



Guia pedagógico para práticas corporais dialógicas e participativas nos anos iniciais

Possibilidades freirianas para a Educação Física Escolar

Júlia Félix de Oliveira

Maria Candida Soares Del-Masso



Esta obra é licenciada sob uma licença **Creative Commons Atribuição (CC BY 4.0)**. Esta licença permite a cópia e redistribuição do material, em qualquer suporte ou formato, bem como sua tradução, adaptação e outras modificações, para qualquer fim, mesmo que comercial, desde que o crédito seja atribuído ao autor e que as alterações, se houver, sejam informadas. Os termos da licença estão detalhados em <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode.pt>.

OLIVEIRA, Julia Félix. PRÁTICAS CORPORAIS, AUTONOMIA E CONVIVÊNCIA: possibilidades pedagógicas freirianas no ensino dos esportes de marca nos anos iniciais. Orientadora: Maria Candida Soares Del-Masso. 2026. 192 fls. Dissertação (Mestrado Profissional PROEF Educação Física em Rede Nacional) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista – UNESP, Rio Claro/SP, 2026.

Ficha Catalográfica

Sistema de geração automática de fichas catalográficas

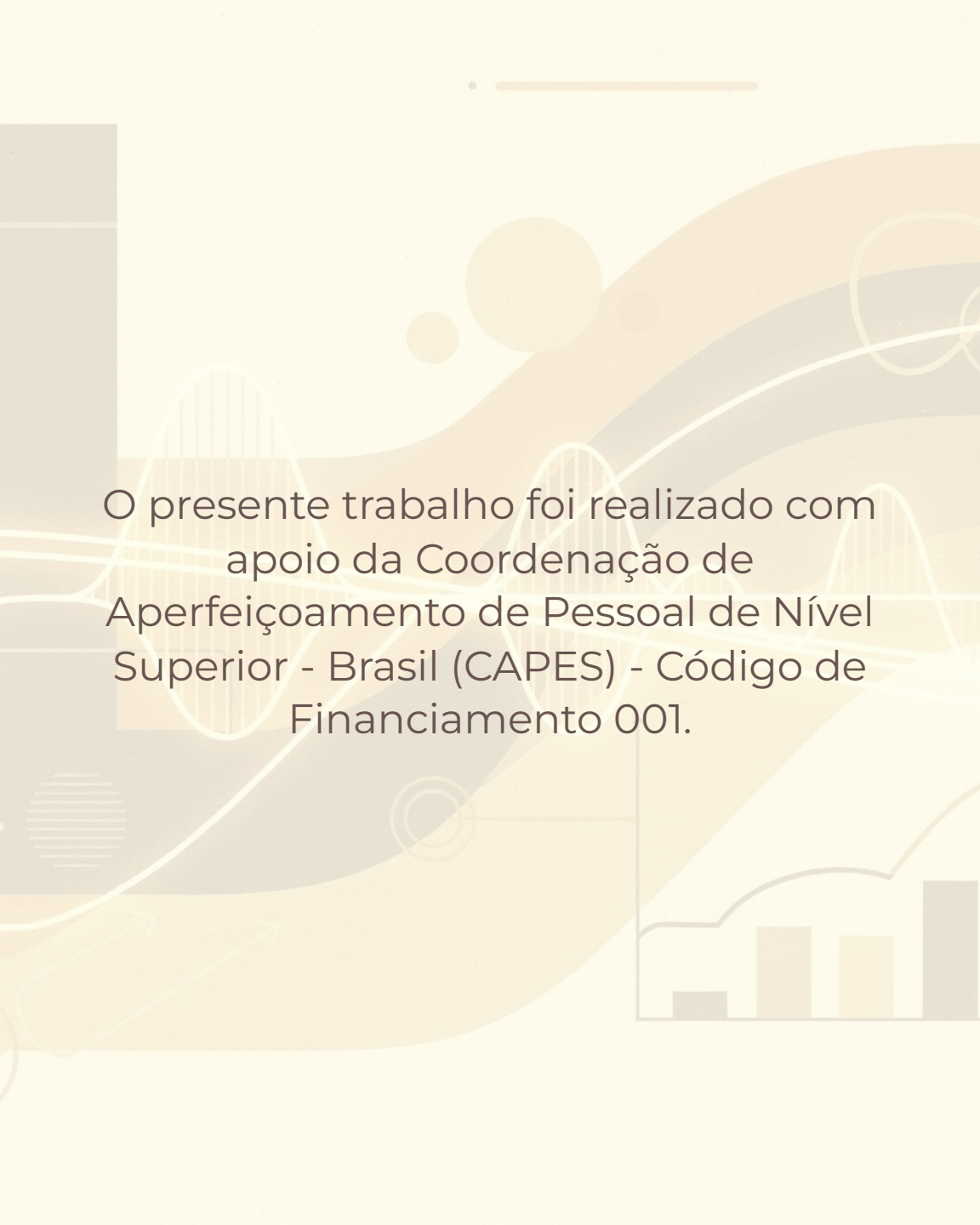
Oliveira, Júlia Félix de

Guia pedagógico para práticas corporais dialógicas e participativas nos anos iniciais (recurso eletrônico) : possibilidades freirianas para a Educação Física Escolar / Júlia Félix de Oliveira e Maria Candida Soares Del-Masso. — Rio Claro, 2026.

47 p. : PDF ; 9,65 MB : il. color., fotos color.

Recurso educacional derivado de dissertação de Mestrado Profissional em Educação Física (PROEF) - Universidade Estadual Paulista (UNESP), Instituto de Biociências, Rio Claro. Orientado por Maria Candida Soares Del-Masso.

1. Educação física 2. Educação básica 3. Planejamento educacional 4. Esportes 5. Relações humanas

The background is a light beige color with various abstract geometric shapes. There are several overlapping circles in shades of beige and grey. A large, curved, wavy shape in a darker beige tone sweeps across the middle of the page. In the bottom right corner, there is a small bar chart with four bars of increasing height, colored in shades of beige and grey. A thin, curved line arches over the bars. In the bottom left, there is a faint, light-colored arrow pointing upwards and to the right.

