

---

**EDUCAÇÃO FÍSICA**

---

**PEDRO CARVALHO RIBEIRO DE ALMEIDA**

**O Cheerleading e as TIC na Educação Física  
Escolar: propostas para o 3º ciclo do Ensino  
Fundamental a partir da BNCC**



Rio Claro - SP  
2025

PEDRO CARVALHO RIBEIRO DE ALMEIDA

**O Cheerleading e as TIC na Educação Física Escolar: propostas  
para o 3º ciclo do Ensino Fundamental a partir da BNCC**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Instituto de Biociências – Câmpus de Rio Claro, da  
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita  
Filho”, para obtenção do grau de Licenciado em  
Educação Física.

Orientador(a): Prof.<sup>a</sup> Dra. Fernanda Moreto Impolcetto

Coorientador(a): Chiara Juliani Pedro Paulo

Rio Claro - SP  
2025

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A447c | <p>Almeida, Pedro Carvalho Ribeiro de</p> <p>O Cheerleading e as TIC na educação física escolar : propostas para o 3º ciclo do ensino fundamental a partir da BNCC / Pedro Carvalho Ribeiro de Almeida. -- Rio Claro, 2025</p> <p>59 p.</p> <p>Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista (UNESP), Instituto de Biociências, Rio Claro</p> <p>Orientadora: Fernanda Moreto Impolcetto</p> <p>Coorientadora: Chiara Juliani Pedro Paulo</p> <p>1. Educação física (Ensino fundamental). 2. Esportes para crianças. 3. Material Didático. 4. Tecnologias de informação e comunicação. 5. Professores de educação física. I. Título.</p> |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

PEDRO CARVALHO RIBEIRO DE ALMEIDA

O Cheerleading e as TIC na Educação Física Escolar: propostas para o 3º ciclo do Ensino Fundamental a partir da BNCC

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências – Câmpus de Rio Claro, da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

BANCA EXAMINADORA:

Prof.<sup>a</sup> Dra. Fernanda Moreto Impolcetto

Prof. Dr. Carlos José Martins

Prof. Thomás Augusto Parente

Aprovado em: 4 de novembro de 2025

Assinatura do discente

Assinatura do(a) orientador(a)

Assinatura do(a) coorientador(a)  
(se houver)

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço imensamente à minha família, por todo o amor, apoio incondicional e incentivo constantes que foram a base para que eu chegasse até aqui. Aos meus amigos, tanto os que compartilham a paixão e os desafios dentro do universo do cheerleading quanto aqueles fora dele, pela parceria, compreensão e momentos essenciais de suporte e descontração. Expresso minha profunda gratidão à minha orientadora e à minha coorientadora pela orientação dedicada, paciência, disponibilidade e contribuições inestimáveis que nortearam este trabalho. Estendo meus agradecimentos a todos os professores da graduação, pelos valiosos ensinamentos compartilhados, e aos meus colegas de curso, pela jornada conjunta, pelas trocas de conhecimento e pelo apoio mútuo que tornaram esta caminhada mais rica e significativa. E finalmente, queria agradecer profundamente minha namorada, cujo todo apoio foi fundamental nos momentos mais difíceis desse processo.

## RESUMO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), promulgada em abril de 2017, representa um marco essencial na educação brasileira, sendo um documento orientador que delineia as competências e habilidades a serem desenvolvidas ao longo da trajetória escolar dos estudantes. A BNCC delineia seis unidades temáticas destinadas à Educação Física, um dos componentes curriculares, no contexto do Ensino Fundamental. Esse trabalho teve como foco uma modalidade que se encaixa dentro do grupo de esportes técnico-combinatórios: o cheerleading, que tem sido reconhecido como um esporte por meio da criação de órgãos internacionais que promovem e regulamentam sua prática no Brasil e no mundo. Logo, torna-se relevante a oportunidade de produção de material didático para o ensino de cheerleading dentro das escolas, a fim de disponibilizar ao professor de Educação Física esse tipo de recurso. O uso de material didático pode ser muito útil para orientar professores que não tem familiaridade com o tema, o que contribui com o enfrentamento ao receio dos professores de trabalhar com temas mais difíceis e menos comuns. O objetivo deste trabalho é produzir um material didático para o ensino de Cheerleading no 3º Ciclo do Ensino Fundamental de acordo com a BNCC, a fim de ampliar possibilidades de trabalho com os esportes técnico-combinatórios nas aulas de Educação Física. Com o intuito de fundamentar teoricamente este estudo e alcançar seu objetivo, o trabalho de metodologia qualitativa foi elaborar planos de aula baseados no conteúdo de cheerleading, tendo como referência as diretrizes estabelecidas no documento da BNCC. Assim, o processo foi dividido em três etapas distintas: Etapa 1: Análise dos esportes técnico-combinatórios na BNCC e na literatura; Etapa 2: Desenvolvimento de planos de aula de cheerleading, tomando como base as diretrizes da BNCC; Etapa 3: Criação de um site educacional destinado à divulgação do material elaborado. Foram feitos seis planos de aula para introdução ao Cheerleading com o uso de TICs e um site Wix para acesso do material. Embora o objetivo tenha sido cumprido, a falta de validação prática em contexto escolar é uma limitação que sugere futuras pesquisas de implementação. Ainda assim, a pesquisa entrega um suporte relevante, acessível e moderno para auxiliar professores no ensino seguro e engajador do Cheerleading.

**Palavras-chave:** Base Nacional Comum Curricular; Educação Física; Cheerleading; Material didático; Tecnologia de Informação e Comunicação.

## **ABSTRACT**

The National Common Curricular Base (BNCC), enacted in April 2017, represents an essential milestone in Brazilian education, serving as a guiding document that outlines the competencies and skills to be developed throughout students' school trajectory. The BNCC delineates six thematic units for Physical Education, one of the curricular components, within the Ensino Fundamental (Elementary and Middle School) context. This work focused on a modality that fits within the technical-combinatory sports group: cheerleading, which has been recognized as a sport through the creation of international bodies that promote and regulate its practice in Brazil and worldwide. Therefore, the opportunity to produce didactic material for teaching cheerleading in schools becomes relevant, in order to provide Physical Education teachers with this type of resource. The use of didactic material can be very useful for guiding teachers unfamiliar with the subject, which helps overcome teachers' reluctance to work with more difficult or less common topics. The objective of this work is to produce didactic material for teaching Cheerleading in the 3rd Cycle of Ensino Fundamental according to the BNCC, in order to broaden the possibilities for working with technical-combinatory sports in Physical Education classes. To theoretically ground this study and achieve its objective, the qualitative methodology involved elaborating lesson plans based on cheerleading content, referencing the guidelines established in the BNCC document. Thus, the process was divided into three distinct stages: Stage 1: Analysis of technical-combinatory sports in the BNCC and literature; Stage 2: Development of cheerleading lesson plans based on BNCC guidelines; Stage 3: Creation of an educational website for disseminating the developed material. Six lesson plans were created for introducing Cheerleading with the use of ICTs (Information and Communication Technologies), along with a Wix website for accessing the material. Although the objective was met, the lack of practical validation in a school context is a limitation that suggests future implementation research. Nevertheless, the research delivers relevant, accessible, and modern support to assist teachers in the safe and engaging teaching of Cheerleading.

**Keywords:** National Common Core Curriculum; Physical Education; Cheerleading; Didactic material; Information and Communication Technology.

