



ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

2º BIMESTRE

4º ANO

FREVO

Materiais: equipamento audiovisual, minissombrinha ou flor de crepom.

No frevo as crianças experimentarão alguns movimentos para dançar no espaço coletivo, combinando ritmo e movimentos acrobáticos. Mostre-lhes novamente o vídeo de apresentação do frevo, orientando-os a atentar aos movimentos da dança. Depois, coloque uma música de fundo e pratique com calma alguns movimentos, conforme as orientações a seguir.



Passo 1.

Saltar na ponta do pé, fazendo o movimento para dentro e para fora com um pé e, posteriormente, com o outro.



Passo 2.

Saltar na ponta do pé e com o calcanhar, mantendo as pernas afastadas.



Passo 3.

Saltar na ponta do pé e com o calcanhar de um lado e depois do outro.



Passo 4.

Saltar na posição saci-pererê, alternando as pernas.



Passo 5.

Saltar chutando com uma perna de cada vez para a frente.



Passo 6.

Girar saltitando com as pernas cruzadas, trocando as pontas dos pés.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUIJAS



Passo 7.

Saltar fazendo uma tesoura com as pernas, cruzando-as, e chutando com uma delas à frente ao abri-las.



Passo 8.

Agachar e saltar com as duas pernas flexionadas, passando a sombrinha ou flor de crepom por baixo de uma perna, e continuar saltando nessa posição para passar a sombrinha ou a flor de crepom por baixo da outra perna.

ILUSTRAÇÕES: JOSÉ LUIS JUIJAS



Passo 9.

Saltar com as pernas afastadas e os braços estendidos em direção às pernas.



FREVO



Frevo.
Carnaval, Recife, PE, 2019.

Você pode utilizar “Vassourinhas” como música de fundo. Ela está disponível no endereço eletrônico:
<<https://www.youtube.com/watch?v=LafMRGg9E0o>>



MACULELÊ

Materiais: bastões ou garrafas PET.

Converse sobre a importância das músicas na relação com os movimentos realizados, principalmente na cultura afrobrasileira, em que a música e o som estão presentes em diversas manifestações.

Além de narrar histórias, as músicas e os instrumentos dão o tom para o movimento, e também proporcionam uma energização do ambiente. Você encontra uma música para a dança maculelê neste endereço eletrônico: <<https://www.youtube.com/watch?v=iAnPFJ6enRE>>.

Comece, então, a construir com os estudantes uma apresentação, mas para isso o primeiro passo é estruturar uma sequência de movimentos. Veja algumas possibilidades, mas dê espaço para a criatividade deles.

- Realizar batidas no plano baixo e deslocamentos com saltos.
- Realizar giros e batidas em duplas no plano alto.
- Realizar deslocamentos com saltitos e terminar com um salto e giro no plano alto.
- Realizar giro no plano baixo, deslocamentos e batidas dos bastões em duplas.



MACULELÊ



Movimentos de batidas cruzadas aos pares.

<https://www.youtube.com/watch?v=4szFBwjyuzw>



TROIKA

Material: equipamento de áudio.

Organize a turma em trios e ao som de música típica da troika, disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=RYcMkhX7b-U>, possibilitando que sintam e experimentem ritmo, gestos e deslocamentos livres no espaço.

Posteriormente, apresente-lhes alguns passos dessa dança típica russa.

De acordo com o repertório de outras experimentações que as crianças já vivenciaram, conversem sobre as possibilidades de acrescentar outros movimentos, possibilitando que ajustem novos elementos ao ritmo e ao espaço de dança, como o movimento de tesoura do frevo e/ou seus saltitos com chutes à frente.



TROIKA



//////
Troika.

ELMIRSHUTTERSTOCK

<https://www.youtube.com/watch?v=qg-YL0X7YhA>



REFERÊNCIAS

Buriti mais educação física : manual do professor / organizadora Editora Moderna; obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela Editora Moderna ; editora responsável Marisa Martins Sanchez. 1. ed. São Paulo : Moderna, 2021. (Buriti mais educação física; v. 2)

