências gerais e suas relações com os quatro pilares da educação e com as competências no contexto esportivo estimuladas pelas atividades gímnico-acrobáticas). As competências foram ajustadas ao contexto específico das atividades circenses.

São expectativas de aprendizagem previstas no contexto de um planejamento regulador, que permitem estimular os interesses e necessidades do grupo. Uma vez que se entenda que o planejamento é um organismo vivo, o processo didático que inclui as atividades propostas, o tempo de duração e as intervenções do educador pode e deve ser alterado e ampliado.

Ninguém melhor que o próprio educador para fazer isso, já que conhece a realidade local, o grupo de alunos e as condições de trabalho. O entendimento desta lógica orienta as rotas de aprendizagem possíveis, guiadas pelo que se espera que o aluno aprenda.

Os exemplos apresentados neste guia também servem para elucidar melhor como planejar, visando ao desenvolvimento das competências relacionadas aos quatro pilares da educação apoiados pela Unesco. Ao mesmo tempo, apontamos indicadores e instrumentos possíveis para avaliação dos avanços do grupo e sugerimos estratégias de ensino.

As reflexões do educador e dos aprendizes envolvidos nos diferentes ambientes de aprendizagem ajudarão a valorizar todo o processo construtivo e a identificar novos desafios pedagógicos e novas rotas de aprendizagem. Os exemplos aqui presentes são aplicáveis pelo educador, que deve usá-los e também se permitir ousar com seus alunos.

### Situação 01.

<b>Competência no contexto esportivo</b>			
Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas características pessoais e interesses.			
<b>Dimensões do aprender</b>	<b>Expectativas de Aprendizagem</b>	<b>Indicadores de Aprendizagem</b>	<b>Instrumentos de Avaliação</b>
<b>Conhecer</b>	Identificar as modalidades circenses que melhor se adequem aos seus interesses.	- Declarar as modalidades circenses que melhor se adequem aos seus interesses.	- Quadro das atividades; - Caderno de observação ou ficha de avaliação (lista de nomes dos alunos, descrição sobre as modalidades - nada/pouco/razoavelmente/muito interessante conhecer).
<b>Fazer</b>	Participar de modalidades circenses que melhor se adequem aos seus interesses.	Grau de interesse em participar das modalidades circenses.	- Caderno de observação ou ficha de avaliação (lista de nomes dos alunos, modalidades e escala: (nada/pouco/razoavelmente/muito interessante participar).
<b>Conviver</b>	Ajustar o desempenho de sua função de modo a facilitar a manifestação do outro, sem cercear a sua própria habilidade.	Tipos de ajuda que facilitam a manifestação do outro nas modalidades circenses.	Caderno de observação (lista de nomes dos alunos, dicas e auxílios).
<b>Ser</b>	Compreender seus interesses e avaliar seu desempenho.	Percepção de desempenho relacionada aos interesses pessoais nas modalidades circenses.	Ficha de autoavaliação.

#### Exemplo de instrumentos de avaliação

<b>Quadro das Atividades</b>	
<b>Materiais</b>	<b>Orientações</b>
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas colorida ou canetões.	Construa junto com os alunos as modalidades circenses que conhecem ou passaram a conhecer; as atividades e os interesses em conhecer e praticar.

Preencha o quadro com as atividades praticadas, relacionando às modalidades circenses					
		Clownescas	Funambulescas	Malabares	Acrobacias
Nomes dos alunos	Classifique as atividades em nada/pouco/razoavelmente/muito interessante <b>conhecer</b>				
	Clownescas	Funambulescas	Malabares	Acrobacias	
Nomes dos alunos	Classifique as atividades em nada/pouco/razoavelmente/muito interessante <b>participar</b>				
	Clownescas	Funambulescas	Malabares	Acrobacias	

### Caderno de observação ou ficha de avaliação

Material	Orientações
Um caderno brochura	Crie uma lista dos alunos de cada turma; faça um quadro ao lado dos nomes para indicar o que observar

Nomes dos alunos	Durante as atividades organize momentos para observar							
	Ajuda os colegas com dicas				Ajuda os colegas			
	nunca	pouco	razoável	bastante	nunca	pouco	razoável	bastante

### Ficha de autoavaliação

Material	Orientações
Um caderno brochura	Construa um quadro indicando o que o aluno irá preencher (se for possível levar o quadro feito, ganha-se mais tempo para as respostas). Isso pode ser feito em formato de filipetas, para economizar folhas.

NOME DO ALUNO	Qual sua percepção de desempenho em relação às atividades propostas:						
	Não me esforço	Esforço-me pouco	Esforço-me razoavelmente	Esforço-me bastante	Pouco motivado	Demonstro motivação razoável	Bastante motivado
Escreverei aqui uma situação em que me esforcei e estava motivado:							
_____							
_____							

### Estratégias exploratórias

– Num primeiro momento, promova uma exploração livre com a organização prévia do **ambiente** e variações de **objetos**: cordas, arcos, bolas de tamanhos variados, rolos, etc.

- Se for possível, coloque músicas circenses diversificando **ritmos**.
  - Após aguçar a curiosidade dos alunos e deixar que experimentem as possibilidades, discuta sobre as diferenças que encontraram. Assim, faça uma síntese explicando o que chamarão de “modalidades circenses”. Uma sugestão interessante é utilizar a apresentação do quadro que classifica as atividades: malabarísticas; funambulescas; clownescas; acrobáticas.
  - O educador pode perguntar sobre as modalidades, explicá-las e novamente retomar as explorações com o desafio de construir, primeiramente, um quadro junto com os alunos, para ver o que conheceram e associaram às modalidades.
  - Em seguida, pode-se listar com os alunos (no próprio quadro ou numa lista com os nomes fixada no caderno de observação) o que mais se interessaram.
- O momento descrito não precisa se esgotar logo na primeira aula - veja a motivação dos alunos; mude os ambientes; os objetos; as relações, etc. Esse diagnóstico servirá como dispositivo para criar desafios e brincar com a imaginação dos alunos.

### Estratégias Desafiadoras

Após os momentos mais livres, utilizando bem as variações e observando os interesses e as necessidades, comece a elaborar situações desafiadoras, sem deixar de valorizar o divertimento das atividades circenses.

#### Exemplo 01 - Malabares:

O educador pode construir junto com os alunos os materiais para esta situação. Veja abaixo o processo de construção.

##### • **Construção de malabares - BOLAS**

#### **Materiais necessários**

- Tesouras sem ponta;
- Bexigas (três para cada bola);
- Rolo de fita adesiva;
- Uma garrafa pet de 600 ml;
- Um funil (pode ser meia garrafa pet cortada)
- Sementes ou grãos (qualquer tipo, desde que sejam pequenos);
- Um copo de medida.

### Confecção

- Coloque uma medida de sementes ou grãos no copo ;
- Despeje as sementes ou grãos dentro da garrafa pet, com o auxílio do funil;
- Coloque a abertura da bexiga na boca da garrafa, vire a garrafa para baixo e aperte a garrafa para as sementes entrarem na bexiga;
- Passe fita adesiva na abertura da bexiga, corte a ponta das duas outras bexigas e manualmente, revista a bola. Cuidado para que a bola não fique muito grande.

### Após a confecção dos malabares:

- Estimule os lançamentos a partir da variável **objeto**: com bolinhas; claves (ou garrafas plásticas); tules ou redinhas (esses materiais proporcionam retornos mais lentos, facilitam a aprendizagem)
- Varie os **movimentos**: com a mão dominante e não dominante; lançamentos altos, baixos...
- Explore as **relações e ritmos**: lançamentos individuais; em dupla; trios; lançamentos longos, rápidos, curtos e lentos.

É possível proporcionar alguns jogos para brincar com os malabares, veja alguns exemplos.

### Sugestões de Atividades

- Trocando as bolas

Passar as bolas ou outros objetos, formando duplas ou pequenos grupos; vá acrescentando mais um objeto para provocar mais desafios. É importante explorar as formas de pegar os objetos – com as duas mãos, uma só, por baixo e por cima.

- Roda gigante

Propor um desafio de passar objetos num círculo de pessoas; vá aumentando o número de pessoas e o número de objetos.

- Malabares ritmados

Manter o jogo malabarístico, seja com um, dois ou diversos objetos, individualmente, até a música parar. Alguém pode comandar as pausas e ir trocando de funções. No momento da pausa musical, deve-se passar os malabares para outra pessoa. A intenção é criar um ritmo para não deixar os malabares caírem.

### Exemplo 02 - Funambulescos:

– Promova alguns desafios de equilíbrio sobre diferentes **objetos**: fita de *slack* (veja em Esportes radicais - *slackline*); cordas, muretas e trave de equilíbrio (veja os exemplos da ginástica artística - equilíbrios);

– Estimule as **relações** coletivas para os auxílios nas passagens de um lugar para outro. Propicie algumas atividades de escaladas, equilíbrios e deslocamentos, como o “cada macaco no seu galho” (fugindo de um galho para o outro sem descer).

Construa pés de latas com os alunos, veja abaixo a possibilidade.

- **Construção de PÉS DE LATAS**

#### Materiais necessários:

- Duas latas de tamanho médio vazias, dessas de leite em pó;
- Um rolo de barbante;
- Prego e martelo (utilizado apenas pelo mediador).

#### Confecção:

- Fazer dois furos com o prego na parte de baixo de cada lata, deixando espaço para a colocação dos pés (não envolver os alunos nesta etapa do processo).

- Colocar o barbante nos furinhos e amarrar as pontas na parte de dentro da lata.

- O barbante pode ser longo, para auxílio e controle com as mãos, ou pequeno, e funcionar como a tira de um chinelo.

- O barbante varia de tamanho de acordo com o tamanho da criança.

#### Sugestões de atividades:

- Com os pés de lata prontos, deixe que os alunos experimentem livremente o brinquedo nos pés, andando sobre eles.

- Propor formas de como andar com o pé de lata, tais como: de frente, de costas, de lado, agachado, andando sobre a linha, dando saltos, em duplas, entre outros.

- Percursos: passar entre os cones, saltar uma corda, pular corda, jogar malabares em cima dos pés de latas.

### Exemplo 03 - Clown:

– Elabore atividades representativas do imaginário artístico dos palhaços.

– Explore as pinturas nos rostos ou em folhas, construindo máscaras. Crie

cenar para explicações sem fala: quem é essa pessoa? Descubra meu personagem; que objeto eu sou?

- Varie as **relações**: duplas, trio ou equipes.

#### **Exemplo 04 - Acrobacias:**

- Construa um **ambiente** favorável a variações de **movimentos**: saltos, giros, rolamentos, etc.
- Organize acrobacias a partir das **relações**: pirâmide humana; cambalhotas em dupla; estrelas em duplas, etc

#### **Exemplo 05 - Auto-organização:**

- Favoreça um momento mais livre, com opções diversificadas de objetos, com a fixação do quadro de atividades que realizaram para verificar o que os alunos se interessam em situações mais livres. Faça a avaliação sobre os interesses, usando o caderno de observação ou ficha de avaliação para isso.
- É possível analisar se os alunos passaram a se interessar mais ou continuam com a mesma interpretação inicial, após as estratégias desafiadoras, construção de materiais e participação ativa das atividades.

### **Estratégias esclarecedoras**

Para concluir este processo pedagógico com chave de ouro:

- Converse com os alunos se eles topariam fazer uma apresentação teatral, que poderia ser para eles mesmos ou para outras turmas ou pais e convidados. O professor poderia atuar como o diretor do circo. Avalie quais as possibilidades disso acontecer no seu Clube Escola;
- Deixe claro que será um momento de apresentação sobre algo que se sintam à vontade e a fim de fazer;
- Para a realização do espetáculo, leia em **Atividades Circenses** o sentido do **circo-família**, ou seja, todos precisam ajudar;
- Prestabeleça as funções: apresentador, iluminador, abertura de palco, sequência das apresentações, arrumação do local, divulgação, etc. Liste tudo para a organização e faça uma estimativa de data;
- Deixe um bom período para construir os números que serão apresentados;

valorize a participação em diversos números ou funções;

– Este pode ser um bom momento para avaliar se conseguem oferecer ajuda que facilitem a manifestação do outro nas modalidades circenses (use o caderno de observação);

– Ao final da apresentação, aproveite para fazer uma autoavaliação com os alunos, para verificar a percepção de desempenho relacionada aos interesses pessoais nas modalidades circenses, usando a ficha de autoavaliação;

– Lembre-se de comentar sobre o que observou da turma durante todo o processo.