**Title in english:** Cheerleading and ICT in School Physical Education: proposals for the 3rd cycle of elementary school based on the BNCC

## SUMÁRIO

|                                                                                                     |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. INTRODUÇÃO .....</b>                                                                          | <b>4</b>  |
| <b>2. REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>                                                                  | <b>9</b>  |
| <b>2.1 Educação Física e Esportes na BNCC.....</b>                                                  | <b>9</b>  |
| <b>2.2 Esportes Técnico Combinatórios na Educação Física Escolar .....</b>                          | <b>11</b> |
| 2.2.1 Cheerleading como Esporte Técnico Combinatório .....                                          | 13        |
| <b>2.3 TIC na Educação Física Escolar .....</b>                                                     | <b>14</b> |
| <b>3. METODOLOGIA .....</b>                                                                         | <b>19</b> |
| <b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>                                                              | <b>21</b> |
| <b>4.1 Análise da unidade de Esportes na BNCC e do Cheerleading para o Ensino Fundamental .....</b> | <b>21</b> |
| <b>4.2. Unidade Temática.....</b>                                                                   | <b>22</b> |
| 4.2.1. Material didático de Cheerleading .....                                                      | 22        |
| 4.2.2. Site Educacional de Cheerleading .....                                                       | 48        |
| <b>4.3. Discussão .....</b>                                                                         | <b>50</b> |
| <b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>                                                                | <b>54</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>                                                                             | <b>56</b> |



## 1. INTRODUÇÃO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), promulgada em abril de 2017, representa um marco essencial na educação brasileira, sendo um documento orientador que delinea as competências e habilidades a serem desenvolvidas ao longo da trajetória escolar dos estudantes. Segundo a BNCC (Brasil, 2018), seu propósito central é direcionar a educação de modo a funcionar como instrumento para a formação do indivíduo, visando à construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva no país. Este documento é fundamental para garantir a equidade no ensino para a Educação Básica, ao estabelecer um conjunto de aprendizagens essenciais que todos os estudantes brasileiros têm o direito de acessar. Ao definir as competências e habilidades necessárias em cada etapa da escolarização, a BNCC fornece uma base comum de conhecimentos e valores, a fim de promover a qualidade da educação e a formação integral dos cidadãos brasileiros (Brasil, 2018).

A BNCC abrange uma diversidade de conteúdos organizados em componentes disciplinares para as Etapas: Educação Infantil, Fundamental e Médio. Disciplinas como Língua Portuguesa, Matemática, Ciências, História, Geografia, entre outras, são categorizadas como componentes curriculares para orientar o ensino ao longo da educação básica, conforme os objetivos estabelecidos pelo Plano Nacional de Educação. Esse documento, alinhado com as diretrizes da BNCC, oferece um referencial claro e organizado para os professores, das instituições escolares, planejarem suas aulas de forma mais eficaz, garantindo uma educação equalitária, justa, alinhada às necessidades e desafios contemporâneos (Brasil, 2018).

Dentro da Base, a Educação Física é concebida como um componente curricular, responsável por explorar as práticas corporais em suas múltiplas formas de codificação e significação social. Conforme delineado pela BNCC (Brasil, 2018), a Educação Física compreende as manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, resultantes da riqueza e diversidade cultural da humanidade. Nesse contexto, o conceito de cultura corporal de movimento é central, destacando que o movimento humano é intrinsecamente ligado à cultura e vai além de meros deslocamentos espaço-temporais de segmentos corporais. Assim, a BNCC (Brasil, 2018) reconhece a importância da Educação Física não apenas como uma disciplina voltada para a prática esportiva, mas como um campo de conhecimento que valoriza e explora as diversas manifestações culturais relacionadas ao movimento humano.

Além disso, a BNCC propõe que a Educação Física seja abordada de maneira ampla e integrada, incorporando não apenas os aspectos físicos, mas também os sociais, culturais e históricos das práticas corporais. Ao reconhecer que o movimento humano é parte intrínseca da cultura e patrimônio cultural da humanidade, a BNCC incentiva uma abordagem interdisciplinar e contextualizada, onde os estudantes possam compreender e valorizar a diversidade de expressões corporais ao longo da história e em diferentes contextos sociais. Assim, a Educação Física na BNCC não se restringe apenas ao desenvolvimento de habilidades motoras, mas visa a promoção da formação integral dos estudantes, contribuindo para sua compreensão crítica do mundo e sua inserção social consciente e participativa (Brasil, 2018).

Entretanto, é coerente afirmar que há uma ampla diversidade de conteúdos a serem abordados por esse componente no ambiente escolar, uma vez que as práticas da cultura corporal englobam uma vasta pluralidade de assuntos, temas e dimensões. Tendo isso em mente, obstáculos são expostos dentro desse cenário, como por exemplo a ausência de uma tradição consolidada na organização dos conteúdos nesse campo, bem como as incertezas sobre quais aspectos priorizar, que metodologia adotar e de que forma conduzir o ensino (Henrique, 2017).

Com o intuito de fornecer suporte à estruturação curricular, a BNCC delinea seis unidades temáticas destinadas à Educação Física no contexto do Ensino Fundamental. Essas unidades abarcam uma variedade de elementos significativos para o desenvolvimento motor, cognitivo e social dos estudantes. São elas: Brincadeiras e jogos, Dança, Esportes, Ginásticas, Lutas e Práticas corporais de aventura (Brasil, 2018).

Dentro da Educação Física, conforme descrita pela BNCC (Brasil, 2018), o propósito da unidade temática “Esportes” é englobar tanto as práticas esportivas formais quanto as suas derivações adaptadas, organizando-as por meio de um modelo de classificação baseado na lógica interna (cooperação, interação com adversário, desempenho motor, objetivos táticos). Essa estruturação visa privilegiar as ações motoras intrínsecas, agrupando esportes com exigências motrizes similares, focando, assim, na definição do escopo e na lógica organizacional do conteúdo, mais do que em um resultado de aprendizagem primário para o estudante. Além disso, os esportes proporcionam oportunidades para o desenvolvimento do trabalho em equipe, liderança, tomada de decisão e resolução de problemas, contribuindo para a formação integral dos estudantes.

De acordo com o documento, através dos esportes é proposto o desenvolvimento de conhecimento e habilidades específicas como a capacidade de experimentar e fruir uma diversidade de modalidades esportivas (sejam elas de marca, precisão, invasão ou técnico-combinatórias), aprendendo a valorizar tanto o esforço e a colaboração no trabalho coletivo quanto a iniciativa e a responsabilidade individuais (protagonismo). Isso inclui também a habilidade de praticar efetivamente um ou mais desses esportes disponíveis no ambiente escolar, demonstrando o uso consciente de habilidades técnico-táticas básicas e o respeito às regras. Adicionalmente, busca-se desenvolver o pensamento estratégico para planejar e aplicar soluções diante de desafios técnicos e táticos, a capacidade analítica para compreender as transformações históricas e sociais dos esportes em seus diferentes contextos (profissional e lazer), e a criatividade para propor e produzir adaptações ou alternativas que permitam a experimentação esportiva mesmo com recursos limitados ou não convencionais (Brasil, 2018).

Especificamente nos 6º e 7º anos do Ensino Fundamental, os esportes técnico-combinatórios incluem uma gama de modalidades que envolvem a avaliação do desempenho, considerando a dimensão estética e acrobática do movimento, seguindo padrões ou critérios específicos (Brasil, 2018), como exemplificado na ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica acrobática, Skate, Surfe, Nado Sincronizado, Saltos Ornamentais.

Esse trabalho terá como foco uma modalidade ainda pouco divulgada no cenário escolar, e que se encaixa dentro do grupo de esportes técnico-combinatórios: o *cheerleading*.

O *cheerleading* teve origem nos Estados Unidos no final do século XIX e, desde então, tem crescido e se expandindo globalmente. No Brasil, seu crescimento tem sido observado desde 2007, com o surgimento contínuo de ginásios e equipes, além do desenvolvimento de um mercado interno para atender às demandas desse público. Inicialmente dominado por homens, o *cheerleading* passou por transformações significativas ao longo do tempo, deixando de ser apenas uma atividade para animar jogos de outras modalidades esportivas, ele passou a ser reconhecido como um esporte por meio da criação de diversos órgãos internacionais que promovem e regulamentam sua prática em todo o mundo. Desde sua introdução no país há aproximadamente uma década e meia, hoje já se estabeleceu um mercado interno e uma produção diversificada de conteúdo para esse público específico (CUNHA, 2019).

Em virtude disso, como também testemunhado e vivenciado pelo autor deste trabalho, tem se tornado cada vez mais perceptível e maior a emergência deste esporte dentro das escolas brasileiras, especialmente na etapa do Ensino Médio. Logo, torna-se relevante e atraente a oportunidade de produção de material didático para o ensino de cheerleading dentro das escolas, a fim de disponibilizar ao professor de Educação Física esse tipo de recurso, que foge do mais comumente trazido às suas aulas e se destaca por ser uma prática diferenciada, como também possibilitar aos alunos o contato com uma modalidade que parece ser de uma realidade muito distante e distinta da deles como alunos brasileiros.

Como descrito por Henrique (2017), o uso de material didático pode ser muito útil para orientar professores que não tem familiaridade com o tema, o que contribui com o enfrentamento ao medo dos professores de trabalhar com temas mais difíceis e menos comuns.

