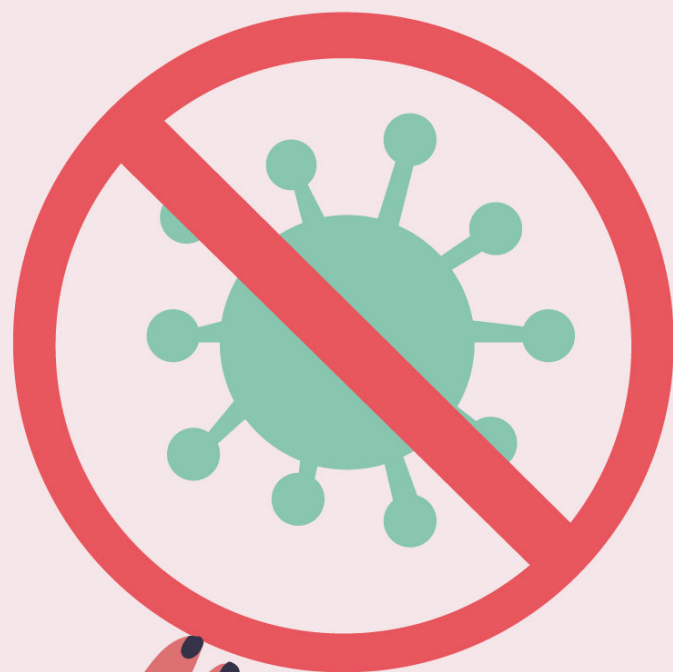


nova

escola



## A BNCC DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O que mudou com o documento e como  
usá-lo em tempos de pandemia

# O que você vai encontrar neste e-book?

1. Introdução: o que mudou com a BNCC \_\_\_\_\_ 03
2. Entenda a estrutura da BNCC de Educação Física \_\_\_\_\_ 03
3. Recomendações sanitárias para uma aula segura \_\_\_\_\_ 10



# 1 Introdução: o que mudou com a BNCC

Por muito tempo, a aula de Educação Física ficou restrita às práticas esportivas, ligada às concepções de gênero (quem não lembra da máxima “vôlei para as meninas e futebol para os meninos”?) e pouco aberta à diversidade de experiências e à inclusão de diferentes corpos nas suas práticas. Com a BNCC, a Educação Física passa a fazer parte da área das Linguagens (ao lado de componentes curriculares como a Arte e a Língua Portuguesa) e tratada também do ponto de vista cultural. Ainda se trabalha o esporte, mas ele está ao lado de outras práticas corporais, como a dança e a luta, por exemplo.

A BNCC de Educação Física cristalizou discussões que já aconteciam nesta área do conhecimento, valorizando a diversidade e a inclusão de todos nas práticas corporais.

## 2 Entenda a estrutura da BNCC de Educação Física

De acordo com o texto da Base, a Educação Física é o componente curricular que “tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de

---

ISSO PERMITE  
QUE OS ALUNOS  
AMPLIEM A SUA  
CONSCIÊNCIA A  
RESPEITO DOS  
MOVIMENTOS,  
TRABALHEM O  
CUIDADO DE SI E  
DO OUTRO

codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história”. Assim, os movimentos realizados pelos seres humanos e trabalhados nas aulas de Educação Física devem ser abordados como fenômenos culturais, dinâmicos, diversificados, pluridimensionais, singulares e contraditórios. Isso permite que os alunos ampliem a sua consciência a respeito dos movimentos, trabalhem o cuidado de si e do outro e desenvolvam a autonomia.

Ao contrário do que acontece em outros componentes curriculares, a BNCC de Educação Física no Ensino Fundamental 1 divide os objetos de conhecimento em dois blocos: do 1º ao 2º ano e do 3º ao 5º ano.

## **Unidades temáticas**

No Ensino Fundamental 1, há 5 unidades temáticas:

### **Brincadeiras e Jogos**

Atividades voluntárias exercidas pelas crianças dentro de determinados limites de tempo e espaço, caracterizadas pela criação e alteração de regras, pela obediência de cada participante ao que foi combinado coletivamente, bem como pela apreciação do ato de brincar em si. Espera-se que os alunos valorizem as brincadeiras e jogos e ampliem o repertório, entrando em contato com brincadeiras regionais, nacionais e também oriundas de outras partes do mundo. Exemplos: Amarelinha, elástico, taco, pega-pega.

---

É INTERESSANTE  
QUE OS ALUNOS  
ENTENDAM AS  
TRANSFORMAÇÕES  
HISTÓRICAS DOS  
ESPORTES

## Esportes

Práticas corporais institucionalizadas e bastante conhecidas pela população em geral, os esportes caracterizam-se pelas regras formais e pelas comparações de desempenho entre indivíduos ou grupos que competem entre si. É interessante que os alunos entendam as transformações históricas dos esportes e, por meio da prática e da reflexão, valorizem o trabalho coletivo e o protagonismo para solucionar desafios. A BNCC divide os esportes em sete categorias, sem hierarquizá-las. São elas: Marca, precisão, técnico-combinatória, rede/quadra dividida ou parede de rebote, campo e taco, invasão territorial e combate. São exemplos: Futebol, vôlei, atletismo, judô, beisebol, arco e flecha.