### Situação 02.

Objetivo			
Conhecer e apreciar manifestações esportivas e explorá-las com criatividade			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	Identificar e diferenciar as formas de expressão nas atividades circenses.	- Declaração das diferentes formas de expressão durante as apresentações.	- <i>Scout</i> - ficha de observação do aluno (análise e identificação das formas de expressão apresentadas)
<b>Fazer</b>	Executar diferentes ou novas formas de expressão nas atividades circenses.	- Números diferentes ou novas formas que conseguiu realizar durante as atividades.	- Ficha de observação do aluno - autoavaliação (quantas e quais expressões circenses conseguiu realizar que não conhecia? Quantas e quais variações conseguiu realizar?)
<b>Conviver</b>	Apreciar e valorizar as formas de expressão nas atividades circenses.	- Aprecia e valoriza os colegas durante as apresentações.	- Caderno de campo (observação geral do comportamento da turma diante de uma apresentação realizada pelos colegas)

<b>Ser</b>	Esforçar-se para compreender, combinar e realizar diferentes ou novas formas de expressão nas atividades circenses.	= Grau de participação durante as atividades circenses.	- Ficha de observação do aluno - autoavaliação (Se esforçou para aprender algo novo? O que conseguiu aprender de diferente?)
------------	---	---	--

### Exemplos de Instrumentos de Avaliação

Ficha de observação do aluno	
Materiais	Orientações
Folhas	Construa quadros para representar as observações e fazer uma autoavaliação.

Nome do aluno	Descreva as apresentações, quais expressões artísticas foram realizadas:			
	Apresentação 1	Apresentação 2	Apresentação 3	Obs.

Nome do aluno	Descreva as expressões que já conhecia, as que aprendeu e suas variações:			
	Expressões que conhecia	Expressões aprendidas	Variações aprendidas	Obs.

Caderno de campo	
Materiais	Orientações
Um caderno brochura	Crie uma lista dos alunos de cada turma; faça um quadro ao lado dos nomes para indicar o que observar. Caso encontre dificuldades, pode ser feita uma lista geral da turma e indicar se a maioria sabe apreciar ou não as apresentações.

NOMES	Durante as atividades, organize momentos para observar se os alunos <b>apreciam</b> as apresentações e expressões dos colegas				
	Nunca	Debocham	Pouco	Razoável	Bastante

### Estratégias exploratórias

Para que os alunos conheçam cada vez mais sobre as atividades circenses, será fundamental que experimentem diferentes formas de expressões artísticas.

#### Exemplos de expressões:

- Corporalmente - com os malabarismos, pirâmides e equilíbrios sobre algo;
- Expressões faciais - com as mímicas e clowns;
- Verbalização - com a teatralização a partir de uma personagem - palhaços e fantoches;
- Musicalmente - com danças acrobáticas nos tecidos ou danças divertidas.

Todas as atividades circenses permitem explorar variadas formas de se expressar. É possível fazer um levantamento sobre o que os alunos compreendem sobre a expressão artística, para avançar com atividades que promovam mais clareza sobre o assunto e a valorização sobre as diferentes formas.

- Inicie com algumas atividades de experimentações corporais; pode ser valorizado um momento de construção: pés de latas, pernas de pau, varetas de jornais;
- Estimule os deslocamentos e formas de equilíbrios com os objetos construídos - com e sem ajuda dos colegas;
- Varie os **ritmos** com músicas lentas e mais rápidas; promova brincadeiras de dançar juntos ou com uma bexiga entre as duplas;
- A intenção é despertar a sensibilidade para brincar, sem sentir vergonha de “pagar mico”. Provoque atividades que desconstrua a ideia do certo, do todo correto, das posturas adequadas;
- Brinque junto com eles;
- Com **varetas** de jornal é possível estimular alguns equilíbrios em partes do corpo, variando os movimentos - na mão dominante, trocando de mãos, no queixo, na

testa, jogando um para o outro;

– Explore as criatividade dos alunos, provoque um desafio e veja como eles apresentam as mudanças individuais e também se estimulam os outros a aprender de diferentes formas. Use estas tarefas para avançar nos desafios.

### Estratégias desafiadoras

A partir da descontração nas práticas corporais, comece a instigar algumas explicações sobre uma atividade que conheçam: um conto, um causo, uma piada, uma dança ou um movimento acrobático.

Promova a interação a partir das atividades construídas. É interessante levar algumas atividades pensadas anteriormente, em cada expressão desejada, com a expectativa de que os alunos conheçam mais sobre o assunto. Veja os exemplos:

#### Exemplo 01 - Expressão corporal - pirâmide humana.

– Identifique um local adequado para iniciar atividades de subir um em cima do outro (se conseguir colchões para proteção, melhor ainda e, se não for possível, vá para um espaço gramado ou com areia);

– Promova desafios de levar alguém suspenso até um determinado local, equilibrado sobre outra pessoa - dois em baixo e um em cima;

– Comece com posições mais próximas do chão e progrida até ficarem em pé e, se viável, realizando lançamentos. Veja abaixo, algumas posturas para pirâmides.

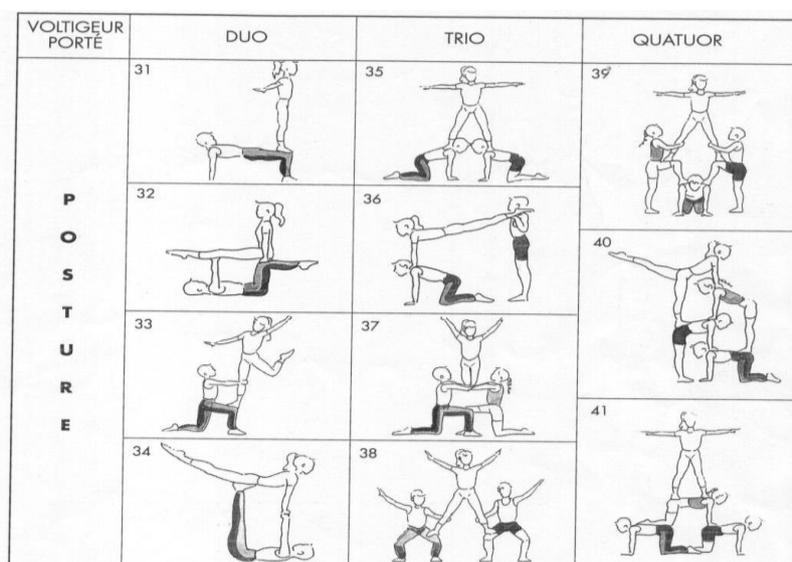


Figura 05: Posturas para pirâmides: duplas, trios ou quartetos

Fonte: <http://www.clubgimnasiacoslada.es/images1/acrosport/ficha4.jpg>

É muito importante que os alunos compreendam os riscos de ficar cada vez mais distantes do chão e as responsabilidades durante as execuções.

Trabalhe com as aterrissagens de movimentos, rolamentos e pegadas de outras pessoas.

### **Exemplo 02 - Expressão corporal e facial - mímicas.**

- Organize grupos pequenos e discuta alguns sinais valorizando olhares, caretas, bocas e trejeitos;
- Após alguns momentos de experimentação, realize uma grande roda;
- O desafio é fazer o maior número possível de pessoas rirem ou decifrar uma mensagem, palavra ou algo do gênero;
- É fundamental o aluno passar por grupos menores antes, para sentir-se mais à vontade;
- Respeite o ritmo e as formas de expressão. É um bom momento para avaliar se os alunos valorizam as formas de expressão ou deboçam dos colegas - use o caderno de campo para isso;
- É natural dar boas risadas;
- Além das expressões faciais, é possível fazer uma brincadeira de marionetes, veja no detalhe abaixo.

### **Marionetes humanas**

- A partir de duplas, um aluno propiciará comandos como se estivesse puxando uma linha de marionetes presa a um determinado local do corpo: ombros, quadris, joelhos, cabeça e outros;
- É possível iniciar com linhas presas a pregadores e estes serem colocados nas partes que pretendem movimentar;
- O outro aluno será a marionete, que precisa seguir os comandos;
- Explore os ritmos, diferentes pontos de fixação das linhas imaginárias e também faça uma apresentação de marionete para outra e assim para os demais alunos.

### **Exemplo 03 - expressões diversas.**

Para valorizar as expressões aliadas às atrações circenses, é interessante fazer associações a partir de brincadeiras sobre as personagens que existem no circo e qual

suas principais características. Veja alguns exemplos:

### **Palhaços**

- Promova sessões de brincadeiras, em pequenos grupos, usando nariz de palhaço;
- Solicite que os alunos usem roupas largas e bem coloridas em algum dia de aula e promova interações com os visitantes do Clube Escola;
- Interaja com os diferentes públicos, desde as pessoas mais velhas até as crianças pequenas;
- Construa um ensaio prévio;
- Para aqueles que se sentem mais tímidos, delegue outras, como por exemplo, tirar fotos ou entrevistar as pessoas após a abordagem dos palhaços;

### **Atirador de facas**

- Use bolas de meias para brincar com alvos e, depois, as pessoas da turma também podem servir de alvo, ampliando-se as distâncias;
- Lembre que o objetivo é fazer as bolas de meia passarem próximas e não acertarem o colega (mesmo que isso aconteça, vale as informações para não virar “guerrinha de meia”);

### **Acrobatas**

- Veja as sequências de ginástica e transfira algumas ideias para cá.
- Essas ideias servem para ampliar os olhares e possibilidades, cabe ao educador acreditar em mudanças ou ir mais lentamente, fazendo apenas interações entre o próprio grupo.

### **Estratégias esclarecedoras**

- Depois de variados tipos de representações circenses, deixe que os alunos identifiquem o que mais gostariam de realizar numa apresentação para o público;
  - O público pode ser de convidados, pais e amigos; pessoas da aula; demais turmas do Clube Escola; visitantes, etc;
  - Converse com os alunos, sinta e transmita confiança;
  - Talvez a primeira opção passe por fazer a apresentação apenas para o grupo. Neste caso, construa conversas positivas e faça gravações dos números apresentados. Isso contribuirá para uma continuidade.
- Para um fechamento interessante, independente do que gostariam de

apresentar e para qual público, promova um momento de apreciação dos números por parte da turma.

- Entregue ou construa junto com eles uma ficha de observação ou de autoavaliação, para verificar o que conseguem identificar de expressões artísticas;
- Utilize a ficha também para o registro do que conseguiram realizar de novo ou de variações diferenciadas, durante todo o processo, nas aulas;
- Observe o comprometimento e o esforço para aprender novas formas de expressão;
- Converse de uma maneira geral sobre o processo de estimulação das diferentes formas de atividades circenses;
- Deixe-os falar a partir de seus registros;
- Neste momento, você pode fazer uma avaliação e oferecer um panorama geral sobre a turma, na tentativa de identificar os avanços e a diversidade possível nas atividades; as que gostariam de aprofundar melhor; em quais é necessário para explorar melhor, , etc.