O material didático desempenha um papel significativo no apoio ao trabalho do professor, funcionando como um recurso fundamental para a abordagem de temas em sala de aula. Por meio dele, é possível explorar diversas estratégias pedagógicas, além de incluir recursos visuais, audiovisuais e textuais que enriqueçam a compreensão do conteúdo por parte dos alunos (Ferreira, 2011).

Bandeira (2009) oferece uma definição abrangente de material didático, incluindo uma variedade de produtos pedagógicos, como brinquedos e jogos educativos, bem como materiais institucionais com propósitos educacionais, como livros didáticos e recursos impressos para o Ensino a Distância. Esses recursos são utilizados na área da educação para fornecer suporte tanto em formato impresso quanto audiovisual. A autora ressalta que a seleção do material didático a ser empregado depende de diversos fatores, como a duração da aula, o público-alvo e a proposta pedagógica, e destaca a possibilidade de combinar e promover interação entre diferentes tipos de materiais.

De acordo com Darido *et al.* (2010), os recursos pedagógicos são ferramentas que fornecem ao professor orientações e diretrizes para guiar suas decisões, tanto durante a condução direta do processo de ensino e aprendizagem quanto no planejamento e na avaliação. Eles atuam como um suporte ao professor e têm a capacidade de serem ajustados às particularidades do contexto educacional em que estão sendo utilizados.

Netto (2001) destaca a relevância de aprimorar os materiais didáticos por meio da incorporação de recursos tecnológicos na educação, reconhecendo a necessidade de que o ensino acompanhe as mudanças na sociedade, incluindo novas linguagens, esquemas de trabalho e concepções. Nesse sentido, uma alternativa viável para apoiar os professores é a utilização das ferramentas de Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC).

Atualmente, há uma crescente integração da sociedade com o uso de tecnologias, o que tem impulsionado a adoção frequente das TIC como aliadas na busca por novas abordagens e alternativas no contexto pedagógico. O emprego dessas ferramentas pode ser particularmente útil como um recurso complementar para as aulas de Educação Física, alinhando-se aos princípios da BNCC, conforme destacado por Henrique (2017). Exemplos de TIC incluem a utilização de jogos digitais, vídeos disponíveis em plataformas de *streaming*, aplicativos e sites para videoconferências, emprego de projetores, smartphones, televisores e computadores (Paulo, 2022).

Em sua pesquisa, Bandeira (2009) observa que a utilização e integração de diversos recursos de TIC na elaboração de processos educacionais ampliam a disponibilidade de materiais didático-pedagógicos, adaptados de forma específica para atender às necessidades de diferentes grupos de alunos. Esse enfoque se revela como uma valiosa ferramenta para professores que buscam enriquecer suas práticas educacionais.

Portanto, o objetivo desse estudo é produzir um material didático para o ensino de Cheerleading no 3º Ciclo do Ensino Fundamental de acordo com a BNCC, a fim de ampliar possibilidades de trabalho com os esportes técnico-combinatórios nas aulas de Educação Física.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Educação Física e Esportes na BNCC

O documento da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) define as aprendizagens essenciais que devem ser desenvolvidas na Educação Básica no Brasil, com o objetivo principal de promover a igualdade entre os alunos e transformar o cenário educacional que atualmente favorece algumas classes e marginaliza outras (Henrique, 2017). Essas aprendizagens estão organizadas em três etapas: Educação Infantil, Ensino Fundamental (dividido em quatro ciclos) e Ensino Médio (Brasil, 2018).

A segunda etapa, o Ensino Fundamental, é estruturada em quatro ciclos: o primeiro ciclo abrange o 1º e 2º anos; o segundo ciclo inclui o 3º, 4º e 5º anos; o terceiro ciclo compreende o 6º e 7º anos; e o quarto ciclo engloba o 8º e 9º anos. Além disso, o Ensino Fundamental é dividido em quatro áreas de conhecimento: Linguagens, Matemática, Ciências da Natureza e Ciências Humanas. Cada uma dessas áreas possui competências específicas que devem ser desenvolvidas ao longo dos nove anos de escolaridade, conhecidas como componentes curriculares (Brasil, 2018).

A Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018) define a Educação Física como um componente curricular essencial dentro da área de Linguagens. O documento parte do princípio de que a comunicação humana se manifesta por meio de diversas formas, classificando-as em “verbal (oral ou visual-motora, como Libras, e escrita), corporal, visual, sonora e, contemporaneamente, digital” (BNCC/Brasil, 2018, p.63). Conforme a BNCC (Brasil, 2018) explicita, é ao internalizar e utilizar essas linguagens que os indivíduos se integram à sociedade e se estabelecem como sujeitos ativos nela.

Nesse contexto, a Educação Física, ao integrar a área de Linguagens, tem como um de seus propósitos fundamentais, conforme consta na BNCC (Brasil, 2018, p.63), possibilitar aos estudantes participar de práticas de linguagem diversificadas, que lhes permitam ampliar suas capacidades expressivas em manifestações artísticas, corporais e linguísticas, como também seus conhecimentos sobre essas linguagens.

Ademais, o componente de Educação Física assume a responsabilidade pelas diversas manifestações das práticas corporais. Estas são concebidas, na ótica da BNCC, como maneiras pelas quais os sujeitos expressam-se, sendo construídas ao

longo da história e reconhecidas como parte do patrimônio cultural da humanidade. Em outras palavras, a Educação Física se dedica aos conteúdos da cultura corporal de movimento. A BNCC (Brasil, 2018, p. 214) sublinha a relevância da experiência dessas práticas para a formação integral dos estudantes, pois representa uma forma de conhecimento “muito particular e insubstituível”, devendo, portanto, ter significado para eles. Ainda segundo a BNCC (Brasil, 2018, p. 214), as variadas formas de expressão da cultura corporal de movimento carregam consigo múltiplos sentidos e significados, originados de distintos grupos sociais. O documento as considera como “textos culturais passíveis de leitura e produção”.

Com o objetivo de fomentar o desenvolvimento das aprendizagens cruciais ligadas à cultura corporal de movimento, a organização curricular da Educação Física no Ensino Fundamental é estruturada em seis unidades temáticas. Cada uma dessas unidades abrange seus respectivos objetos de conhecimentos – apresentados como “conteúdos, conceitos e processos” – e se conecta com as habilidades esperadas para essa etapa da educação básica (BNCC/Brasil, 2018, p. 28).

Nesse trabalho, uma das unidades temáticas será analisada, Esportes. Essa unidade temática, segundo o documento:

(..) reúne tanto as manifestações mais formais dessa prática quanto as derivadas. O esporte como uma das práticas mais conhecidas da contemporaneidade, por sua grande presença nos meios de comunicação, caracteriza-se por ser orientado pela comparação de um determinado desempenho entre indivíduos ou grupos (adversários), regido por um conjunto de regras formais, institucionalizadas por organizações (associações, federações e confederações esportivas), as quais definem as normas de disputa e promovem o desenvolvimento das modalidades em todos os níveis de competição. No entanto, essas características não possuem um único sentido ou somente um significado entre aqueles que o praticam, especialmente quando o esporte é realizado no contexto do lazer, da educação e da saúde. Como toda prática social, o esporte é passível de recriação por quem se envolve com ele (BNCC/Brasil, 2018, p. 173).

Os objetos de conhecimento correspondentes a cada ciclo, nessa unidade temática são: Esporte de Marca e Esportes de Precisão – 1º ciclo; Esportes de campo e taco, Esportes de rede/parede e Esportes de invasão – 2º ciclo; Esportes de marca Esportes de precisão, Esportes de invasão e Esportes técnico-combinatórios – 3º Ciclo; Esportes de rede/parede, Esportes de campo e taco; Esportes de invasão e Esportes

de combate – 4º Ciclo. Este trabalho focará exclusivamente no objeto de conhecimento “Esportes Técnico Combinatórios”.

De acordo com a Base Nacional Comum Curricular:

(..) reúne modalidades nas quais o resultado da ação motora comparado é a qualidade do movimento segundo padrões técnico-combinatórios (ginástica artística, ginástica rítmica, nado sincronizado, patinação artística, saltos ornamentais etc.) (BNCC/Brasil, 2018, p. 174).