## Ginásticas

São classificadas em três categorias: ginástica geral, ginásticas de condicionamento físico e ginásticas de conscientização corporal. No caso da ginástica geral, o elemento organizador é a exploração das possibilidades acrobáticas e expressivas do corpo. Já nas de condicionamento físico, os exercícios procuram a aquisição ou manutenção da condição física e a melhora do rendimento. Já as ginásticas de conscientização corporal caracterizam-se por movimentos mais suaves e lentos e objetivam o conhecimento do próprio corpo. Nos anos iniciais, a BNCC indica que seja trabalhada principalmente a ginástica geral.

## Lutas

O foco está nas disputas corporais com uso de técnicas e estratégias para atingir, imobilizar, desequilibrar o outro, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo do adversário. A unidade

oportuniza a ampliação do repertório dos alunos, pois pode-se trabalhar desde lutas originadas em outros países (como o boxe, o karatê, muay-thai) como as brasileiras, destacando-se aquelas de origem africana ou indígena (capoeira e luta marajoara, por exemplo).

### **Danças**

Podem ser trabalhadas individualmente, em duplas ou grupos. A dança é historicamente construída e caracterizada por movimentos rítmicos, organizados em passos e evoluções, que também podem ser coreografados. Aqui também é interessante experimentar várias danças diferentes e valorizar aquelas de matriz africana ou indígena. Exemplos: Balé, samba, funk e ciranda.

## **Dimensões do Conhecimento**

Ao longo do Ensino Fundamental, a Educação Física deve privilegiar 8 dimensões de conhecimento:

**Experimentação:** é a vivência das práticas corporais e o envolvimento corporal na realização das mesmas. Um cuidado ao trabalhar esta dimensão, além da prática em si, é orientá-la para que sejam positivas ou, pelo menos, não sejam desagradáveis e gerem rejeição por parte do aluno.

**Uso e apropriação:** é a possibilidade do estudante ter condições de realizar de forma autônoma uma determinada prática corporal. Engloba ainda conhecimentos que viabilizam a prática efetiva das manifestações da cultura corporal de movimento não só durante as aulas, mas também para além delas.

**Fruição:** apreciação estética das experiências das vivências corporais. Está vinculada com o conjunto de conhecimentos que permitem ao estudante desfrutar da realização das práticas e também apreciá-las quando realizadas por outros.

**Reflexão sobre a ação:** refere-se aos conhecimentos originados na observação e análise das próprias vivências corporais e daquelas realizadas por outros. Deve ser um ato intencional, orientado tanto para aprender novas modalidades quanto para resolver desafios peculiares à prática realizadas, bem como para adequar as práticas aos interesses e possibilidades próprias (e das demais pessoas com quem se compartilha a sua realização).

**Construção de valores:** relaciona-se com as discussões e vivências das práticas corporais que possibilitam aprender valores e normas orientados ao exercício da cidadania dentro de uma perspectiva democrática. Aqui entra a oportunidade de trabalhar o respeito às diferenças e o combate ao preconceito, bem como superar estereótipos e preconceitos expressos nas práticas corporais.

**Compreensão:** reúne saberes que permitem compreender o lugar das práticas corporais no mundo. Relaciona-se a temas que permitam ao aluno interpretar as manifestações da cultura corporal de movimento em relação às dimensões éticas e estéticas, à época e à sociedade que as

gerou e as modificou, às razões da sua produção e transformação e à vinculação local, nacional e global. Esta dimensão do conhecimento permite, por exemplo, discutir por que o futebol masculino é mais valorizado do que feminino.

**Protagonismo comunitário:** esta dimensão tem relação com as atitudes e conhecimentos necessários para que os alunos participem de decisões e ações orientadas a democratizar o acesso às práticas corporais. Pode-se refletir, por exemplo, sobre os recursos disponíveis ou as possibilidades (ou não) de acessar determinada prática no lugar em que moram.

## **Competências específicas da Educação Física no Ensino Fundamental**

- 1 Compreender a origem da cultura corporal de movimento e seus vínculos com a organização da vida coletiva e individual.
- 2 Planejar e empregar estratégias para resolver desafios e aumentar as possibilidades de aprendizagem das práticas corporais, além de se envolver no processo de ampliação do acervo cultural nesse campo.
- 3 Refletir, criticamente, sobre as relações entre a realização das práticas corporais e os processos de saúde/doença, inclusive no contexto das atividades laborais.
- 4 Identificar a multiplicidade de padrões de desempenho, saúde, beleza e estética corporal,

analisando, criticamente, os modelos disseminados na mídia e discutir posturas consumistas e preconceituosas.