O presente trabalho foi realizado com
apoio da Coordenação de
Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível
Superior - Brasil (CAPES) - Código de
Financiamento 001.



Sobre este recurso educacional

Este guia nasceu de uma pesquisa no Programa de Mestrado Profissional em Educação Física (PROEF/UNESP).

Ele oferece abordagens pedagógicas inspiradas em Paulo Freire para tornar as práticas corporais mais participativas, dialógicas e humanizadas na Educação Física Escolar.

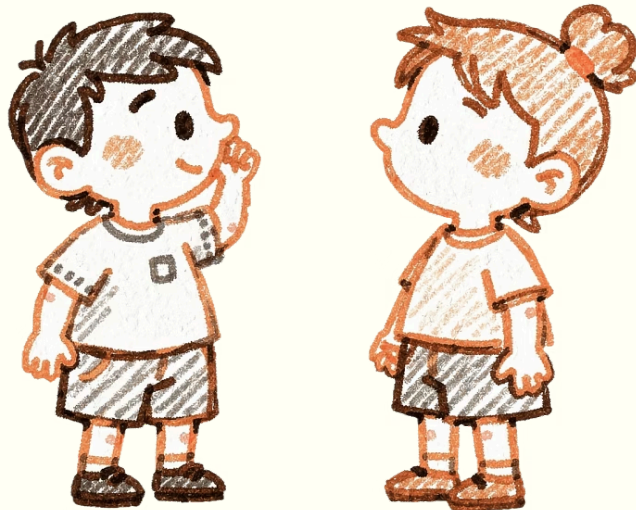
Nosso objetivo não é dar respostas prontas, mas sim instigar a reflexão sobre as relações que construímos através do movimento.



Como utilizar este guia

Leitura não linear. Cada princípio aborda possibilidades pedagógicas relacionadas às práticas corporais vividas na Educação Física Escolar.

- Situações reais
- Reflexões pedagógicas
- Possibilidades de mediação freiriana



Princípio 1

Dialogicidade



Dialogicidade

também é construir práticas corporais com os estudantes.



"Somente quem escuta paciente e criticamente o outro, fala com ele."

— Paulo Freire, *Pedagogia da Autonomia*, 2015.

Na perspectiva freiriana, a dialogicidade se constrói nas relações de diálogo, escuta e troca entre professores e estudantes.



Dialogicidade na Educação Física Escolar

A dialogicidade também pode ampliar as possibilidades de participação nas práticas corporais.

Como relações mais dialógicas transformam as práticas corporais?

Mais participação

Estudantes que participam das decisões tendem a participar mais das práticas corporais.

Mais pertencimento

A escuta ativa favorece que os estudantes se sintam parte das práticas corporais.

Mais construção coletiva

As práticas corporais deixam de ser apenas executadas e passam a ser também construídas pelos estudantes.

Mais significado

As experiências corporais tornam-se mais participativas, humanas e significativas.