No âmbito dos esportes técnico-combinatórios, as habilidades da BNCC (Brasil, 2018) para o Ensino Fundamental (6º e 7º anos) enfatizam, primeiramente, a importância da experimentação e da fruição dessas modalidades. A habilidade (EF67EF03) destaca a necessidade de os estudantes vivenciarem diferentes esportes dentro dessa categoria, valorizando tanto o trabalho em equipe quanto o protagonismo individual. Complementarmente, a habilidade (EF67EF04) direciona para a prática de um ou mais esportes técnico-combinatórios oferecidos pela escola, com foco no desenvolvimento de habilidades técnico-táticas elementares e na compreensão e respeito às regras estabelecidas para cada modalidade.

Em outro plano, as habilidades também abordam a dimensão estratégica e cognitiva dos esportes técnico-combinatórios. A habilidade (EF67EF05) ressalta a capacidade de planejar e aplicar estratégias eficazes para superar os desafios técnicos e táticos inerentes a essas práticas esportivas. Isso implica que os alunos devem ser capazes de analisar as situações de jogo, identificar problemas e propor soluções tanto nos esportes técnico-combinatórios quanto em outras modalidades que escolham praticar de forma mais aprofundada, desenvolvendo assim o raciocínio tático e a tomada de decisão.

## **2.2 Esportes Técnico Combinatórios na Educação Física Escolar**

Em sua análise sobre os esportes técnico-combinatórios, Corá (2024) inicia destacando a singularidade dessas modalidades dentro do panorama esportivo. Segundo a autora, e em consonância com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), esses esportes possuem uma lógica interna específica, caracterizada pela avaliação da qualidade da execução dos movimentos segundo critérios técnicos e



combinatórios predefinidos. Corá (2024) exemplifica essa categoria com a ginástica artística, a ginástica rítmica, o nado sincronizado, a patinação artística e os saltos ornamentais. Contudo, a autora observa uma realidade preocupante no contexto educacional brasileiro, afirmando que "não são modalidades que se configuram entre as mais populares do país e costumam passar praticamente despercebidas na educação básica" (Corá, 2024).

A pesquisa conduzida por Corá (2024) aponta para a escassez de informações e a dificuldade de acesso como fatores cruciais para a invisibilidade dos esportes técnico-combinatórios no currículo escolar. A autora argumenta que, embora as diretrizes curriculares demonstrem uma tendência de expansão para abranger uma maior diversidade de práticas corporais, essas modalidades ainda enfrentam obstáculos consideráveis para sua efetiva implementação nas aulas de Educação Física. Nesse sentido, a autora salienta que "a tendência tradicional da educação física escolar em focar no desenvolvimento de gestos técnicos possa contribuir para isso, já que esses esportes partem de habilidades pouco tradicionais". Essa abordagem pedagógica mais convencional pode, inadvertidamente, restringir a introdução de práticas corporais mais complexas e menos comuns.

Entretanto, Corá (2024) defende enfaticamente a inclusão dos esportes técnico-combinatórios no ambiente de ensino, argumentando que tal iniciativa pode enriquecer significativamente a experiência dos alunos. A autora propõe que essa vivência diferenciada vai além das práticas esportivas mais tradicionais, oferecendo aos estudantes uma oportunidade de explorar novas formas de movimento e expressão corporal. De acordo com a autora, essa abordagem busca não apenas diversificar o repertório motor dos alunos, mas também proporcionar-lhes uma compreensão mais abrangente e multifacetada da cultura do movimento em suas diversas manifestações. A análise da autora revela que, apesar do potencial educativo e da riqueza cultural dos esportes técnico-combinatórios, a sua presença no contexto escolar brasileiro ainda é limitada. A autora conclui que "a oferta de modalidades esportivas diferenciadas é exceção no contexto escolar, deixando lacunas do ponto de vista do que está previsto para a educação básica" (Corá, 2024). Essa constatação evidencia a necessidade de repensar as práticas pedagógicas e de buscar estratégias que possibilitem uma maior inserção dessas modalidades no currículo da Educação Física.

### 2.2.1 Cheerleading como Esporte Técnico Combinatório

Em sua análise sobre a classificação do cheerleading, Cunha (2019) argumenta que essa modalidade esportiva se enquadra na categoria de esportes técnico-combinatórios devido à sua intrincada estrutura. Segundo o autor, o cheerleading integra uma vasta gama de habilidades físicas, coreográficas e artísticas que demandam uma execução sincronizada e precisa por toda a equipe. Cunha (2019) ressalta que essa complexidade multifacetada é um dos pilares que justificam tal classificação, elevando o cheerleading ao patamar de um esporte que exige tanto técnica apurada quanto combinação estratégica de movimentos.

Para fundamentar sua classificação, Cunha (2019) detalha a diversidade de habilidades essenciais no cheerleading. O autor aponta que a prática envolve a execução de elevações (stunts), lançamentos (tosses), pirâmides (pyramids), saltos (jumps) e sequências de dança (dance), cada uma dessas habilidades requerendo um controle corporal refinado e uma coordenação impecável entre todos os membros da equipe. Cunha (2019) enfatiza que essa variedade de elementos demonstra a sofisticação técnica inerente ao cheerleading e a necessidade de um domínio corporal abrangente por parte dos atletas.

Ademais, Cunha (2019) destaca a interação singular entre os diversos elementos que compõem uma rotina de cheerleading. O autor observa que as performances combinam aspectos de diferentes práticas corporais e esportivas, estabelecendo uma analogia com a ginástica artística. Essa fusão de habilidades distintas exige um alto nível de destreza e a capacidade de integrar técnicas provenientes de diferentes disciplinas, o que, na visão de Cunha (2019), é uma característica definidora de um esporte técnico combinatório. Além disso, Cunha (2019) menciona que a estrutura de avaliação em competições, onde os juízes analisam as equipes com base em critérios técnicos como a correção na execução, a originalidade das coreografias e a apresentação geral, reforça a importância da precisão técnica e da combinação eficaz dos movimentos.

Cunha (2019) aborda a dimensão estética e expressiva do cheerleading, salientando que cada equipe imprime sua própria identidade artística e estilo nas apresentações. O autor argumenta que a performance, as manifestações de entusiasmo e a capacidade de transmitir emoção são aspectos cruciais que contribuem para a complexidade do cheerleading, indo além da mera execução

técnica. Em suma, Cunha (2019) conclui que a combinação dessas características não apenas consolida o cheerleading como um esporte técnico combinatório, mas também enfatiza sua crescente relevância no cenário das práticas esportivas contemporâneas, integrando habilidade atlética, expressão artística e trabalho em equipe.

### **2.3 TIC na Educação Física Escolar**

As Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) permeiam diversos setores da sociedade contemporânea, marcando presença em contextos empresariais, de entretenimento, profissional, publicitário e educacional (Henrique, 2017). Essa área em constante expansão oferece uma vasta gama de recursos e instrumentos.

No contexto educacional, as TIC podem ser compreendidas como ferramentas pedagógicas e abordagens metodológicas aplicadas em sala de aula, visando simplificar e dar suporte ao trabalho docente (Henrique, 2017). Essa perspectiva alinha-se à ideia de que a educação deve evoluir com as novas formas de comunicação globais, utilizando e maximizando os benefícios oferecidos por essas tecnologias (Netto, 2001). Adicionalmente ao seu papel como auxílio nas aulas de Educação Física, conforme aponta Henrique (2017), a comunidade acadêmica tem incorporado as TIC como instrumentos metodológicos, ou recursos, para a instrução de diversas manifestações da cultura corporal de movimento.

Diversos trabalhos ilustram a relação entre as TIC e temas específicos do componente curricular, como evidenciado por: Henrique (2017), que explorou a conexão entre um site educacional e a ginástica; Lucca (2019), que investigou o uso de celulares, tablets, redes sociais e plataformas da internet no ensino do handebol; Corveloni (2018), que analisou a aplicação de um site educacional no contexto do basquetebol; Sartori (2017), que focou na utilização de um site educacional para o ensino do voleibol; Parente (2020), que examinou o emprego da plataforma Youtube e de ferramentas de edição de vídeo no ensino do voleibol; e Nardon (2017), que investigou o uso do aplicativo Facebook e de jogos e brincadeiras.