### Situação 03.

Competência geral			
Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente por meio da prática esportiva			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
<b>Conhecer</b>	Associar e distinguir as informações para organizar uma apresentação circense	- Número de informações consideradas para a organização do evento	- Caderno de campo (anotação do professor) ou quadro de ideias (anotações dos grupos)
<b>Fazer</b>	Utilizar diferentes formas para organizar uma apresentação circense	- Número de informações consideradas para a organização do evento	

<b>Conviver</b>	Interagir com os outros para organizar uma apresentação circense	- Graus de interação entre os grupos	- Escala: pouca, razoável, boa, excelente interação entre os grupos
<b>Ser</b>	Fazer escolhas conscientes e assumir responsabilidades para organizar uma apresentação circense	- Quantidade de grupos envolvidos e responsabilidades	- Caderno de campo (anotação do professor); - Quadro de responsabilidades (anotações dos grupos)

Exemplo de instrumentos de avaliação:

<b>Caderno de Campo ou Quadro de ideias</b>	
Materiais	Orientações
Um caderno brochura	Crie uma lista dos alunos de cada turma; faça um quadro e liste as sugestões para organização do evento

Lista de ideias	Responsabilidades	O que foi utilizado	O que foi descartado



apresentação em si;

– **Descrição do evento:** qual o objetivo? Quem irá participar? Onde e quando vai acontecer? Quem poderá assistir?

– Pode ser preparada uma ficha para os alunos escreverem e depois discutirem as ideias com os outros alunos, divididos em grupos;

– Observe como o grupo tenta chegar a um consenso. Use o caderno de campo para registrar se usam diferentes ideias entre os grupos e também se compartilham ou assumem responsabilidades;

– Caso necessário, pondere as ideias do grupo e encaminhe uma síntese para valorizar diferentes construções;

– Lembre-se que em algumas turmas, com alunos mais novos, será preciso assumir um papel de maiores decisões e delegar pequenas funções (pintura de cartazes, confecção de enfeites, etc);

– A cada sessão de ensaios, números ou atividades, é interessante a apresentação para os demais. Isso ajudará a incorporar maior postura de palco e representação, além de suavizar o nervosismo ou a vergonha;

– Use brincadeiras de circo, teatros e trapalhadas, para promover um ambiente descontraído e divertido;

– Veja no detalhe abaixo como confeccionar um figurino de palhaço, com materiais alternativos.

**Detalhe** – Como fazer a maquiagem, a peruca e o nariz de palhaço<sup>6</sup>



**Figura 06: Palhaço**

<sup>6</sup> Estas informações estão disponíveis no site: [www.recreio.com.br](http://www.recreio.com.br)

### **Maquiagem**

Você vai precisar de:

- 1 colher de margarina
- 2 colheres de maisena
- Corante alimentício colorido

#### **Como fazer a maquiagem:**

1. Misture a margarina e a maisena. Coloque gotinhas de corante.
2. Antes de usar, faça um teste: passe a mistura na articulação do braço. Espere uns 30 minutos. Se a região coçar ou ficar vermelha, não use em seu rosto. Pode ser que a mistura cause alguma reação alérgica. Neste caso, vale lembrar que existem maquiagens antialérgicas.

### **Peruca**

**Você vai precisar de:**

- Meia fina velha
- Uma bexiga
- Bolas de algodão colorido

#### **Como fazer a peruca:**

1. Corte um pedaço de 20 centímetros da parte mais larga de uma das pernas da meia. Dê um nó em uma das pontas, para formar um tipo de touca.
2. Encha bem a bexiga e vista a meia nela. Cole o algodão sobre a touca. Você pode cobrir toda a meia ou enfeitar só as laterais.
3. Deixe secar por um dia antes de usar.

### **Nariz**

**Você vai precisar de:**

- Um pote pequeno de iogurte e elástico fino

#### **Como fazer o nariz de palhaço:**

1. Recorte a aba do pote e lixe para não ficar nenhuma ponta.
2. Faça um furinho de cada lado com uma caneta ou um clipe.
3. Passe um pedaço de elástico pelos furos e dê um nó em cada ponta.

### **Roupa improvisada**

1. Peça para os pais/responsáveis uma calça de pijama velha e grande.
2. Com a ajuda de um adulto, troque o elástico da cintura por um fio de arame.
3. Costure duas fitas na cintura, imitando suspensórios e corte a barra.

4. Use com uma camiseta bem colorida por baixo.

### Estratégias desafiadoras

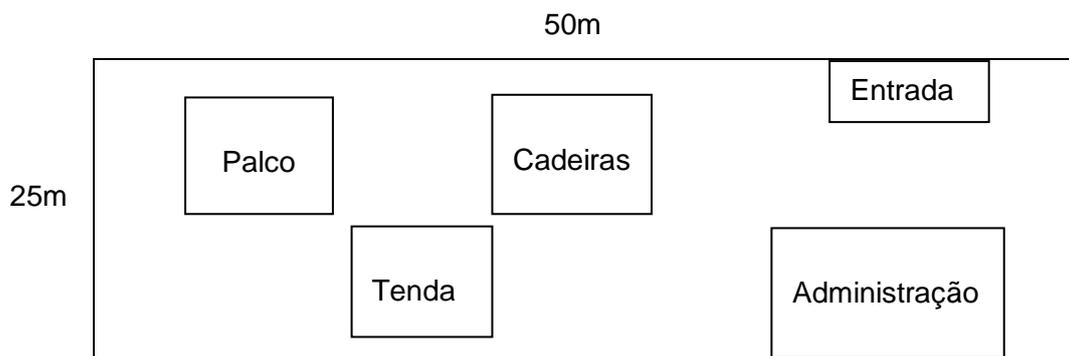
Comece a organizar as funções e estimule as aprendizagens. Veja alguns exemplos de distribuição de funções e responsabilidades como valorização do processo:

1) **Apresentador:** sequência de apresentações e falas - Como fará a abertura? Como se comunicará? Quanto tempo levará? Como organizará o roteiro das atividades?

2) **Cuidar do público convidado:** recepção e informações do evento - Que providências tomar? Como direcionar as pessoas aos lugares? Quais informações o público precisará? Como o público irá interagir durante a apresentação?

3) **Arrumação do local:** cartazes e decoração - Quais e quantos materiais precisarão? Como conseguir os materiais? Que mensagem os cartazes trarão? Informarão o que? Estão de fácil compreensão? Têm boa visualização? Que ideias têm para decorar o local? Quantas pessoas são necessárias para ajudar? Quanto tempo para organizar a decoração? Quando montar e fixar tudo?

Exemplo de planta do local:



Descreva detalhadamente as atividades que acontecerão e verifique se esta organização ajuda a coordenar os espaços de forma simultânea.

4) **Atividades:** sequência de apresentações - Quais e quantos números e atividades serão apresentados? Qual o tempo de cada apresentação? Quem está envolvido na apresentação? Como participar de mais de uma função? Haverá interação com a plateia?

5) **Operador:** sons e acessórios - Qual a sequência das músicas para as apresentações? Terá intervalos? Algum efeito especial?

– Após a distribuição e esclarecimento das funções, elabore uma ficha com o cronograma para o dia do evento. Pense nos horários em que os alunos chegarão, o público, a arrumação, a limpeza e outros.

Exemplo de cronograma para o dia do evento (quanto mais detalhado melhor)

Hora	Tarefa	Responsabilidade	Observações
8h00			
8h30			
9h00			
10h00			
11h00			

#### **Estratégias esclarecedoras**

- Esses exemplos podem ser levados para quaisquer tipos de modalidade apresentada neste guia e nos demais, cabe apenas fazer os ajustes de funções;
- É interessante valorizar os momentos de construção e engajamento do grupo;
- As observações que realizar durante as sessões e o desfecho do evento servirão para uma conversa na coxia ou no início do próximo encontro com os alunos;
- Destaque o envolvimento de todos: as responsabilidades; as apresentações; o cuidado com as pessoas, enfim, a coletividade do grupo participante;
- Se possível, revele algumas fotos ou poste na internet. Isso também pode ser função de responsabilidade a ser discutida entre os alunos: fotos e divulgações posteriores.

#### **9.4 Para saber mais**

##### **Livro**

Libro Abierto de Circo. Wikibooks, coleção de livros didáticos de conteúdo livre.

Disponível em: <[http://es.wikibooks.org/wiki/Libro\\_Abierto\\_de\\_Circo](http://es.wikibooks.org/wiki/Libro_Abierto_de_Circo)>. Acesso em 10 jan. 2013.

Apresenta o processo histórico, modalidades, adaptações e relações com a Educação Física.

## Artigos

BORTOLETO, M. A. C. Circo y educación física: los juegos circenses como recurso pedagógico. **Revista Stadium**, Buenos Aires, n. 195, mar. 2006. Disponível em: [http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Stadium\\_2006\\_Juegos\\_Circenses.pdf](http://www.praxiologiamotriz.inefc.es/PDF/Stadium_2006_Juegos_Circenses.pdf). Acesso em jan. 2013.

O artigo exemplifica alguns formatos de jogos circenses (malabarísticos, de equilíbrio sobre objetos, clownescos e acrobáticos).

ONTAÑÓN, T.; DUPRAT, R.; BORTOLETO, M. A. Educação Física e atividades circenses: o estado da arte. **Revista Movimento**. Porto Alegre, v. 18, n. 02, p. 149-168, abr/jun de 2012. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/22960>>. Acesso em jan. 2013.

Discute a falta de crivo sobre a interpretação circense nos estudos conceituais relacionados à Educação Física.

PAULA, F. P. O circo que inclui todos na Educação Física. **Revista Nova Escola**, ed. 249, jan./fev. 2012. Disponível em: <<http://revistaescola.abril.com.br/fundamental-1/circo-inclui-todos-educacao-fisica-674385.shtml>>. Acesso em mar. 2012.

O texto retrata a ampliação do planejamento educacional, valorizando atividades circenses adaptadas para crianças. A autora recebeu o Prêmio Professor Nota 10.

## Sites

[www.circonteudo.com.br](http://www.circonteudo.com.br)

Oferece diversos conteúdos voltados às atividades circenses: livros em pdf, artigos e muito mais.

## 10. Esportes radicais



### 10.1 Apresentação das modalidades

Ai, meu Deus! Eu que não vou fazer isso!

Em resposta, digo:

– *Para aprender a andar, você precisou se desafiar e cair muitas vezes. Ainda bem que tinha alguém acreditando que conseguiria. Isso o ajudou a criar confiança e superar esse medo.*

Ao iniciar este capítulo, gostaríamos de justificar rapidamente o termo **esportes radicais** e em seguida convidá-los à leitura e ao aproveitamento das

modalidades, distribuídas em skate; *slackline* e *parkour*. Para isso, elaboramos um entendimento **introdutório** a estas manifestações esportivas e sugestões detalhadas pensando no educador que não teve contato com tais atividades em sua formação profissional ou qualquer outro tipo de experiência semelhante.

Acreditamos que este material também auxiliará os educadores que desenvolvem atividades deste tipo, por ser uma vertente recente na Educação Física. O segmento carece de profissionais qualificados e existem poucos materiais pedagógicos que aprofundem esses conhecimentos<sup>1</sup>.

A palavra **radical** pode ser mal interpretada e sofrer preconceitos e juízos de valor equivocados. É possível escutá-la no contexto político, para designar um ato extremo contra as ideias de outro partido; quando a mídia refere-se a algumas práticas religiosas; e, no **esporte**, com conotações de ato perigoso, ou com manobras muito extremas. O termo radical designa também aqueles que enfrentam o risco com espontaneidade<sup>1, 19</sup>.

Parece haver uma tentativa de camuflar as interpretações **radicais** com derivações de nomes, como esportes de aventura, esportes de ação, ecoturismo e outros<sup>26</sup>. O que importa para nós, neste momento, é aproveitar os interesses das pessoas que buscam a sensação de sair da zona de conforto, de jogar com as imprevisibilidades e de desafiar os limites da própria realização em busca de prazer.

Os esportes radicais propostos para os alunos do Clube Escola remetem ao pensamento do indivíduo que **busca algo**, que procura evoluir, **superar desafios**, relacionando suas interpretações e sensações com o mundo, consigo e com os outros.