SITUAÇÃO REAL

Durante um jogo, dois estudantes começam a discutir sobre uma regra. Ao invés de interromper imediatamente a atividade e oferecer uma resposta pronta, a professora devolve o problema ao grupo:

"Como vocês acham que poderíamos resolver isso?"

Possibilidades Pedagógicas

Organizar pequenos grupos

Promover círculos dialógicos

Incentivar estudantes a explicarem atividades

Construir combinados coletivos

Valorizar conhecimentos prévios e *insights* dos estudantes

Permitir adaptações das práticas corporais

Os estudantes apenas executam atividades ou também ajudam a construí-las?

Práticas corporais mais dialógicas podem transformar a forma como o estudante se relaciona com as lutas, as danças, os esportes, as brincadeiras, pois amplia sua visão de possibilidades, por meio de relações mais participativas, reflexivas e dialógicas entre professor/estudante/estudante.



Princípio 2

Autonomia



Autonomia

A autonomia pode favorecer maior participação, protagonismo e continuidade das práticas corporais.



“Ensinar não é transferir conhecimento”

— Paulo Freire, *Pedagogia da Autonomia*, 2015.

Para Paulo Freire, a autonomia se constrói quando os estudantes participam ativamente do processo educativo, refletindo, experimentando, decidindo e assumindo-se como sujeitos da própria aprendizagem



Autonomia nas práticas corporais

Aparece quando os estudantes:

Ajudam a organizar atividades com base no que será experienciado

Resolvem conflitos inerentes a determinada prática

Explicam jogos, esportes, lutas, danças com base em seus conhecimentos (tidos e adquiridos)

Constroem combinados e adaptam a atividade conforme o praticante, espaço, materiais

Participam das decisões e das construções de regras

Continuam as práticas em outros momentos dentro ou fora da escola

Como a autonomia melhora as práticas corporais?

Estudantes mais autônomos tendem a:



Participar mais



Confiar mais em si mesmos



Envolver-se mais nas atividades



Resolver situações coletivamente



Ampliar as experiências corporais

SITUAÇÃO REAL

Durante uma brincadeira em pequenos grupos, alguns estudantes começam a chamar a professora repetidamente para resolver pequenas decisões da atividade, como definir a ordem das jogadas, reorganizar materiais e decidir adaptações da brincadeira.

Ao invés de decidir tudo imediatamente, a professora incentiva que o próprio grupo participe das decisões:

“Como vocês poderiam organizar isso juntos?”

Possibilidades pedagógicas



Permitir que os estudantes participem da organização das atividades



Incentivar decisões coletivas durante as práticas corporais



Organizar pequenos grupos com funções compartilhadas



Permitir adaptações sugeridas pelos estudantes



Incentivar resolução coletiva de conflitos e imprevistos



Valorizar iniciativas dos estudantes durante as práticas



Reduzir gradualmente a dependência da intervenção constante do professor



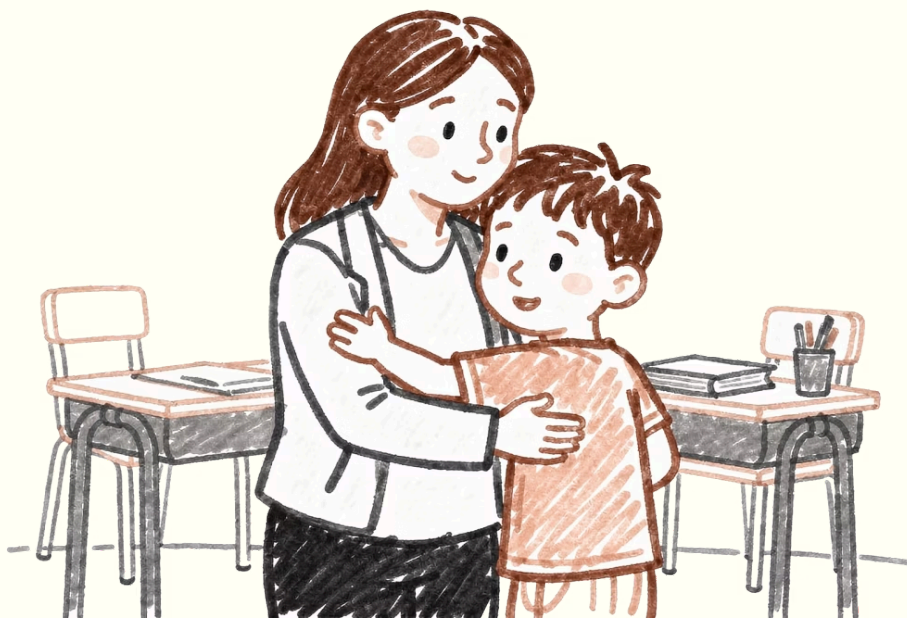
Criar momentos em que os estudantes expliquem regras, organizem materiais ou conduzam partes das atividades

Estudantes mais autônomos não deixam de precisar do professor. Eles passam a participar mais da construção das aulas.