A adoção das TIC no ensino representa uma possível superação das metodologias tradicionais que se limitam ao uso de papel e caneta, além de configurar uma estratégia para estabelecer conexões mais significativas com os alunos da era digital (Diniz, 2017). A pesquisadora também enfatiza que a implementação eficaz dos

recursos de TIC transcende a atuação individual do professor, dependendo de um “planejamento institucional e políticas públicas” que assegurem a disponibilidade dos recursos tecnológicos nas escolas. Em suma, a pesquisadora conclui que as TIC possuem o potencial de reformular as aulas ao integrar ferramentas presentes no cotidiano dos alunos com os instrumentos de aprendizagem escolar. A autora considera o estudo inovador e relevante, pois, apesar dos desafios na elaboração do material didático, os objetivos da pesquisa foram alcançados, proporcionando experiências positivas em sala de aula e a compreensão do valor dessas ferramentas e alternativas para as aulas de Educação Física. Por fim, Diniz (2017) ressalta que um bom professor sempre será insubstituível, mesmo diante dos resultados positivos obtidos com o uso dos recursos e do material didático.

A dissertação de mestrado de Germano (2015) teve como objetivo principal “investigar as possibilidades pedagógicas dos usos dos celulares nas aulas de Educação Física, no conteúdo de dança proposto pelo currículo do Estado de São Paulo, mais especificamente, o Hip Hop e Street dance, contemplados no nono ano do Ensino Fundamental” (p. 6). O celular foi a TIC utilizada nas aulas, sendo considerado pelo autor como uma ferramenta multifacetada para o ambiente de ensino. Os resultados do estudo indicaram que o celular, enquanto ferramenta, simplificou a realização e o progresso das atividades propostas, dada a sua versatilidade e facilidade de manuseio, o que permitiu diversas propostas de exploração que se ajustam ao objetivo e à intenção pedagógica.

Apesar dos benefícios dessa ferramenta no contexto educacional, seu uso ainda é visto com reservas, pois existe uma tendência a associar o celular a efeitos prejudiciais na escola. Diante disso, o autor apontou para a necessidade de um diálogo entre educadores e alunos para discernir quando o recurso contribui para o ambiente de aprendizado e quando não o faz. Adicionalmente, o pesquisador salienta a importância de investir na formação dos professores, pois melhores condições de trabalho podem incentivar a incorporação de novas práticas pedagógicas, aliadas a ferramentas tecnológicas, em suas aulas. Apesar dos obstáculos, a conclusão geral do trabalho com os celulares nas aulas do componente curricular foi avaliada positivamente pelo apoio que proporcionou. Dessa forma, Germano (2015) diz que o celular apresenta potencial para ser utilizado como ferramenta de suporte pedagógico nas aulas de Educação Física, promovendo um ensino mais alinhado com a sociedade atual e, consequentemente, mais “participativo, criativo e crítico”.

O trabalho de Farias e Impolcetto (2021) teve como meta “elaborar, implementar e avaliar unidades didáticas de atletismo e dança no 6º ano do ensino fundamental, por meio das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) em uma escola pública” (p. 2). Para isso, foram utilizadas diversas ferramentas, como videogames e vídeos para ambas as unidades temáticas, além de redes sociais para a unidade de dança. Ao analisar os dados coletados durante a pesquisa, os autores constataram a relevância de diversificar as metodologias empregadas com conteúdo teórico e prático nas aulas, visando envolver os alunos, bem como a importância de utilizar diferentes métodos de avaliação.

Adicionalmente, observaram que os docentes percebem as TIC como aliadas no processo de ensino, embora haja uma certa apreensão em relação ao seu uso, receio este que precisa ser superado. Em suma, os autores concluíram que o estudo contribuiu para o aprimoramento das aulas do 6º ano no que concerne aos métodos de ensino e ao uso das TIC, e que a utilização dessas ferramentas não deve se restringir a uma abordagem tradicional, sendo fundamental que professor e aluno as empreguem de forma a construir o conhecimento em conjunto (Farias; Impolcetto, 2021).

Em seu estudo, Wolkmer (2018) explorou o potencial de diversas TIC para discutir o potencial das tecnologias de informação e comunicação na prática de ensino do conteúdo de dança na escola. Além da utilização da plataforma Youtube para acesso a diferentes canais, o autor empregou ferramentas como computadores, smartphones, caixas de som e aplicativos, chegando à conclusão de que os recursos tecnológicos são valiosos e devem ser bem aproveitados.

Em sua pesquisa, Wolkmer (2018) apontou que as TIC são instrumentos capazes de impulsionar o processo de ensino-aprendizagem na dança e em outras unidades temáticas da Educação Física. Ele também observou que o uso desses recursos aproxima os estudantes do conteúdo, conectando ferramentas do seu cotidiano ao espaço de construção do conhecimento escolar, construção essa que possui o potencial de ocorrer de maneira colaborativa. Wolkmer (2018) finaliza seu trabalho expressando a opinião de que estudos que relacionam o uso de TIC e o ensino da dança na escola são fundamentais para, possivelmente, identificar “uma proposta pedagógica adequada e pertinente a realidade dos estudantes”, resgatando a importância cultural da dança e o potencial das tecnologias na área da educação.

Vargas *et al.* (2018) conduziram um estudo que explorou a aplicação do modelo "SPORT EDUCATION" no ensino de esportes de invasão, com uma ênfase significativa na integração de TIC. Segundo os autores, o objetivo principal era reestruturar e aprimorar a metodologia de ensino de esportes nas aulas de Educação Física, buscando um maior envolvimento dos alunos. Nesse contexto, as TIC desempenharam um papel crucial como ferramentas para enriquecer a experiência pedagógica e promover uma aprendizagem mais ativa e reflexiva. No estudo, a principal forma de utilização das TIC foi a gravação em vídeo das partidas realizadas durante um campeonato interno, componente central do modelo "SPORT EDUCATION".

Esses vídeos serviram como recurso metodológico para a análise posterior das performances dos alunos. Conforme os autores destacam, essa prática permitiu que os estudantes refletissem sobre suas ações em jogo, identificando pontos fortes e áreas que necessitavam de melhoria tática e técnica. Essa abordagem, que combina a estrutura do "SPORT EDUCATION" com as capacidades de análise visual proporcionadas pela TIC, demonstrou ser eficaz na promoção de uma compreensão mais profunda dos aspectos estratégicos do jogo, indo além da simples execução motora. Vargas *et al.* (2018) ressaltam que a incorporação das TIC, exemplificada pelo uso de vídeos para análise, mostrou-se uma ferramenta valiosa para complementar o modelo "SPORT EDUCATION".

Essa integração não apenas contribuiu para o aprendizado técnico e tático, mas também para o desenvolvimento da capacidade crítica e reflexiva dos alunos sobre sua prática esportiva. Os autores sugerem que a utilização estratégica de TIC em modelos de ensino ativos como o "SPORT EDUCATION" representa um avanço importante na modernização do ensino da Educação Física, tornando-o mais dinâmico, engajador e alinhado com as demandas educacionais contemporâneas.

No estudo de Santos (2022), as TICs são apresentadas como ferramentas indispensáveis para a adaptação e o desenvolvimento das aulas de Educação Física durante o período da pandemia da COVID-19. A autora enfatiza que, diante do cenário de ensino remoto, o uso das TICs se tornou fundamental para garantir a continuidade das atividades pedagógicas, especialmente em uma disciplina que tradicionalmente depende de práticas físicas presenciais. Dessa forma, as TICs possibilitaram uma transição para o ensino a distância, mantendo o vínculo dos alunos com o conteúdo da Educação Física. Santos (2022) aponta diversas formas positivas pelas quais as

TICs foram integradas ao processo de ensino-aprendizagem. Professores exploraram uma variedade de plataformas e recursos tecnológicos, como aplicativos, redes sociais, vídeos e blogs, com o objetivo de promover a aprendizagem, a interação e o engajamento dos alunos no ambiente virtual. A pesquisa observou que muitos docentes passaram a utilizar recursos visuais e audiovisuais, como vídeos e jogos eletrônicos, para ilustrar conceitos e atividades físicas, tornando as aulas mais dinâmicas e atraentes para os estudantes.

Essa exploração de diferentes mídias demonstrou o potencial das TIC para enriquecer o conteúdo e a apresentação das aulas de Educação Física no contexto remoto. Em suma, a pesquisa de Santos (2022) destaca que as TIC emergiram como um elemento central e positivo na adaptação das aulas de Educação Física durante a pandemia. Apesar dos desafios existentes, a autora demonstra que essas tecnologias ofereceram oportunidades significativas para a manutenção do ensino e para a exploração de novas abordagens pedagógicas. A experiência vivida durante o período de ensino remoto evidenciou o potencial das TIC para potencializar a aprendizagem na Educação Física e sinaliza a importância de considerar a sua integração contínua nas práticas pedagógicas futuras.