O gosto de viver torna-se uma medida de movimentos contraditórios de confiança e de questionamento para compreender e assumir riscos e buscar autonomia. Desta forma, a exposição em situações difíceis, desafiadoras, imprevisíveis, pode ser uma maneira de intensificar o sentimento de existir e potencializar competências<sup>19, 15</sup>.

## Skate

Essa modalidade esportiva, que atualmente é conhecida em todo planeta, já sofreu bastantes preconceitos e se não fosse os seus praticantes, talvez, poderia ter sido esquecida como uma entre muitas brincadeiras de criança. Contam-se alguns relatos que o skate estaria associado às antigas caixas de laranjas fixadas a uma madeira com rodas, nas décadas de 1920 e 1940, servindo como meio de locomoção entre os jovens estadunidenses<sup>9</sup>. Posteriormente, próximo a 1950, houve uma valorização da prática associada ao surfe, sendo conhecido, nesta década, como “*sidewalk surfing*” (surfe de calçada). Contudo, aconteciam muitos acidentes, devido aos eixos estreitos e rodinhas que eram constituídas de materiais como ferro, borracha ou argila<sup>14</sup>.

Como o passar do tempo, mais precisamente em 1974, ocorreu um grande marco na história do skate, quando um engenheiro químico chamado Frank Nasworthy descobriu o poliuretano, material termoplástico que oferecia mais aderência às rodas. Isso possibilitou melhoria no equipamento e o surgimento de novas manobras. Maior número de pessoas começaram a praticar o skate<sup>8</sup>.

O skate passou por diversos períodos de recriminação e contestações, que muitas vezes ficaram arraigados na sociedade. A prática foi associada à marginalidade e a pessoas desocupadas. Em contrapartida, a essência desse esporte ultrapassou diversos acontecimentos e desentendimentos históricos e representa hoje um estilo de vida irreverente, contestador, crítico, superador e alternativo.

O skate está associado ao lúdico, ao prazer, ao risco e à aventura<sup>3, 4</sup>. Essas características aproximam a criança e o jovem, pois as transformações biológicas, psíquicas e sociais pelas quais passam, acabam encontrando na prática do skate uma aliada<sup>27</sup>.

Atualmente, o skate possui um interessante viés cultural, que foi conquistando adeptos por sua característica urbana, ditando tendências e criando um estilo de vida atraente. No entanto, o skate ainda é pouco difundido

nos ambientes pedagógicos como possibilidade de educação e transformação social<sup>3, 4</sup>.

Mais do que andar de skate, as pessoas se identificam através da música; da moda; do comportamento; dos códigos e linguagens; da percepção do mundo para construir sua individualidade e, ao mesmo tempo, pertencer a um grupo. Todos esses aspectos são possíveis e podem estar relacionados ao skate, basta criarmos intenções.

Com o passar do tempo e as mudanças sociais, os espaços para aprendizados passaram das pistas e interações entre skatistas para espaços cada vez mais orientados a atividades mais sistematizadas. Essa prática esportiva e de recreação que começou com a conotação marginalizada alcança patamares de atividade que une diversos grupos. Os praticantes se sentem livres para expressar movimentos e também valorizam seus trajes, formas de se comunicar, espalhando-se em locais diferenciados na cidade: parque, clube, escola, rua, entre outros.

Nesse contexto, é possível perceber estilos que se expressam autonomamente. Alguns necessitam de auxílio para iniciarem-se e consequentemente valorizar suas movimentações. Nesse sentido, temos acompanhado algumas aproximações de um primeiro contato com o skate, em diversos cenários urbanos, com a figura de educadores promovendo algumas intervenções, como é o caso do Clube Escola. Além do espaço oferecido, é possível desenvolver atividades de skate em diferentes ambientes, discutindo as mais variadas modalidades: *street*, vertical, descida de ladeira, *freestyle* e outros.

Durante os planejamentos e construções dos processos de ensino-aprendizagem devem ser levados em consideração os conhecimentos e explorações que valorizem os grupos ou “tribos”, que se formam a partir de um determinado esporte ou prática. As interações e expressões desses agrupamentos se dão nas vestimentas, na comunicação, na musicalidade, nos materiais que compõem o skate, na compreensão dos posicionamentos e manobras, na historicidade dos grupos e locais de prática, nas formas de

deslocamentos, suas manobras e formas de segurança nas discussões de valores inerentes à prática e nos auxílios que os praticantes podem conferir entre si.

### **Slackline<sup>7</sup>**

O *slackline*, também conhecido popularmente no Brasil como **slack**, é uma atividade que se configura pela estabilização como habilidade predominante do praticante. O slack é uma fita especial tensionada entre uma estrutura e outra, sendo estas últimas as mais diversas possíveis, como árvores, postes, pilastras, estacas, etc.

Não ousaremos creditar a invenção do *slack* a uma só pessoa, mas os relatos históricos mostram que, por volta de 1851 nos Estados Unidos, num local chamado **Yosemite Valley**. **O lugar foi**, descoberto por **aventureiros, e reunia** muitos escaladores e amantes da natureza, que acampavam no local. Eles teriam sido os primeiros a experimentar o slackline como forma de entretenimento. Com a grande adesão dos escaladores a este lugar, foram construídos alguns acampamentos, onde podiam ser encontrados, facilmente, pessoas andando em correntes de estacionamento, corrimãos, e até mesmo em cordas tensionadas nas árvores para passar o tempo. Provavelmente, tinham atributos de adoradores da **arte circense**.

Em meados de 1970, equilibrar-se na **corda bamba**, como um tipo de *hobby*, tornou-se cada vez mais popular e parecia ter efeitos positivos para aperfeiçoar o equilíbrio e fortalecimento dos membros inferiores, muito utilizados nas escaladas. O caminhar no **slack** apresenta algumas diferenças em relação à **corda bamba**.

A corda de escalada ficava mais solta e não tão tensionada como o cabo de aço usado por equilibristas circenses. Não havia o uso de barras e varas para estabilizar o corpo em movimento. Muitos praticantes passavam de um lado a outro descalços. Com as experiências adquiridas, logo as pessoas

---

<sup>7</sup> Slackline – A elaboração da pesquisa foi um trabalho de parceria entre Igor Armbrust e Douglas Eduardo dos Santos Silva. O trabalho completo se encontra em Silva(2012).

começaram a caminhar sobre fitas planas, que atualmente é o que mais se encontra: nas praças; nas montanhas; nos clubes; e **por que não no Clube Escola?**

No **slack**, além dos diferentes tipos de equilíbrio que o praticante pode experimentar, outros podem ser estimulados: a concentração diante do desafio; a consciência corporal nas posições e figuras; a coordenação motora nas acrobacias; as montagens dos equipamentos; o entendimento sobre fixação em locais adequados e em estruturas naturais e artificiais.

### Tipos de práticas

Trickline: É a modalidade mais praticada do *slackline*. A fita é ancorada sobre dois pontos fixos, geralmente a partir de 60 cm a 85 cm de altura e com distância entre 10 metros a 15 metros. Assim, o praticante tem condições de realizar manobras com certo grau de dificuldade como saltos, equilíbrio em um pé, sentar e levantar e outras exigindo bastante preparo físico-motor, além de muito treino.

Highline: Fita ancorada em alturas superiores a 5 metros. Esta modalidade é considerada uma das mais difíceis e a mais almejada por muitos praticantes. Requer muita experiência e conhecimento de técnicas verticais, pois é necessária utilização de equipamentos de segurança e conhecimento técnico de sistema de redução. Também é importante saber lidar com problemas relacionados com a exposição à altura, por exemplo, a vertigem.

Longline: É ancorado sobre dois pontos fixos com uma distância superior a 20 metros. Esta modalidade exige do praticante bastante condicionamento físico-motor, pois quanto maior o comprimento da fita, mais especificidade de unidades motoras e equilíbrio é necessária. Além disso, o praticante precisará mais concentração mental para percorrer e se manter na fita.

Waterline: Fita ancorada sobre a água, podendo ser praticado em rios, lagos, piscinas ou praias. Esta é provavelmente a modalidade mais divertida, uma vez que podem ser realizadas diversas manobras e as quedas,

geralmente, não machucarão os praticantes. É preciso ficar mais atento com os riscos inerentes a aventuras em locais de rios, por exemplo.

### **Orientações pedagógicas para o ensino-aprendizagem do *slackline***

Nesse tópico, pretendemos dar subsídios didáticos para o ensino e a aprendizagem do *slackline*. Como o *slack* é uma atividade que, predominantemente, envolve a habilidade estabilizadora, precisamos estimular a execução de diferentes formas que ofereçam os equilíbrios estático, dinâmico e recuperado.

Pensando na Educação Física, não basta programar as estratégias de atividades, é fundamental refletir sobre os objetivos e as intenções que se pretende com seus alunos. Eles servirão de guias para onde o educador pretende levar seus alunos.

Vale lembrar que Educação Física tem seus olhares para diferentes facetas, por exemplo atividades de rendimento; massificação e popularização das atividades; cuidados à saúde; ou atividades educacionais. Cada um desses olhares configura-se com as intenções do professor diante dos alunos. Onde você quer que seu aluno vá? O que ele precisa conhecer? Como o educador ajudará neste processo?

Estas e outras perguntas devem ser feitas para pensarmos em ensinar e aprender com as pessoas. Depois destes encaminhamentos, o professor poderá regularizar as suas estratégias.

Nosso objetivo é dar subsídios para as pessoas que pretendem iniciar a prática do *slack*, num ambiente educativo. Acreditamos e experimentamos algumas situações que merecem reflexões para o processo de ensino-aprendizagem pautado na resolução coletiva dos problemas, estimulando a participação de todos os envolvidos nas atividades como protagonistas. Para este envolvimento é necessário: criar adaptações a todos participantes; provocar desafios ao alcance de todos; permitir e potencializar o gerenciamento das regras; variar os ambientes; e explorar os materiais e os movimentos.

Dica 01: Equilibrar-se em uma estrutura fixa, rígida e estreita, no intuito de ambientar o corpo ao movimento. Podem ser utilizados bancos suecos, tábuas, trave de ginástica e pequenas muretas. É Interessante investir em jogos como pega-pega, *pacman*, entre outros.

Dica 02: Essa fase de experimentação da prática no *slackline* deve ser de mínima intervenção, mas sem esquecer de observar a segurança. Vale investir na implementação de materiais para facilitar a prática e em dicas básicas de como andar sobre a fita, para que o praticante possa ter tempo de conhecer a fita e arriscar algumas manobras. Se possível, varie os tipos de *slackline* à disposição da aprendizagem (baixo, alto, curto, longo, estreito, largo). Lembramos que isso seria uma situação ideal, não quer dizer que isso represente a realidade. Na ausência de muitos materiais, a criatividade do praticante pode ajustar o *slackline* para o que mais lhe convier.

Dica 03: Estimule as atividades coletivas no intuito dos praticantes se sentirem mais à vontade para trocar informações e provocar conflitos de diferentes naturezas entre eles. As atividades como corridas na fita, pega-pega sobre o *slack*, rouba o rabo e outras podem ter mais de uma pessoa sobre a mesma fita do *slack*. Vale investir em materiais que possam auxiliar na aprendizagem: cordas na parte de cima da fita, cabos de vassoura para apoiar no chão, corda fixa apenas em um ponto da fita, ajuda coletiva com apoio das mãos dos colegas.

Dica 04: Os desafios vêm para motivar e estimular novas aprendizagens, então, pode-se pensar em saltos, manobras, acrobacias, tipos de práticas diferenciadas (*trickline*, *highline*, *longline* e *waterline*).

### **Equipamentos e montagem**

Como cada prática tem a sua característica, algumas requerem equipamentos específicos como mosquetões, polias, catracas especiais, cordins e freios para tensionamento, entre outros. Inicialmente, as pessoas praticavam com as cordas de escalada, que são cordas dinâmicas e possuem maleabilidade. Em seguida, descobriram que as fitas tubulares, que são

planas, possuíam uma ótima ergonomia para a prática, pois não torcia e o material era mais leve e barato.