REFLEXÃO PARA O PROFESSOR

Os estudantes conseguem continuar as práticas corporais sem depender constantemente da intervenção docente?



Princípio 3

Amorosidade



Amorosidade

Relações mais amorosas também podem aproximar os estudantes das práticas corporais. Os sentimentos vividos durante essas também ensinam sobre elas.



"Ensinar exige querer bem aos educandos."

— Paulo Freire, *Pedagogia da Autonomia*, 2015.

Na perspectiva freiriana, a amorosidade não significa ausência de autoridade, mas compromisso humano com o outro, respeito, acolhimento e construção de relações pedagógicas mais humanizadas.

Amorosidade nas práticas corporais

Nas aulas de Educação Física, a amorosidade pode aparecer:



Na forma como o professor se comunica



Na mediação dos conflitos



No acolhimento das dificuldades



No incentivo à participação



No respeito às diferenças



Na construção de ambientes mais seguros para participar

Muitos estudantes só conseguem participar quando se sentem seguros para isso.

Por que a amorosidade melhora as práticas corporais?

Estudantes

Sentem-se mais seguros para experimentar novas práticas corporais

Participam com menos medo de errar

Expressam-se corporalmente com mais liberdade

Criam relações mais positivas com o próprio corpo

Constroem memórias afetivas relacionadas às práticas corporais

Sentem maior desejo de continuar participando das atividades

Relacionam as práticas corporais a experiências mais prazerosas

Encorajam outros colegas a participarem das atividades

Sentem-se mais confortáveis para ocupar os espaços das práticas corporais

Desenvolvem relações mais respeitadas durante as atividades

SITUAÇÃO REAL

Durante uma prática corporal, um estudante desrespeita outro colega. Ao invés de reagir imediatamente com agressividade ou deixar a raiva conduzir suas ações, a professora busca mediar a situação de forma firme, mas respeitosa, tratando o estudante como alguém capaz de refletir sobre suas atitudes e transformá-las.

A amorosidade também pode aparecer na forma como o professor conduz situações difíceis durante as práticas corporais, ensinando os estudantes a lidar com conflitos sem reproduzir violências.

Possibilidades pedagógicas



Firmeza sem agressividade



Acolhimento das dificuldades



Mediação respeitosa



Construir relações respeitosas durante as práticas corporais



Ensinar formas mais humanas de lidar com situações difíceis

Não há melhor forma de ensinar algo do que ser sua materialidade.

As relações construídas durante as aulas aproximam ou afastam os estudantes das práticas corporais?



A amorosidade também pode ensinar outras formas de viver as práticas corporais.



Princípio 4

Problematização



Problematização

Problematizar também é ensinar os estudantes a pensar sobre as práticas corporais que vivem.



"Ensinar não é transmitir conhecimento."

— Paulo Freire, *Pedagogia da Autonomia*, 2015.

Na perspectiva freiriana, problematizar significa criar possibilidades para que os estudantes reflitam, questionem, participem e construam conhecimento coletivamente.

Problematização na Educação Física Escolar

Nas aulas de Educação Física, a problematização pode aparecer quando o professor cria espaços para que os estudantes reflitam, questionem, proponham soluções e participem ativamente da construção das práticas corporais.

Isso pode acontecer:



Nas escolhas e adaptação das regras das atividades



Nas reflexões sobre inclusão e participação durante os jogos



Na organização coletiva dos espaços e materiais



Nas decisões sobre como continuar uma atividade diante de um imprevisto



Nas conversas sobre atitudes vividas durante as práticas corporais



Nas perguntas que incentivam os estudantes a pensar sobre o que estão fazendo, sentindo e construindo coletivamente



Nas adaptações criadas pelos próprios estudantes para ampliar as possibilidades de participação do grupo



Nas reflexões sobre como tornar as práticas corporais mais participativas, respeitosas e significativas para todos

Nem toda pergunta precisa de uma resposta pronta.

Como a problematização melhora as práticas corporais?