### 3. MÉTODO

Neste estudo, optou-se por empregar os fundamentos da abordagem qualitativa de pesquisa. Conforme descrito por Lüdke (1986), nessa modalidade, o ambiente natural é a principal fonte de dados, e o pesquisador atua como o principal instrumento, exigindo um engajamento direto e prolongado com a questão investigada.

Com o intuito de fundamentar teoricamente este estudo e alcançar seus objetivos, o trabalho concentrou-se na elaboração de planos de aula baseados no conteúdo de *cheerleading*, tendo como referência as diretrizes estabelecidas no documento da BNCC. Assim, o processo foi dividido em três etapas distintas:

- Etapa 1: Análise dos esportes técnico-combinatórios na BNCC e na literatura;
- Etapa 2: Desenvolvimento de planos de aula de *cheerleading*, tomando como base a BNCC;
- Etapa 3: Criação de um site educacional destinado à divulgação do material elaborado.

A primeira etapa consiste em uma análise da BNCC, considerando a área de Linguagens, de Educação Física e a unidade temática de Esportes, limitando-se somente aos 6º e 7º anos do Ensino Fundamental, como também em uma revisão de artigos disponíveis na literatura que abordam esse conteúdo.

Essa análise e revisão na literatura têm como objetivo identificar e estudar os objetos de estudos e as habilidades na BNCC, as quais são as metas a serem alcançadas através da prática corporal nesses anos escolares determinados acima, com o intuito de compreender a sistematização desse conteúdo e também contribuir na elaboração do material didático online em formato de website.

A segunda etapa foi fundamentada nas informações obtidas na etapa anterior e consistiu na elaboração do material didático que tem como objetivo o ensino do esporte *cheerleading*, através do objeto de conhecimento de esportes técnico-combinatórios e contemplando as habilidades previstas na BNCC. Mira-se em possibilitar aos professores uma opção diferente de conteúdo dentro da unidade temática de esportes.

O material didático que foi elaborado foi constituído de 6 planos de aula para *cheerleading*, os quais foram disponibilizados gratuitamente para professores em um endereço online, criado na etapa seguinte. As TIC estarão presentes em vídeos de



cheerleading encontrados no Youtube e um site da plataforma Wix. Os vídeos de cheerleading funcionarão como recurso metodológico para os planos de aula que irão compor o material didático, e o site, será o recurso de divulgação do material, possibilitando o acesso de professores interessados.

Por fim na 3ª etapa, foi feito um *website* através da plataforma Wix, uma popular plataforma de desenvolvimento web baseada na nuvem que permite a indivíduos e empresas criar sites visualmente atraentes e funcionais sem a necessidade de conhecimentos avançados de codificação. Utilizando um editor intuitivo de arrastar e soltar e uma vasta biblioteca de *templates* personalizáveis, os utilizadores podem construir diversos tipos de páginas, desde portfólios e blogs a lojas online completas. A plataforma oferece uma solução completa, incluindo hospedagem web, ferramentas de SEO, um mercado de aplicativos para adicionar funcionalidades extra e opções para conectar um domínio personalizado, tornando-se uma opção acessível para estabelecer uma presença online. O website pode ser acessado através do hyperlink <https://pedrocarvalho2292.wixsite.com/cheerleading-escolar>.

## **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **4.1 Análise da unidade de Esportes na BNCC e do Cheerleading para o Ensino Fundamental**

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) apresenta um conjunto de orientações para auxiliar os professores no planejamento de suas aulas. Este documento organiza as aprendizagens fundamentais da Educação Básica brasileira em diferentes níveis, como etapas, ciclos, áreas do conhecimento, componentes curriculares, unidades temáticas e objetos de conhecimento.

Dessa forma, a BNCC especifica o conteúdo a ser ensinado aos estudantes e o momento adequado para sua abordagem. O propósito deste trabalho é desenvolver um material didático composto por seis planos de aula, todos elaborados com base na BNCC, que é o documento oficial que norteia a educação no país. Nesse sentido, este material segue as diretrizes estabelecidas pela BNCC para o 3º ciclo do Ensino Fundamental, na área de Linguagens, no componente curricular de Educação Física, na unidade temática de Esportes no objeto de conhecimento Esportes Técnico Combinatórios, exclusivamente o Cheerleading.

Esse objeto de conhecimento contempla seis habilidades, de acordo com a BNCC:

- (EF67EF03) Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo.
- (EF67EF04) Praticar um ou mais esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios oferecidos pela escola, usando habilidades técnico-táticas básicas e respeitando regras.
- (EF67EF05) Planejar e utilizar estratégias para solucionar os desafios técnicos e táticos, tanto nos esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios como nas modalidades esportivas escolhidas para praticar de forma específica.
- (EF67EF06) Analisar as transformações na organização e na prática dos esportes em suas diferentes manifestações (profissional e comunitário/lazer).

- (EF67EF07) Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das demais práticas corporais tematizadas na escola.

Os seis planos de aula focam em uma ou mais dessas habilidades. Esse material poderá ser utilizado de acordo com o número de aulas disponíveis para o professor. De acordo com a literatura estudada sobre o cheerleading (Cunha, 2019), percebemos que o esporte é dividido especialmente em 5 habilidades técnicas principais: elevações, desmontes, pirâmides, saltos, acrobacias (tumbling), lançamentos (basket toss) e dança. Porém, como a proposta das aulas será de ensinar elementos mais básicos de nível 1 no cheerleading, os desmontes e o basket toss não serão trabalhados por serem elementos mais perigosos e, no caso do basket toss, de nível 2. Logo, as seis aulas disponíveis aqui também foram elaboradas de forma que cada uma tivesse uma ou mais das demais habilidades como tema.

O professor fará uso de vídeos de cheerleading disponíveis no Youtube para demonstração dos elementos aos alunos. Idealmente, deverá fazer uso de alguma ferramenta e comunicação (Whatsapp) ou armazenamento (Google Drive) para poder disponibilizar os vídeos aos alunos tanto antes quanto durante a aula.

## 4.2. Unidade Temática

### 4.2.1. Material didático de Cheerleading

#### PLANO DE AULA 1

##### Introdução ao Cheerleading e aos Stunts (Elevações)

**Duração:** 50 minutos

**Habilidade da BNCC: (EF67EF03):** Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. (*O Cheerleading se encaixa como esporte técnico-combinatório*).

**Objetivos de Aprendizagem:** experimentar e fruir do cheerleading, compreender o esporte para além de estereótipos (com suporte de TICs), praticar os fundamentos seguros de elevações (stunts) de Nível 1 — identificando e vivenciando os papéis de base, flyer e spotter, utilizando vídeos para assimilar a técnica e segurança — e valorizar o trabalho coletivo, a comunicação, a confiança mútua e a segurança,

elementos essenciais que demandam o protagonismo discente neste aprendizado inicial.

### **Materiais Necessários:**

- **Obrigatório:** Colchonetes ou tatames (suficientes para as áreas de prática dos grupos).
- **Obrigatório:** Dispositivo para exibição de vídeos com boa visibilidade (projektor, TV, tablet etc.). Conexão à internet ou vídeos pré-baixados.
- **Obrigatório/Recomendado:** Celular ou tablet com capacidade de filmar e reproduzir (idealmente em câmera lenta) para auto/hetero-avaliação.
- *Opcional:* Aparelho de som para música ambiente (se aplicável).

### **Desenvolvimento da Aula (Sequência Didática):**

#### **Parte Inicial (Acolhida, Conceituação e Preparação com TIC) - (Aprox. 12 minutos)**

1. **Acolhida (2 min):** Cumprimentar os alunos e organizar o espaço inicial.
2. **Discussão Inicial e Contextualização com TIC (7 min):**
  - Lançar a pergunta: "O que vocês pensam que é Cheerleading?".
  - Contrapor: Apresentar o cheerleading como esporte diverso. Uso de TIC: Exibir vídeo 1 curto (30-60s) que mostre rapidamente os diferentes elementos (saltos, dança, stunts/pirâmides, tumbling) para ilustrar a diversidade e desmistificar estereótipos.
  - Esclarecer o objetivo da aula: "Hoje vamos entender mais sobre o cheerleading real e experimentar os *stunts* (elevações) básicos, usando vídeos para nos guiar na técnica e segurança."
3. **Introdução à Segurança e Papéis (3 min):**
  - Explicar que a segurança é a prioridade MÁXIMA.
  - Introduzir os papéis básicos em um stunt (Base, Flyer, Spotter), explicando a função e importância de cada um, especialmente do(s) spotter(s):
 

**Base:**

    - Pessoa(s) que ficam no chão e são responsáveis por sustentar, levantar ou lançar a Flyer.