Atualmente, não se utiliza tanto esses equipamentos devido ao avanço tecnológico e ao tempo que se gastava com a montagem, mas ainda continuam sendo uma opção. Hoje pode-se dizer que a popularização desta atividade se dá pela praticidade e facilidade da montagem. Mencionaremos apenas os equipamentos mais utilizados e fáceis de encontrar.

O kit básico de *slack* é composto por uma fita (poliéster com poliamida, largura variando entre 15 cm a 75 cm) entre 10 m a 15 m de comprimento, contendo um *loop* (alça) em uma das pontas e uma catraca com uma fita fixa entre 2 m a 3m, com um *loop* na ponta.



**Figura 07: Kit básico para slackline**

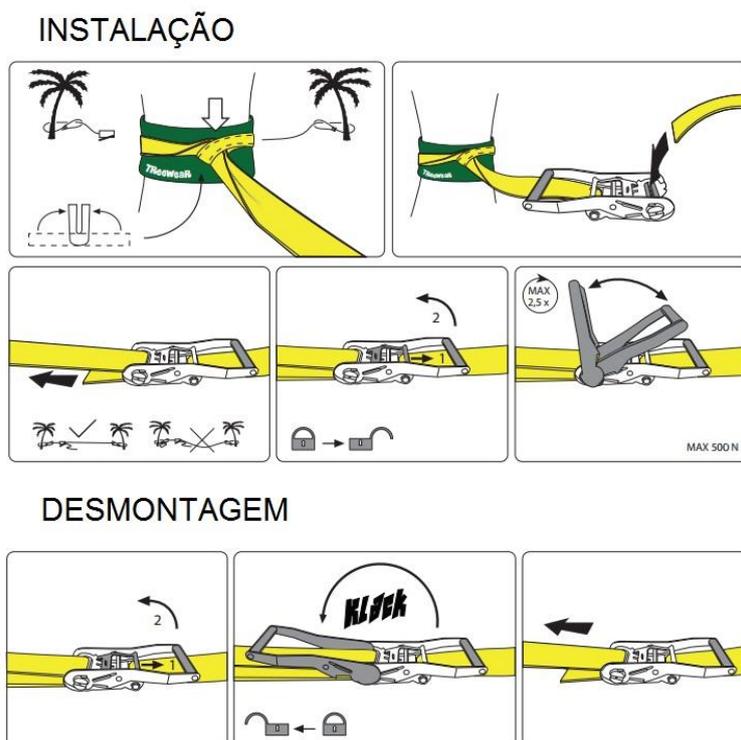
Fonte: <http://www.preciolandia.com/br/kit-slackline-bera-35mm-20mts-frete-grat-3savi3-a.html>

Já existe no mercado uma proteção para não ferir a vegetação no caso de uso de árvores como ponto de sustentação do *slackline*. Esse equipamento também ajuda a não danificar a fita do *slackline*, sendo um item acessório que precisa ser mais divulgado para a finalidade de preservação do meio ambiente e sensibilização ambiental.

O processo de montagem se dá pela passagem da fita que envolve um ponto fixo, levando em conta que a fita deve passar dentro do *loop* e abraçar o

ponto fixo. A outra parte do kit que contém a catraca com a fita menor deve ser colocada da mesma forma, em outro ponto fixo. Após a colocação é preciso passar a fita longa na catraca e começar o processo de tensionamento, feito isso, verifique se a catraca foi bem travada, para ela não se soltar. Pronto: o *slackline* está preparado para o início da atividade.

Na figura abaixo, há uma explicação ilustrada para facilitar o entendimento da montagem, tensionamento e desmontagem do kit de *slackline*.



**Figura 08: Procedimento de montagem do slackline**

### Parkour

A palavra **parkour** tem origem no termo francês “**parcour**” (*lê-se “parcur”*), que em português se traduz como **percurso**, sendo que a substituição da letra “c” por “k” foi instituída para facilitar a pronúncia em alguns países. O *parkour* é uma atividade contemporânea que foi idealizada no final

do século XX, na França. Seu precursor foi o francês **David Belle**, um praticante de atividades **gímnicas** desde criança.

Belle verificou as habilidades de deslocar-se rapidamente, transpor obstáculos e aterrissar, eficientemente, assistindo os vídeos de seu pai Raymond Belle, quando este serviu o exército de salvamento. A intenção nos treinamentos de guerra era continuar num determinado percurso, simulando uma missão, para tirar pessoas feridas do local o mais rápido possível, sem hesitações.

Esses treinos foram sistematizados a partir do método de **treinamento natural**, de Georges Hérbet, ex-oficial da marinha e instrutor de Educação Física. Segundo alguns relatos de expedição, Hérbet observou os povos africanos e suas habilidades para correr, lutar e caçar e ficou impressionado pela destreza. Ele notou que aquilo não havia sido aprendido com alguém, mas pelas necessidades e experiências adquiridas através de gerações. Então, Hérbet criou um método de ensino para as pessoas conseguirem se **deslocar** mais rapidamente, **saltar** com mais eficiência, **aterrissar**, evitando grandes impactos, **escalar** para suportar sua estrutura e outras habilidades corporais.

A partir dessas representações e aprendizados, passados de geração a geração, David Belle modificou as formas de locomoção para os destinos que queria seguir no dia a dia. Tudo começou como um divertimento e modo de exercitar suas habilidades, mas ele se surpreendeu quando várias pessoas passaram a imitar os movimentos.

O *parkour* tomou proporções mundiais por intermédio de divulgações em filmes, comerciais e vídeos na internet. Hoje existem diversas associações de *parkour* no mundo, com práticas de estilos diferenciados.

Os praticantes do *parkour*, geralmente, encontram-se para treinar movimentos, que muitas vezes são aprendidos pela internet ou através de um integrante do grupo mais experiente. Nesse sentido, o avanço tecnológico tem aumentado em muito para o conhecimento de novas técnicas, mas devemos enxergar isso com algumas reservas. Exemplo disso é que muitos jovens em formação de valores e caráter podem estar tentando se entrosar em determinados

grupos e podem acabar aceitando desafios impostos e desnecessários. Podem com isso correr riscos e vir a se machucar, pois nem sempre um movimento é tão simples quanto parece ser num vídeo, principalmente, porque este geralmente é executado por praticantes bem mais experientes.

Existem várias interpretações e posicionamentos para o ensino-aprendizagem do *parkour*. Estamos colocando esses apontamentos, pois o mundo informativo carece de sínteses e estudos críticos sobre o *parkour*. Uma rápida pesquisa na internet o levará a colocações como: “Parkour é liberdade. Não há limitações para os movimentos. Você deve começar pelos básicos”.

Mas, o que é básico? Quem apresenta os movimentos às pessoas? Será que os praticantes estão preparados a suportar impactos grandes depois de um salto? A estrutura corporal do praticante está adaptada a um determinado tipo de impacto?

As crianças e jovens querem se aproximar das novas práticas, mas carecem de informações adequadas. É preciso que conheçam mais sobre o tema e os próprios limites, sem arriscar a integridade física ao encarar os desafios do *parkour*. Nesta proposta, precisamos cuidar dessa conscientização para as atividades desafiadoras. Assim, é necessário ter o devido conhecimento dos limites, as compreensões sobre o funcionamento do corpo, respeitar as limitações e desafios pessoais, inclusive o medo.

### **Locais e Percursos**

Existem grupos que se encontram para praticar os movimentos do *parkour* nos parques e praças, mas ainda há certo preconceito com os praticantes devido ao conservadorismo que as pessoas carregam. No *parkour*, os movimentos e as transposições de alguns obstáculos são formas naturais e harmoniosas de interação com o ambiente explorado. Poucas pessoas fazem percursos sozinhos para objetivar o ponto central do *parkour*, que seria deslocar-se com a máxima eficiência de movimento em qualquer terreno, transpassando obstáculos em um roteiro preestabelecido.

### **Movimentos**

- Transposições ou passagens sobre obstáculos: com apoio das mãos; com giro e com as pernas entre os braços;
- Deslocamentos e saltos: tic-tac (alternando a perna de apoio) e salto de Precisão;

- Aterrissagens: amortecimentos com os membros inferiores e rolamentos.

## Condicionamento

É fundamental que os praticantes conheçam bem seus próprios limites e mantenham-se íntegros nas atividades, progredindo gradativamente, pois são movimentos que recrutam diversos grupos musculares. As aterrissagens precisam ser bem treinadas para não ocasionar nenhum tipo de lesão.

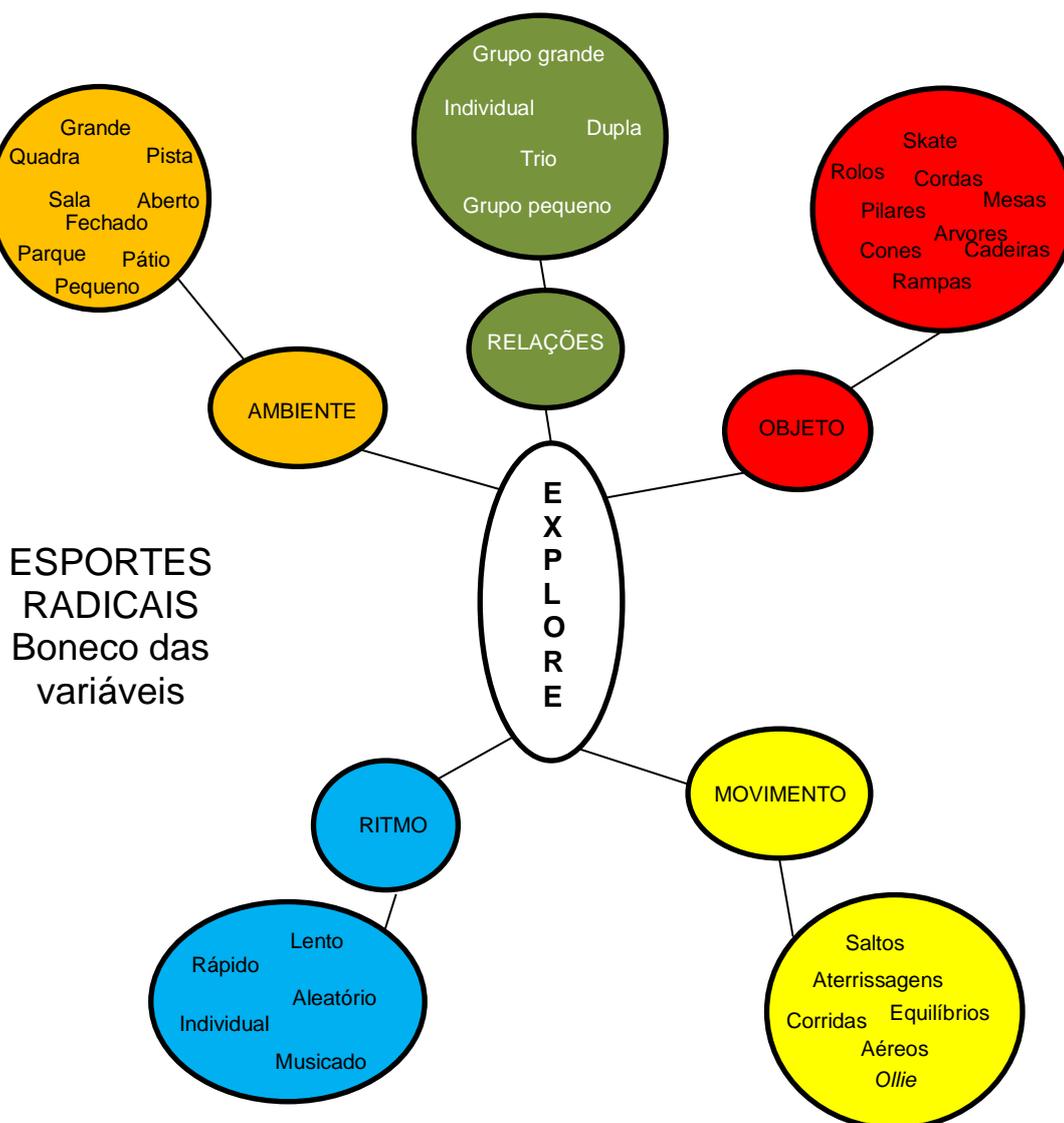
Vídeos mais vistos postados na internet, muitas vezes, apresentam movimentos progressivos, com elevado grau de dificuldade, realizados por pessoas experientes. Assim, vale reforçar que, antes da prática, é importante avaliar todas as condutas e os riscos, para se realizar as atividades de *parkour*.