- 5 Identificar as formas de produção dos preconceitos, compreender seus efeitos e combater posicionamentos discriminatórios em relação às práticas corporais e aos seus participantes.
- 6 Interpretar e recriar os valores, os sentidos e os significados atribuídos às diferentes práticas corporais, bem como aos sujeitos que delas participam.
- 7 Reconhecer as práticas corporais como elementos constitutivos da identidade cultural dos povos e grupos.
- 8 Usufruir das práticas corporais de forma autônoma para potencializar o envolvimento em contextos de lazer, ampliar as redes de sociabilidade e a promoção da saúde.
- 9 Reconhecer o acesso às práticas corporais como direito do cidadão, propondo e produzindo alternativas para sua realização no contexto comunitário.
- 10 Experimentar, desfrutar, apreciar e criar diferentes brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas e práticas corporais de aventura, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.

(Fonte: Base Nacional Comum Curricular (BNCC), pág. 223.)

# 3 Recomendações sanitárias para uma aula segura

Você tem razão: protocolos sanitários não fazem parte do texto original da BNCC. No entanto, diante do contexto inédito causado pela pandemia de covid-19, é importante se apropriar de informações confiáveis para que a abordagem das práticas corporais possa ser feita de forma segura com as crianças do Fundamental 1 em uma eventual volta às aulas.

---

COMO  
POSSIBILITAR  
QUE CRIANÇAS E  
ADOLESCENTES  
PRATIQUEM  
ATIVIDADES  
FÍSICAS COM  
SEGURANÇA PÓS-  
QUARENTENA DA  
COVID-19?

A situação toda é muito nova e não existe consenso geral: por isso é fundamental acompanhar e seguir os protocolos de orientação propostos para a região em que se encontra, uma vez que há diferentes condutas. No caso brasileiro, o consultor Luis Henrique Vasquinho avalia que o protocolo mais abrangente e adequado até o momento seja o expedido pela Sociedade Brasileira de Pediatria em junho (“Como possibilitar que crianças e adolescentes pratiquem atividades físicas com segurança pós-quarentena da COVID-19?”). [Você pode conferi-lo na íntegra aqui.](#)

Elaborado por especialistas médicos, o material tem foco nas prática de atividades físicas seguras na pós-quarentena por conta do coronavírus. Entre as recomendações, esportes coletivos e de contato corporal

devem ser evitados e as aulas devem, se possível, ser realizadas ao ar livre ou em lugares bem arejados. Além disso, exercícios de circuito e esportes individuais, como jogos de atletismo e de raquete, podem ser incentivados. Ioga também é muito bem-vinda, especialmente porque contribui para redução de ansiedade e estresse.

Para mais segurança, Vasquinho orienta que os responsáveis pelas escolas fiquem atentos às mudanças de qualquer conduta preconizada pelos órgãos competentes de saúde, como a Organização Mundial da Saúde (OMS). “O cenário da pandemia não se apresenta sempre igual, com frequência aparecem pesquisas científicas indicando novos riscos ou questionando certas condutas, por isso a necessidade constante de atualização”, recomenda.

### **Outros pontos recomendados às escolas:**

- Elaborar um plano de volta às aulas presenciais que inclua precauções e cuidados específicos para a prática de atividades físicas.
- Organizar o espaço escolar para evitar grandes grupos/contato físico próximo e possibilitar o distanciamento físico entre os alunos nas atividades físicas e no recreio.
- Reforçar a importância e a necessidade da utilização de máscaras durante todo o período de prática de atividades físicas.

- Orientar a lavagem frequente e correta das mãos, bem como disponibilizar álcool em gel para uso entre os alunos antes e após a prática de atividades físicas.
- Proporcionar desinfecção frequente das superfícies de todos os materiais esportivos (bolas, halteres, raquetes, tacos, brinquedos, cordas, bambolês etc.) e ambientes escolares (playground, salas de ginástica, musculação e dança etc.) destinados às práticas de atividades físicas.
- Disponibilizar água potável em diferentes espaços escolares para estimular e garantir hidratação adequada dos alunos antes, durante e após a prática de atividades físicas.
- Estar especialmente atento às famílias menos assistidas e em situação de vulnerabilidade social, visando orientar/auxiliar pais e cuidadores a manter seus filhos ativos e seguros.
- Propor cursos de formação continuada para professores e demais funcionários da escola sobre autocuidado e cuidado com o outro nos períodos de pandemia e pós-pandemia, incluindo as atividades físicas neste processo.



nova

escola

Reportagem

TORY HELENA

Edição

PEDRO ANNUNCIATO

Consultoria:

LUIS VASQUINHO

Ilustração

NATHALIA TAKEYAMA

Diagramação

CARONTE DESIGN