- Precisam de força, estabilidade e boa técnica de pegada.
- Geralmente trabalham em duplas (main base/side base) ou trios para formar a fundação do stunt.

### **Flyer:**

- Pessoa que é levantada, suspensa ou lançada no ar durante um stunt, pirâmide ou basket toss.
- Precisa ter excelente controle corporal (manter o corpo contraído/rígido), equilíbrio, flexibilidade e confiança nas bases e spotters.

### **Back spotter (ou Back Spot / Traseira):**

- Um tipo específico de Spotter posicionado atrás do stunt.
- Ajuda a levantar/suportar o peso da Flyer (especialmente na subida e descida/cradle), é o principal responsável pela segurança da cabeça, pescoço e coluna da Flyer.
- Frequentemente ajuda a direcionar o stunt e a dar as contagens.

### **Spotter (ou Segurança):**

- Termo geral para qualquer pessoa cuja principal função é garantir a segurança da Flyer, prevenindo quedas ou minimizando o impacto delas.
- Foca exclusivamente na proteção da Flyer (especialmente cabeça e pescoço), antecipando possíveis erros e estando pronto para intervir.
- Pode haver spotters adicionais na frente (front spot) ou nas laterais, além do backspotter. Sua atenção deve estar 100% na segurança do stunt.

## **Parte Principal (Vivência e Prática com Apoio de TIC) - (Aprox. 28 minutos)**

- 1. Preparação do Espaço (2 min):** Posicionar os colchonetes/tatames, criando estações seguras.
- 2. Demonstração com TIC (5 min):**
  - Explicar e mostrar vídeos de um stunt de Nível 1 muito básico (Thigh Stand [vídeo 2] e Pony Sit [vídeo 3]). Pausar o vídeo para destacar:
    - A pegada correta das bases.
    - A postura corporal da flyer (contração).
    - O posicionamento e atenção dos spotters.
    - A forma correta e segura de *desmontar* o stunt.

- Reforçar a importância da contagem e comunicação ("Pronto?", "Subindo! 1, 2...", "Desce! 1, 2...").
- 3. **Formação dos Grupos e Explicação dos Papéis (3 min):** Dividir a turma em grupos de 3 a 5 alunos (2 bases, 1 flyer, 1-2 spotters). Definir papéis iniciais.
- 4. **Vivência Prática – Introdução aos Stunts Nível 1 com TIC:**
  - **Primeira Parte – Desafio Guiado com Referência Visual (9 min):**
    - Orientar os grupos a tentarem executar o stunt básico **demonstrado no vídeo**, sob supervisão constante.
    - Circular entre os grupos, corrigindo posturas, pegadas, comunicação e a atuação dos spotters, referenciando o vídeo ("Lembram como a base posicionou a mão no vídeo?").
    - Reforçar que o “desafio” é aplicar a técnica visualizada e trabalhar em conjunto.
  - **Segunda Parte – Refinamento com Análise e TIC (9 min):**
    - Pausar a atividade. Tirar dúvidas.
    - **Uso Obrigatório de TIC: Reexibir os vídeos** (ou trechos específicos) para reforçar pontos críticos (ex: postura da flyer, ação do spotter na descida).
    - **Uso de TIC para Feedback (se possível):** Filmar rapidamente um grupo executando o stunt e mostrar a eles, comparando com o vídeo modelo para auto/hetero-correção.
    - Continuar a prática, incentivando a troca de papéis e o foco na segurança e na técnica observada nos vídeos.

### **Parte Final (Discussão em Roda e Encerramento) - (Aprox. 10 minutos)**

1. **Organização e Volta à Calma (2 min):** Recolher materiais, organizar em círculo. Breve alongamento ou relaxamento.
2. **Roda de Conversa (6 min):** Mediar a discussão:
  - "O que vocês acharam da experiência?"
  - "Foi parecido com o que vocês viram nos vídeos ou imaginavam?"
  - "Quais foram as maiores dificuldades (base, flyer, spotter)?"
  - "Por que a comunicação e a confiança são tão importantes?"
  - "Qual a importância do spotter?"

- "Como o trabalho em equipe foi essencial?"
  - "Como os vídeos ajudaram a entender a técnica ou a segurança hoje?"
  - "(Se filmaram) O que perceberam ao se verem ou aos colegas no vídeo?"
3. **Encerramento (2 min):** Reforçar os aprendizados, valorizar o esforço, a colaboração e o uso das ferramentas visuais. Agradecer a participação.

#### **Avaliação:**

- **Observação Participante:** Avaliar o engajamento, a participação segura na prática dos stunts, a colaboração, a aplicação dos conceitos de segurança e papéis, e a tentativa de utilizar as informações visuais dos vídeos na execução.
- **Discussão Final:** Avaliar a reflexão sobre a experiência, a importância do trabalho coletivo/segurança e a percepção sobre a utilidade das TICs no aprendizado.

#### **Dicas do professor:**

- A segurança deve ser a prioridade máxima. Interrompa imediatamente qualquer tentativa que pareça insegura.
- Adapte o stunt escolhido ao nível da turma. Comece sempre pelo mais simples e estável.
- Este plano é introdutório. A progressão exige mais tempo, prática e foco em condicionamento físico e técnica.
- Encoraje os alunos a usarem os vídeos como referência ativa durante a prática.

#### **Lista de vídeos:**

- Vídeo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=R2DkEpevZCQ>
- Vídeo 2: <https://www.youtube.com/shorts/38kM2ID6mps>
- Vídeo 3: <https://www.youtube.com/shorts/-PUBbPb4A3I>

## **PLANO DE AULA 2**

### **Introdução às Pirâmides Nível 1**

**Duração: 50 minutos**

**Habilidade da BNCC:** (EF67EF07): Propor e produzir alternativas para experimentação dos esportes não disponíveis e/ou acessíveis na comunidade e das

demaís práticas corporais tematizadas na escola. (Neste contexto, vamos adaptar e combinar os stunts básicos aprendidos para experimentar a criação de estruturas piramidais simples, como uma alternativa para vivenciar um elemento central do cheerleading, mesmo sem acesso a todos os recursos de um time completo).

**Objetivos de Aprendizagem:** compreender o que define uma pirâmide de Nível 1 e identificar suas regras básicas de segurança e conexão; experimentar a construção e o desmonte seguros de uma estrutura piramidal muito básica, conectar stunts previamente aprendidos, enfatizar a sincronia e a comunicação; desenvolver a consciência sobre a necessidade aumentada de trabalho em equipe, comunicação precisa e responsabilidade pela segurança,

**Materiais Necessários:**

- **Obrigatório:** Colchonetes ou tatames (suficientes para as áreas de prática dos grupos). Opcional: Cones ou marcações para delimitar o espaço de cada grupo.
- **Opcional:** Dispositivo para exibição de vídeos curtos ou imagens/diagramas. Celular ou tablet com capacidade de filmar e reproduzir em câmera lenta (para autoavaliação).

**Desenvolvimento da Aula**

**Parte Inicial (Acolhida e Conceituação) - (Aprox. 12 minutos)**

**Acolhida e Aquecimento Direcionado (4 min):** Cumprimentar os alunos. Realizar um aquecimento rápido focando em estabilidade (core, ombros) e comunicação (ex: atividade rápida de seguir comandos em grupo).

**Revisão e Ligação com o Tema (8 min):**

1. Revisar rapidamente: "Quais stunts básicos aprendemos a construir?", "E qual a importância do desmonte seguro que praticamos?". Reforçar os papéis (base, flyer, spotter).
2. Introduzir o conceito: "Hoje vamos dar um passo adiante. O que vocês acham que acontece no cheerleading quando colocamos um stunt do lado do outro e as pessoas se conectam lá em cima?". Ouvir as ideias.