Vimos que a Educação Física se apropria desses movimentos há muito tempo, porém, não havia abraçado a prática de forma desafiadora.

## 10.2 Variáveis

Elaboramos um quadro que representa as características gerais dos esportes radicais, para facilitar nossa compreensão e conhecer cada uma das modalidades: *skate*, *parkour* e *slackline*. Este quadro pode ser explorado durante as sessões de planejamento de atividades, observando ainda as orientações apresentadas no boneco das variações para os esportes radicais, a seguir.

- Criar diferentes movimentos e manobras nas modalidades radicais;
- Tomar decisões conscientes para avaliar e/ou enfrentar desafios propostos;
- Experimentar as diferentes possibilidades de saltos, deslocamentos e aterrissagens, com e sem obstáculos;
- Ajudar os colegas e assumir responsabilidades durante os movimentos e manobras;
- Respeitar e lidar com as vertigens e sensações de enfrentamento dos anseios e medos gerados por desafios de distância, altura ou manobras.



**Figura 09: Boneco das variáveis estratégicas dos esportes radicais.**

### 10.3 Experiências estimuladoras da aprendizagem

A partir da prática de esportes radicais, podemos explorar o desenvolvimento de algumas competências gerais relacionadas aos grandes objetivos do Programa Clube Escola: a) Saber executar habilidades para prática esportiva, de acordo com suas características pessoais e interesses; b) Conhecer e apreciar manifestações esportivas e explorá-las com criatividade; c) Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente.

Vale lembrar que esses objetivos acompanham os alunos durante sua vida esportiva no Clube Escola. Não são construções nas quais educador e alunos se ocupem em pequenos espaços de tempo, muito menos em uma única aula.

As situações estimuladoras de aprendizagem que apresentaremos exemplificam as competências essenciais, destacadas no Quadro 01 (Competências gerais Competências gerais e suas relações com os quatro pilares da educação e com as competências no contexto esportivo estimuladas pela das atividades gímico-acrobáticas). Elas foram ajustadas para o contexto específico dos esporte radicais.

São expectativas de aprendizagem que permitem incentivar os interesses e as necessidades do grupo, previstos no contexto de um planejamento regulador. Uma vez que se entenda que o planejamento é um organismo vivo, o processo didático que inclui as atividades propostas, o tempo de duração e as intervenções do educador, pode e deve ser alterado e ampliado.

Ninguém melhor de o próprio educador fazer isso, já que conhece a realidade local, o grupo de alunos e as condições de trabalho. O entendimento desta lógica orienta as rotas possíveis de aprendizagem, orientadas pelo que se espera que o aluno aprenda.

Os exemplos apresentados neste guia servem para elucidar como planejar, visando ao desenvolvimento das competências relacionadas aos quatro pilares da educação fomentados pela Unesco. Ao mesmo tempo, apontam indicadores e instrumentos possíveis de avaliação dos avanços de alunos e grupos de alunos, sugerindo estratégias de ensino.

As reflexões do educador e dos aprendizes envolvidos nos diferentes ambientes de aprendizagem ajudarão a valorizar todo o processo construtivo e a identificar novos desafios pedagógicos e novas rotas de aprendizagem. Esperamos que os exemplos aqui presentes sejam interessantes e aplicáveis o suficiente para que o educador os use e também ouse com seus alunos.

### Situação 01.

<b>Competência no contexto esportivo</b>			
Saber executar habilidades para prática esportiva de acordo com suas características pessoais e interesses.			
<b>Dimensões do aprender</b>	<b>Expectativas de Aprendizagem</b>	<b>Indicadores de Aprendizagem</b>	<b>Instrumentos de Avaliação</b>
Conhecer	Conhecer diferentes manobras associadas às modalidades do skate.	- Nomes e explicação das manobras; associação das manobras às modalidades.	- Caderno de observação (nomes e explicações das manobras; relações de manobras e modalidades).
Fazer	Realizar diferentes manobras de skate em diferentes modalidades.	- Manobras que consegue realizar por modalidade.	
Conviver	Cooperar com o aprendizado do grupo, respeitando as diferentes formas e ritmos de aprendizado das manobras de skate.	- Ajuda o colega com dicas e auxílios.	- Caderno de observação; - Ficha de autoavaliação
Ser	Interessar-se e persistir para aprender as manobras nas modalidades de skate.	Participa constantemente das atividades nas modalidades de skate; Enfrenta os desafios e persiste diante de dificuldades.	

Exemplos de instrumentos de avaliação:

<b>Caderno de Observação</b>	
<b>Materiais</b>	<b>Orientações</b>
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas colorida ou canetões.	Construa junto com os alunos quadros para anotações gerais sobre o que conhecem e o que conseguem realizar. Pode ser feito com a lista dos alunos ao lado para registrar um olhar mais individualizado.

O que conhecemos?				
MODALIDADES				
MANOBRAS	Street	Freestyle	Down Hill	Vertical

O que realizamos?				
MODALIDADES				
MANOBRAS	Street	Freestyle	Down Hill	Vertical

Ficha de autoavaliação	
Materiais	Orientações
Folhas de sulfite	Construa um quadro indicando o que o aluno irá preencher (se for possível levar o quadro feito, para ganhar mais tempo de aula)

Nome do aluno	Durante as atividades de skate, eu:							
	Ajudei os colegas com dicas?				Ajudei os colegas com auxílios?			
	nunca	pouco	razoável	bastante	nunca	pouco	razoável	bastante

Citarei, aqui, um exemplo de como ajudei os colegas:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NOME DO ALUNO	Durante as atividades de skate, eu:						
	Não me esforcei	Esforcei-me pouco	Esforcei-me razoavelmente	Esforcei-me bastante	Fui pouco motivado	Demonstrei motivação razoável	Fui bastante motivado
Citarei, aqui, um exemplo de como me esforcei e fiquei motivado:							
<hr/> <hr/>							

### Estratégias exploratórias

- Verifique com os alunos o que conhecem sobre as manobras de skate - antigas, atuais, por modalidade, etc;
  - A atividade anterior pode ser feita em conversas iniciais a cada aula;
  - Lembre-se, também, de verificar se passaram a conhecer mais manobras, durante um determinado tempo;
  - Para este momento de curiosidade sobre as modalidades e manobras, o educador pode solicitar uma pesquisa na internet ou ainda assistir alguns filmes com a turma (veja em “Para saber mais”);
  - Essas ideias anteriores servem para ampliar as condições de aprender sobre, mas se não for possível, as aulas devem suprir essas ideias;
  - É preciso verificar o que o grupo conhece em relação aos nomes e modalidades, além da descrição de como se faz, por meio de algumas perguntas orientadoras, que podem ajudar o educador na organização do seu caderno de observação;
    - Mescle as curiosidades com as tentativas de realização das manobras.
    - Durante as atividades, utilize a variável **ambiente** - ladeiras, descidas leves, quadras, espaços grandes pequenos, pistas, etc;
    - Neste mesmo momento é possível estimular as variáveis: **ritmo, objeto e movimento**.
- Exemplo 01:**
- Manobras sobre tábuas de madeira e sobre cilindros (garrafas pets cheias de água dão boa dinâmica e geralmente não estouram);
  - Com skates sem rodas, utilizando suportes de madeira adaptados embaixo. Varie os ritmos - lento, rápido, com música;
  - Deixe os alunos diversificarem nos **movimentos** - agachados, com um pé no

skate, sentados, etc;

– Nas **relações**, verifique se os alunos se ajudam durante as tentativas de execução das manobras;

– Reserve um tempo para avaliar sobre as atitudes dos alunos em relação à cooperação com os colegas, se dão dicas ou auxiliam nas manobras;

– Posteriormente, promova interações para que troquem informações sobre as manobras.

Durante as aulas, caso não haja skates disponíveis para todos, o educador poder explorar alternativas, com jogos de exploração de esportes radicais ou outras atividades em conjunto que complementem o que está sendo proposto.

Exemplos de atividades combinatórias:

– Tensionar uma corda entre pilares ou árvores, para estimular o equilíbrio e até arriscar algumas manobras próximas ao skate;

– Desenhe *shapes* no chão, próximos à corda, para que saltem de cima da corda e aterrissem sobre as marcações;

– Usar circuitos com rolos (tábuas e cilindros);

– Skatocos (tábuas com pedaços de madeira presos embaixo) e skates;

– Desafios que promovam o revezamento de material;

– Um skate para um trio: dois ajudam, enquanto um outro tenta realizar as manobras, após um determinado tempo, trocam-se as posições.

## Estratégias desafiadoras

- Crie situações para os alunos refletirem sobre a tomada de decisão para resolver problemas predeterminados;
- Identifique as dificuldades e planeje o que pode ser estimulante para o grupo;
- Pense no que está próximo deles conseguirem, mas ainda necessitam de dicas e ajuda.

### **Exemplo 01 - manobras sem tirar o skate do chão**

Outras classificações podem ser criadas: manobras fáceis, difíceis, tirando o skate do chão, etc.

- Construa junto com os alunos um "skate park", usando cones, cordas, giz, bolas, etc, numa quadra ou qualquer outro espaço de chão liso, que permita os alunos deslocarem-se com o skate;
- Cuidado para não escolher um local muito liso e provocar derrapagens;
- Após a criação do "skate park", solicite que os alunos conheçam o percurso sobre seus skates;
- Pode-se permitir a interação dos colegas, para auxiliar ou fazer um rodízio dos equipamentos;
- Em seguida, estimule a turma a tentar uma manobra nos espaços, durante os percursos, verificando o que conseguem realizar;
- O educador pode delimitar, inicialmente, por exemplo, somente as manobras que não precisem tirar o skate do chão - *slides*, manuais;
- Após as experiências de manobras, problematize a situação para um percurso nos ritmos lento, rápido e musicado, com um número mínimo de manobras.
- É possível aumentar a complexidade das manobras: imitando o colega, com vários participantes ao mesmo tempo na sessão, aumentando o número de manobras na sessão.

### **Exemplo 02 - manobras aleatórias**

- Construir, coletivamente, uma lista de manobras possíveis de realização pelos alunos, incluindo as manobras que eles não dominam totalmente, mas, às vezes, conseguem realizá-las;
- Utilize uma folha com os nomes das manobras;
- Destaque cada manobra em papéis separados e dobre-os para um jogo;

- Um aluno puxa um papelzinho e fala a manobra, em seguida tenta realizá-la.
- As regras podem variar- um aluno de cada vez;
- Um puxa o papel e todos tentam realizar a manobra;
- Jogo por equipe somando pontos, etc.