Quando os estudantes são incentivados a pensar e refletir sobre as práticas corporais:

Percebem que suas ideias também podem transformar as atividades

Participam de forma mais consciente das práticas corporais

Tornam-se mais críticos diante das relações construídas durante as aulas

Passam a refletir sobre atitudes, regras e formas de convivência

Compreendem que também podem construir, adaptar e ressignificar as práticas corporais que vivenciam

Problematizar também pode favorecer que os estudantes percebam que são capazes de transformar os ambientes e as relações construídas durante as práticas corporais.



SITUAÇÃO REAL

Durante uma brincadeira, alguns estudantes começam a discutir porque parte do grupo não está seguindo as regras. Ao invés de decidir sozinha o que fazer,

A professora pergunta:

Por que vocês acham que isso está acontecendo?

O que poderíamos fazer para que todos consigam participar melhor?

Problematizar também significa devolver perguntas ao grupo para que os próprios estudantes participem da construção das soluções.

Possibilidades pedagógicas

Devolver perguntas aos estudantes

Incentivar reflexão coletiva

Problematizar conflitos e situações vividas nas práticas corporais

Discutir adaptações das atividades

Estimular pensamento crítico

O professor não precisa oferecer todas as respostas imediatamente.

REFLEXÃO PARA O PROFESSOR

Os estudantes apenas seguem regras ou também ajudam a construí-las?

Há espaço para pensar durante as práticas corporais?

Os estudantes sentem que suas ideias podem transformar as atividades?

Durante as aulas, os estudantes apenas executam movimentos ou também refletem sobre as relações construídas nas práticas corporais?

Problematizar também pode ensinar os estudantes a transformar as relações vividas nas práticas corporais.



Princípio 5

Reflexão crítica sobre a
prática docente



Reflexão crítica sobre a prática docente

Construir práticas corporais mais dialógicas, participativas e humanizadas também exige que o professor reflita continuamente sobre sua própria prática.



"É pensando criticamente a prática de hoje ou de ontem que se pode melhorar a próxima prática."

— Paulo Freire, *Pedagogia da Autonomia*, 2015.

Na perspectiva freiriana, ensinar também exige reflexão constante sobre a própria prática pedagógica, reconhecendo que professores e estudantes estão em permanente processo de construção.



Reflexão crítica na Educação Física Escolar

A prática freiriana exige constante autoavaliação, reorganização e sensibilidade para compreender os estudantes e o ambiente escolar.



A prática docente também exige abertura para perceber possibilidades que não estavam previstas.

SITUAÇÃO REAL

A professora percebe
que determinada
estratégia não
favorecia a
participação do grupo.

Ela **reorganiza a proposta pedagógica** durante
a própria aula.

Possibilidades pedagógicas

O1

Refletir sobre as próprias intervenções

O2

Reorganizar estratégias quando necessário

O3

Adaptar atividades às necessidades do grupo

O4

Observar as relações construídas

O5

Compreender o ensino como processo em construção

REFLEXÃO PARA O PROFESSOR

*Minha prática
favorece
participação
ou apenas
controle?*

*O planejamento está sendo mais importante do
que as necessidades reais do grupo?*



Considerações finais

O professor também ensina pela forma como dialoga, escuta, acolhe, problematiza e constrói relações durante as práticas corporais.

Mais do que respostas prontas, instiga a curiosidade para se pensar em possibilidades.

Referências

DEL-MASSO, Maria Candida Soares. RECURSO EDUCACIONAL NO ATUAL CENÁRIO ACADÊMICO. In: ALVES, Flávio Soares; DEL-MASSO, Maria Candida Soares. **ENTRE O INTERVIR E O PESQUISAR:** modos de compreensão da realidade escolar mobilizados no âmbito do PROEF - núcleo UNESP, Campus de Rio Claro. Curitiba, PR: Editora CRV, 2026, p. 45-64.

OLIVEIRA, Julia Félix. PRÁTICAS CORPORAIS, AUTONOMIA E CONVIVÊNCIA: possibilidades pedagógicas freirianas no ensino dos esportes de marca nos anos iniciais. Orientadora: Maria Candida Soares Del-Masso. 2026. 192 fls. Dissertação (Mestrado Profissional PROEF Educação Física em Rede Nacional) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista – UNESP, Rio Claro/SP, 2026.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia:** saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 2015.



Produto educacional desenvolvido no Programa de
Mestrado Profissional em Educação Física em Rede
Nacional – PROEF/UNESP.

Autoras

Júlia Félix de Oliveira

Maria Candida Soares Del-Masso

Ano: 2026

Esperamos que este guia contribua para práticas
pedagógicas mais significativas!

Compartilhe este recurso com educadores que buscam
transformar a Educação Física Escolar!