### **Exemplo 03 - Freestyle**

- Fazer a aproximação de gostos musicais com manobras de skate, organizando junto com a turma um momento para ouvir as músicas que curtem;
- Apresente também algumas músicas que os skatistas geralmente escutam para realizar combinações de movimentos na modalidade *freestyle*;
- Em seguida, permita um momento de elaboração das manobras que mais gostam de fazer, associando essas manobras às músicas que escolheram;
- É possível avançar para um festival de apresentação, em que os alunos precisam organizar as apresentações das manobras e as músicas;
- As apresentações podem ser individuais ou por equipe;
- Este é um bom momento para ver se conseguem realizar as manobras numa apresentação, ou se participam ativamente da organização do festival, ou na colaboração da apresentação de outros alunos;
- Registre esses momentos no caderno de observação. Após o festival, entregue uma ficha de autoavaliação para os alunos;
- É fundamental ajudá-los, durante todo o processo e depois discutir os valores associados a um festival de confraternização.

### **Estratégias esclarecedoras**

- Após um bom período explorando diversas situações-problema, desafios e atividades livres, chega o momento de encaminhar ações mais complexas, que envolvam a todos numa grande ação.
- Como o skate tem suas características bem peculiares, as pessoas gostam de andar de skate, mas também de compartilhar gostos musicais, então, podemos aproveitar isso para organizar junto com a turma uma sessão de skate multimodalidades, passando por *freestyle*, *street*, *ladeira*, etc.
- Fiquem à vontade para acrescentar ou tirar as modalidades que quiserem.

**Explique os elementos que caracterizarão a sessão:**

- Músicas e ritmos;
- Quantidade de manobras;
- Critérios de pontuação;
- Regras para arbitragem;
- Papéis representativos - skatistas, árbitros, equipe de auxílios técnicos e táticos.

Este é um momento interessante para verificar se os alunos assumem papéis diferenciados ou se ajudam em diferentes contextos;

– Avalie o processo e também ajude-os, esclarecendo a importância de todos os papéis, inclusive as aceitações, e não imposições;

– Use o caderno de observação como uma pauta;

– A sessão multimodalidades de skate pode ser apreciada apenas pelo grupo, mas vale ampliar a ideia para outras turmas e até mesmo entre Clubes Escola;

– Caso a turma seja muito nova, o educador precisará dirigir muito mais os momentos, mas não deve se esquecer de que os alunos estão inseridos no ambiente e podem lhe ajudar também;

– É preciso saber o que é possível para aquele grupo;

– Registre em seu caderno de observação os detalhes do processo e faça as relações, para saber o que avançou em relação ao ponto de partida;

– Faça um momento de fechamento do processo avaliativo com os alunos;

– Após a sessão ou sessões, declare o que conseguiu observar e deixe que eles também apresentem o que sentiram durante as oportunidades de conhecer e experimentar as manobras e modalidades de skate;

– A ficha de autoavaliação pode ser usada para isso, discutindo-a em conjunto

## Situação 02.

Objetivo			
Conhecer e apreciar as manifestações esportivas e explorá-las com criatividade			
Dimensões do aprender	Expectativas de Aprendizagem	Indicadores de Aprendizagem	Instrumentos de Avaliação
Conhecer	Relacionar informações úteis para aprendizagem dos movimentos de <i>parkour</i>	- Declara e apresenta informações pertinentes para aprendizagem dos movimentos de <i>parkour</i>	- Questionário (relação sobre o que conhecem e o que conseguem realizar)
Fazer	Sistematizar estratégias para realizar bem os movimentos de <i>parkour</i>	- Qualidade das estratégias para realizar os movimentos do <i>parkour</i>	
Conviver	Escutar e valorizar as opiniões de colegas e/ou educador para realizar os movimentos do <i>parkour</i>	- Escuta e valoriza as opiniões de colegas e/ou educador para realizar os movimentos do <i>parkour</i>	- Ficha de autoavaliação - escala de percepção
Ser	Tomar decisões próprias para realizar os movimentos do <i>parkour</i>	- Aceita e reage bem às próprias decisões para realizar os movimentos do <i>parkour</i>	

Exemplos de instrumentos de avaliação:

Questionário	
Materiais	Orientações
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas colorida ou canetões.	Promova questões para verificar o que os alunos conhecem e suas relações com o que conseguem realizar. É possível usar um roteiro de questões no próprio caderno de campo e discutir coletivamente, nas rodas de conversa. As questões podem ser abertas ou fechadas. Não se trata de uma prova, mas uma avaliação sobre a aprendizagem

Quais modalidades de *parkour* você conhece?

Quais os locais de prática do *parkour*?

Aonde você já presenciou um grupo de *parkour*?

Liste alguns movimentos que conhece relacionados às modalidades do *parkour*.

Quais destes movimentos consegue realizar?

Como aprendeu?

Escolha um dos movimentos e apresente como você ensinaria alguém.

Ficha de Auto avaliação	
Materiais:	Orientações
Folhas de sulfite	Construa um quadro indicando o que o aluno irá preencher (se for possível levar o quadro feito, ganha mais tempo de aula)

Nome do aluno	Durante as atividades de Parkour, eu:							
	Escuto e valorizo as opiniões dos colegas				Escuto e valorizo as opiniões do educador			
	Nada	Pouco	Bem	Muito bem	Nada	Pouco	Bem	Muito bem
Citarei, aqui, um exemplo de como escutei e valorizei as opiniões dos colegas e do educador durante as aulas:								
<hr/> <hr/>								

Nome do aluno	Como reajo diante de desafios propostos em aula:		
	Fico frustrado quando não consigo	Persisto para aprender, mas logo desanimo	Persisto para aprender e não desanimo
Citarei, aqui, um exemplo de como persisti para aprender:			
<hr/> <hr/>			

Estratégias exploratórias
<p>Esta proposta atende as associações de atividades, tanto de ginástica quanto de atividades circenses.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Os movimentos básicos do <i>parkour</i> estão relacionados às formas de locomoção pelo ambiente;</li> <li>Seja sem interferência de objetos ou com;</li> </ul>

- As locomoções podem ser exploradas a partir de movimentos como andar, correr, saltar, girar, rolar, rastejar, entre outros;
  - Estimule um ambiente rico em possibilidades e espalhe objetos, para verificar como os alunos podem realizar diferentes movimentos;
  - Crie um caminho "percurso" para eles experimentarem formas de deslocamento;
  - Deixe-os construir um percurso novo e diferente;
  - Cuide para que entendam a importância de algumas ajudas na realização de movimentos mais ousados;
  - Negocie antes ou peça um esboço sobre o que pretendem realizar em grupo: quais movimentos podem ser explorados a partir de determinados objetos ou ambientes;
  - Vale diversificar os ambientes e objetos, durante as aulas; assim, comece a analisar as relações que os alunos fazem para realizar movimentos;
  - Construa um mural coletivo sobre as diferenças que conhecem sobre movimentos do *parkour* e de outras atividades;
  - A cada sessão de aula, você pode questionar os alunos para inferir o que conhecem sobre a modalidade, principalmente, sobre tipos de movimentos;
- Pode usar um questionário aplicado aos alunos ou fazer um roteiro de perguntas no caderno de observação, para discussão entre todos.

### **Estratégias Desafiadoras**

A partir do diagnóstico sobre os movimentos que conhecem e suas relações com o fazer, promova alguns desafios:

#### **Exemplo 01 - pega-pega *parkour*.**

- Crie ou construa um ambiente com alguns objetos espalhados; utilize coisas que existem no ambiente, por exemplo - carteiras, mesas, cadeiras, árvores, caixas, etc.;
- O desafio é fugir de um pegador pelo ambiente preestabelecido;
- A cada aluno pego, este se tornará um obstáculo e os demais, para salvá-lo, deverão interagir com um movimento de *parkour*, passando pela pessoa;
- As trocas entre pegador e fugitivo podem ser discutidas entre os alunos - a

cada duas pessoas pegas, troca-se o pegador, por exemplo;

- Conforme o jogo avança, o educador pode determinar alguns movimentos para os alunos realizarem;
- Salvam os outros aqueles que saltarem por cima com um rolamento, rastejarem por debaixo das pernas, saltarem com meio giro, etc;
- Outra variação interessante é agregar ajuda ao pegador: a cada um que é pego, este ajuda a pegar os demais;
- Pode-se colocar descansos (*piques*) propositivos - subir ou se pendurar em algo, por exemplo;
- A partir de algumas variações, promova um momento para o grupo criar um tipo de pega-pega diferente, que contenha elementos do *parkour*;
- Verifique se valorizam as opiniões de outros para acrescentar movimentos; use a escala em seu caderno de observação.

#### **Exemplo 02 - Siga o mestre:**

- Escolher uma pessoa do grupo para iniciar como mestre, os outros tentam repetir o(s) movimento(s) proposto pelo mestre;
- Discuta as estratégias para trocar o mestre, procure não deixar ninguém de fora, mesmo que não consiga realizar o movimento;
- Veja com o grupo se valerá auxílios ou não, ou se o mestre precisa fazer ou apenas descrever os movimentos;
- A construção dos critérios e, principalmente, as adaptações para realização dos movimentos é o que conta neste momento;
- Conscientize os alunos sobre isso, sem impor nada, apenas discuta a importância da participação.

#### **Exemplo 03 - Pense bem:**

- Trata-se de construir coletivamente os movimentos desafiadores para o grupo, para isso, pode-se utilizar o que os alunos contemplaram no mural, aprimorando as formas da realização dos movimentos;
- Discuta previamente as diferentes formas e estratégias para realizar um movimento, utilizando ou não um objeto de transposição, num determinado ritmo, com ou sem ajuda;

- Liste alguns movimentos, objetos, ambientes, relações e ritmos;
- Crie tiras, com pedaços de papéis para cada item, destacando as variáveis;
- Um aluno tirará um papel de cada item e os demais precisarão realizar, conforme o exemplo abaixo;  
Movimento - pulo do gato;  
Objeto - plinto;  
Relações - com ajuda de uma pessoa;  
Ritmo – rápido;
- Assim que os alunos realizarem o desafio, voltam os papéis e retira-se novamente outra sequência;
- Essa atividade pode ser feita com dados construídos pelos alunos ou com cartões.

#### **Estratégias esclarecedoras**

- Após um período de aulas, variando as atividades e os desafios, é possível discutir algumas dificuldades para realização de movimentos específicos do *parkour*;
  - Fale com os alunos sobre as observações realizadas. Discuta a importância de respeitar os ritmos de aprendizagem e ofereça dicas para superarem as dificuldades;
  - Atenção às aterrissagens dos movimentos é bem importante;
  - As transposições de obstáculos, como saltos de precisão de um para outro objeto, necessitam de cuidado para não causar acidentes;
  - Comece num plano mais baixo e vá aumentando gradativamente;
  - Brincadeiras de aumenta-aumenta são interessantes;
  - Faça um momento de fechamento com as autoavaliações;
  - Mais do que preencher, vale discutir coletivamente o que os alunos perceberam de avanços em relação às suas condutas e de colegas.

### Situação 03.

<b>Competência no contexto esportivo</b>			
Estabelecer relações positivas consigo, com os outros e com o ambiente por meio da prática esportiva			
<b>Dimensões do aprender</b>	<b>Expectativas de Aprendizagem</b>	<b>Indicadores de Aprendizagem</b>	<b>Instrumentos de Avaliação</b>
Conhecer	Compreender os combinados e as regras do ambiente esportivo para a prática dos esportes radicais	- Declaração das regras e combinados preestabelecidos nas rodas de conversa	- Mural das regras acordadas; - Caderno de observação (fala dos alunos durante as rodas de conversa)
Fazer	Construir e praticar os combinados e as regras do ambiente esportivo para a prática dos esportes radicais	- Funcionamento do ambiente esportivo; - Cumprimento das regras combinadas durante as atividades	- <i>Scout</i> das atividades - combinados e regras
Conviver	Colaborar para o cumprimento dos combinados, regras e condutas do ambiente esportivo para a prática dos esportes radicais	- Ocorrência de conflitos (desrespeito, xingamento, desinteresse), durante as atividades	- <i>Scout</i> das atividades - conflitos
Ser	Participar efetivamente da construção de combinados, regras e condutas do ambiente esportivo	- Grau de interesse e proatividade dos participantes	- <i>Scout</i> das atividades - interesse e proatividade

Exemplos de instrumentos de avaliação:

Mural Coletivo	
Materiais	Orientações
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas colorida ou canetões.	Construa com os alunos as regras e combinados (discuta nas rodas e liste os acontecimentos, para alimentar outros momentos). Também podem ser confeccionadas carinhas (feliz ou triste), para compreenderem se praticaram as regras ou não, durante os dias de atividades.

REGRAS CONSTRUÍDAS	CUMPRIMENTO DAS REGRAS			
	Dia 01	Dia 02	Dia 03	Dia 04

Marque nos dias: ruim, regular, bom

Scout	
Materiais	Orientações
Cartolina ou papel kraft; canetas, canetinhas colorida ou canetões.	Apresente os campos de observação para os alunos. Envolve-os nas discussões sobre algo grave e valorize as boas ações.

OCORRÊNCIA DE COMBINADOS E REGRAS			
Não ocorreram	Ocorreram razoavelmente	Bem	Muito bem
OCORRÊNCIA DE CONFLITOS: Xingamentos, desinteresse, desrespeito			
Não ocorreram	Ocorreram razoavelmente	Muitos	
OCORRÊNCIA DE INTERESSE E PROATIVIDADE			
Não ocorreram	Ocorreram razoavelmente	Muito	

### Estratégias exploratórias

Neste guia, ousamos apresentar as atividades de skate, *parkour* e *slackline* juntas, pensando no convívio das pessoas e num ambiente potencial para experimentações diversas.

Sendo assim, os exemplos são mais genéricos, representando as três manifestações dos esportes radicais destacadas no guia. O educador pode ficar à vontade para fazer adaptações, ou até mesmo utilizar apenas uma das atividades.

- Para um ambiente esportivo ser interessante é preciso organizá-lo de modo que estimule um número variado de atividades, seja ele com diferentes modalidades de skate, ou variadas formas de *slackline* e cordas tensionadas, ou ainda variando os obstáculos de passagens do *parkour*;

- Considerando isso, o educador pode sugerir a construção de um mural coletivo, listando as atividades que poderiam acontecer, suas regras e os ambientes potenciais;

- Ressalte a valorização do acontecimento, num mesmo ambiente, podendo o espaço ser modificado e, a partir disso, surgirem modificações em suas regras para acontecer em outro local; por exemplo: de um espaço grande com muitos objetos, para um espaço pequeno, com poucos objetos;

- É possível brincar com as variáveis, neste momento.

Após a construção do mural coletivo, que pode ser feito por grupos pequenos, por modalidade ou todos juntos, crie um espaço de apresentação das atividades e das regras e combinados, para funcionamento do ambiente;

- A partir do mural, é possível identificar se os alunos estão colaborando um com o outro e se as regras estão claras, entre outras questões;

- Para turmas mais novas, elabore conjuntamente com os alunos, solicitando as regras e escrevendo para eles, ou promovendo o desenho do espaço de prática;

Após esse detalhamento, promova:

- Experimentação das atividades em diversos locais;

- Momentos para exploração mais livre;

- Organização de períodos para trocar as atividades;

- Incentivo às trocas, verificando se as atividades ocorrem juntamente com as demais.

### Estratégias Desafiadoras

Para desafiar os alunos, desequilibrá-los nas situações propostas, proporcione algumas situações-problema:

- Número de objetos no ambiente;
- Varie o ambiente - aberto, fechado, amplo, descida, com piso diferente, explore todo Clube Escola, se for possível;
- Estimule-os a modificar as regras;
- Crie condições de conflitos em que uma atividade passe pelo mesmo espaço da outra e veja como eles resolvem isso;
  - Pontue as ocorrências de conflitos e colaborações, para resolução no caderno de observação;
  - Faça questionamentos e reflexões para que os alunos tentem incluir a todos nas atividades - com ajudas, auxílios durante os saltos, nas manobras, entre outros;
  - Promova momentos para recordarem dos combinados e regras tratados previamente e verifique as condições de validá-los ou alterá-los em função das atividades participativas que respeitem a diversidade.

#### Exemplo:

- Realizar uma travessia de skate, passando por objetos colocados no espaço para a prática do *parkour*: como realizar isso sem atrapalhar quem salta? Como criar um jogo em que todos participem, mas não tenha muitos materiais disponíveis?

### Estratégias esclarecedoras

Para um ambiente esportivo funcionar adequadamente é fundamental minimizar os riscos de acidentes, preservando-se a segurança.

- Vale criar alguns momentos, durante as aulas, para fazer atividades de conduta ética.

#### Exemplo:

- Geralmente, no skate criam-se linhas para execução de manobras, que são caminhos, direções que os praticantes seguem;
- Isso também pode ser visto num percurso de *parkour*;
- Essas discussões e reflexões auxiliam os alunos a compreenderem os locais

de prática, visitar outros espaços e interagir de maneira mais autônoma nestes;

- Além dos ambientes e regras construídas, é importante criar condições para melhoria das manobras ou movimentos, além de valorizar as ajudas entre os participantes;

- Anote o compromisso dos alunos com as ajudas e as proatividades, para considerar o ambiente um espaço para todos;

- No final deste período, apresente os resultados, discuta o que foi acordado no mural e se foi concretizado; valorize as criações das regras e tentativas, mesmo as que não deram muito certo;

- O processo de aprendizagem se faz na ação e reflexão com todos.

#### 10.4 Para saber mais

*Livro*

PEREIRA, D. W.; ARMBRUST, I. **Pedagogia da Aventura: os esportes radicais, de aventura e de ação na escola.** Jundiaí – SP: Fontoura, 2010.

***O livro explica a evolução dos esportes radicais e apresenta exemplos de diversas atividades de aventura.***

*Artigo*

**ARMBRUST, I.; LAURO, F. A. A. O skate e suas possibilidades educacionais.**

*Motriz.* Rio Claro - SP, V. 16, N. 3, 2010. Disponível em:

<http://cecemca.rc.unesp.br/ojs/index.php/motriz/article/view/3100> acesso em jun. 2012.

O texto apresenta um panorama geral sobre o skate e suas possibilidades educativas.

**Sites**

Jogos de Esportes Radicais: [http://www.sitedejogosonline.com/jogos-online-gratis/jogos\\_de\\_esportes\\_radicais.htm](http://www.sitedejogosonline.com/jogos-online-gratis/jogos_de_esportes_radicais.htm)

Proporciona diversos jogos de Esportes Radicais para crianças e jovens.

[www.webventure.com.br](http://www.webventure.com.br)

[www.oradical.uol.com.br](http://www.oradical.uol.com.br)

Sites que proporcionam serviços e notícias sobre os Esportes Radicais.



## Video

DOG TOWN and Z-Boys. E. U. A: Agi Orsi Productions, p2001. 1 DVD (87 min).

Retrata a ascensão do skate e a criação do *vertical skate*.

## 11. Referências Bibliográficas

1. ARMBRUST, I.; SILVA, S. A. P. S. Pluralidade Cultural: Os Esportes Radicais na Educação Física Escolar. **Revista Movimento** Porto Alegre, v. 18, n. 01, p. 281-300, jan/mar de 2012.
2. ARMBRUST, I.; LAURO, F. A. A. Skate e suas possibilidades educacionais: proposta metodologia. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.16, n.3, p.799-807, jul./set. 2010. Disponível em <<http://cecemca.rc.unesp.br>> Acesso em jun. 2010.
3. ARMBRUST. **O skate e suas possibilidades educacionais: uma proposta metodológica**. 2008. 47 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) – Centro Universitário Monte Serrat, Santos, 2008.
4. ARMBRUST. O skate associado às dimensões educacionais. In: III CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA, 2008, Santa Teresa/ES. **ANAIS III, CBAA, ES, 2008**.
5. BORTOLETO, M. A. C.; PINHEIRO, P. H. G. G.; PRODÓCIMO, E. **Jogando com o circo**. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2011.
6. BORTOLETO, M. A. C. (org.). **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. vol. 2. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2010.
7. BORTOLETO, M. A. C. (org.). **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2008.
8. BRITTO, E. A **Onda Dura: 3 Décadas de Skate no Brasil**. São Paulo, editora Parada Inglesa, 2000.
9. BROOKE, M. **The concrete wave: the history of skateboarding**. EUA: Warwick House Publishing, 1999.
10. DELORS, J. et al. Os quatro pilares da educação. In: DELORS, J. (Coord.) **Educação um tesouro a descobrir**. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI. São Paulo: Cortez. Brasília, DF: UNESCO, 1998, p. 89-102.



11. GARDNER, H. **Inteligência**: um conceito reformulado. [Trad. Adalgisa Campos da Silva] Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.
12. GARDNER, H. **Estruturas da mente**: a teoria das inteligências múltiplas. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.
13. GOYAZ, M. A pedagogia da ginástica e suas manifestações lúdicas. In: Ministério do Esporte/Comissão de Especialistas de Educação Física. **Manifestações dos esportes** Curso de Especialização em Esporte Escolar. Brasília: Universidade de Brasília/CEAD, v. 5. p. 51-86, 2005.
14. HONORATO, T.; GEBARA, A. Esportes radicais e tecnologização. In: **III Congresso Científico Latino-Americano de Educação Física - UNIMEP**, 2004, Piracicaba-SP. III Congresso UNIMEP. Piracicaba, SP : UNIMEP, 2004. v. 01.
15. LE BRETON, D. Aqueles que vão para o mar: o risco e o mar. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 28, n. 3, p. 9-19, maio 2007.
16. LEGUET, J. **As ações motoras em Ginástica Esportiva**. São Paulo: Manole, 1987.
17. NEIRA, M. G. **Desenvolvendo competências**. 3ª ed. São Paulo: Phorte, 2009.
18. NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. (org.). **Fundamentos da ginástica**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2009.
19. PEREIRA, D. W.; ARMBRUST, I. **Pedagogia da aventura**: os esportes radicais, de aventura e de ação na escola. Jundiaí, SP: Fontoura, 2010.
20. PERRENOUD, P. **Construindo as competências desde a escola**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1999.
21. SANT'ANNA, I. M.; RAMOS, H. C. A avaliação deve orientar a aprendizagem. **Revista Nova Escola**, São Paulo, edição especial. n. 21, p. 42-43, jan. 2009.
22. SHIAVON, L. M.; NISTA-PICCOLO, V. L. **Desafios da ginástica na escola**. In: MOREIRA, E. C. (org.). Educação Física Escolar: propostas e desafios II. Jundiaí, SP: Fontoura, 2006. p. 35-60.



23. SILVA, D. E. S. Slackline: o equilíbrio ao alcance de todos. In: SCHWARTZ, G. M ... [Et al.]. **Tecnologias e atividades de aventura**. São Paulo: Lexia, 2012. p. 69-74.
24. SILVA, E. Saberes circenses: ensino/aprendizagem em movimentos e transformações. In: BORTOLETO, M. A. C. (org.). **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. Jundáí, SP: Fontoura, 2008. p. 190-210
25. TOLEDO, E. A ginástica rítmica e artística no ensino fundamental: uma prática possível e enriquecedora. In: MOREIRA, E. C. (org.). **Educação Física Escolar: desafios e propostas**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2004. p. 43-64.
26. UVINHA, R. R. Atividades de Aventura em ambientes artificiais, In: UVINHA, R. R. (Org.). **Turismo de Aventura. Reflexões e Tendências**. São Paulo: Aleph, 2005. p. 247-268.
27. UVINHA, R. R. **Juventude, Lazer e Esportes Radicais**. São Paulo. Manole, 2001.
28. VENÂNCIO, L.; CARREIRO, E. A. Ginástica. In: DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. (coord.). **Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008. p. 227-243.
29. ZABALA, A. **A Prática Educativa: como ensinar**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1998.
30. ZABALA, A. **Enfoque globalizador e pensamento complexo: uma proposta para o currículo escolar**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 2002.