3. Definir: "Isso é uma pirâmide! No cheerleading, uma pirâmide é formada quando dois ou mais stunts se conectam. Essa conexão pode ser entre as flyers, ou entre uma base e uma flyer de outro stunt."
4. Mostrar **vídeo 1** de uma pirâmide básica de Nível 1;
5. Foco na Segurança e Nível 1: "Construir pirâmides exige AINDA MAIS atenção, comunicação e segurança do que um stunt sozinho. Hoje vamos focar apenas em conexões muito simples e seguras, permitidas no Nível 1, como flyers conectadas abaixo da altura do ombro (prep level)."
6. Anunciar objetivo: "Nosso objetivo é tentar construir e desmontar juntos uma pirâmide bem simples, conectando dois stunts básicos."

### **Parte Principal (Vivência e Prática com Apoio de TIC) - (Aprox. 28 minutos)**

1. Preparação e Instruções de Segurança (3 min): Organizar os grupos (podem precisar ser um pouco maiores, ex: 6-8 pessoas para duas bases por stunt, 2 back spotter2, 2 flyers, 2-4 spotters). Posicionar os colchonetes. Reforçar a necessidade de spotters extras, especialmente perto dos pontos de conexão e durante os desmontes sincronizados. Ninguém conecta sem o comando e a certeza de estabilidade.
2. Demonstração da Pirâmide Básica (5 min):  
Demonstrar a pirâmide Nível 1 alvo no vídeo 1 novamente. Pause o vídeo e amplie o vídeo para ficar claro qual o objetivo. Reforce que eles podem usar o próprio celular para ver o vídeo.
3. Enfatizar a sincronia: Ambos os stunts devem subir JUNTOS e descer JUNTOS.
4. Detalhar a conexão: Como as flyers se conectam de forma estável e segura, mostre o **vídeo 2**.
5. Detalhar o desmonte: Como a desconexão acontece e como o desmonte sincronizado (usando a técnica aprendida) é executado. Comandos claros são essenciais ("Prepara subir!", "Conecta!", "Prepara descer!", "Desce!").
6. Reforce que os alunos podem se gravar para conseguirem se autoavaliar e tentarem corrigir seus erros dentro dos grupos.

### **Vivência Prática - Construindo a Pirâmide Nível 1:**

### **Primeira Parte – Prática da Conexão e Sincronia (10 min):**

1. Foco na coordenação do grupo maior. Praticar a SUBIDA SIMULTÂNEA dos dois stunts básicos lado a lado, sem conectar ainda. Apenas subir e descer juntos algumas vezes para pegar o ritmo.
2. Praticar a CONEXÃO: Com as flyers em pé no chão ou em blocos baixos, simular a conexão (mão-antebraço) para sentir a estabilidade e a comunicação necessária. Bases e spotters observam e se posicionam.

### **Segunda Parte – Tentativa da Pirâmide Completa (10 min):**

3. Os grupos tentam construir a pirâmide básica completa: subir os dois stunts simultaneamente, estabilizar, conectar as flyers brevemente sob comando, desconectar e DESMONTAR de forma sincronizada e segura.
4. Professor circula intensamente, corrigindo, garantindo a segurança, ajudando na comunicação e no ritmo dos grupos. Foco total na segurança da conexão e, principalmente, do desmonte sincronizado. Repetir se o tempo permitir, talvez trocando algumas funções (com cuidado).
5. Se os alunos se sentirem a vontade, grave vídeos das tentativas para eles poderem assistir posteriormente.

### **Parte Final (Discussão em Roda e Encerramento) - (Aprox. 10 minutos)**

1. Organização e Relaxamento (2 min): Recolher materiais, organizar em círculo. Breve relaxamento ou respiração para acalmar.
  - Roda de Conversa (6 min): Mediar a discussão:
  - "O que foi mais desafiador hoje: subir junto, conectar ou descer junto?"
  - "Por que a sincronia é tão importante nas pirâmides?"
  - "Como a comunicação precisou ser diferente hoje, com mais gente envolvida?"
  - "Qual a responsabilidade extra dos spotters em uma pirâmide?"
  - "Quais cuidados de segurança foram essenciais hoje?"
2. Encerramento (2 min): Parabenizar os alunos pela tentativa, pela colaboração e pelo foco na segurança ao experimentar uma estrutura mais complexa. Reforçar que pirâmides exigem muito treino e progressão lenta.

### **Avaliação:**

- **Observação Participante:** Avaliar a compreensão do conceito de pirâmide e conexão Nível 1, a tentativa de execução sincronizada da subida e descida, a aplicação das técnicas de segurança (spotting, comandos), a comunicação dentro do grupo maior e a participação na discussão final, relacionando a prática com a habilidade BNCC proposta.
- **Execução (Formativa):** Observar a capacidade dos grupos em executar os comandos básicos de forma minimamente sincronizada e segura, especialmente durante o desmonte.
- **Discussão Final:** Avaliar a reflexão dos alunos sobre a utilidade da TIC (vídeos) no processo de aprendizagem e a compreensão dos aspectos técnicos e de segurança das pirâmides.

#### **Dicas do professor:**

- A segurança é ainda mais crítica aqui. Use apenas conexões de Nível 1 (flyer-flyer abaixo do nível da cintura ou ombro, base-flyer). Mantenha as estruturas baixas (Thigh Stand, Pony Mount como base).
- Não avance se os grupos não dominarem a sincronia básica da subida/descida. É melhor fazer menos, mas com segurança.
- Reforce constantemente a importância da comunicação verbal clara e dos comandos.

#### **Lista de vídeos:**

- Vídeo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=3LsWt1cfgFI>
- Vídeo 2: [https://www.youtube.com/shorts/kl\\_4l9o4ln0](https://www.youtube.com/shorts/kl_4l9o4ln0)

### **PLANO DE AULA 3**

#### **Introdução aos saltos**

**Duração: 50 minutos**

**Habilidade da BNCC: (EF67EF03):** Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. *(Os saltos são elementos técnicos fundamentais no cheerleading, e seu aprendizado*

*e execução, mesmo que individual, ocorrem no contexto do grupo e da modalidade técnico-combinatória, exigindo protagonismo na busca pela melhoria técnica).*

**Objetivos de Aprendizagem:** experimentar e fruir os saltos básicos do cheerleading; identificar, descrever e reconhecer as fases técnicas (aproximação, preparação, impulsão, execução, aterrissagem) e a forma correta de execução, principalmente através de utilizar vídeos como referência visual principal; experimentar a execução completa desses saltos, buscar aplicar a técnica observada, garantir a aterrissagem segura e utilizar vídeos como ferramenta essencial para demonstração, análise e auto/hetero-correção; desenvolver a autoconsciência corporal e a capacidade de analisar o próprio movimento e o dos colegas a partir das referências visuais, exercendo o protagonismo na busca pela melhoria técnica.

**Materiais Necessários:** Espaço amplo e livre (quadra, pátio). Obrigatório: Dispositivo para exibição de vídeos com boa visibilidade para a turma (projetor e tela, TV grande, ou tablet/celular para grupos menores). Conexão à internet ou vídeos pré-baixados. *Opcional:* Colchonetes finos (para quem preferir praticar aterrissagens inicialmente). *Opcional:* Celular ou tablet com capacidade de filmar e reproduzir em câmera lenta (para autoavaliação).

### **Desenvolvimento da Aula:**

#### **Parte Inicial (Acolhida, Conceituação e Preparação com TIC) - (Aprox. 15 minutos)**

1. Acolhida e Aquecimento (5 min): Cumprimentar os alunos. Aquecimento geral com foco em membros inferiores (saltitos, agachamentos leves, alongamentos dinâmicos para pernas) e aquecimento articular (tornozelos, joelhos, quadris, ombros).
2. Introdução aos Saltos com Vídeo (10 min):
  - Apresentar o tema: "Hoje vamos explorar outro elemento fundamental e cheio de energia no cheerleading: os Saltos!".
  - Explicar as Fases: "Todo salto tem partes importantes. Vamos aprender a identificar: a Aproximação (como chegamos), a Preparação (como nos

arrumamos para saltar), a Impulsão (o momento de sair do chão), a Execução (a 'pose' no ar) e a Aterrissagem (a chegada segura ao chão)."

- Uso Obrigatório de TIC - Demonstração: "Para entendermos exatamente como são os saltos e suas fases, vamos usar vídeos como nossa principal ferramenta hoje."
  - Exibir **vídeo 1**: Um vídeo curto e claro de um Tuck Jump (Salto grupado) bem executado, talvez com repetição em câmera lenta. Pausar o vídeo para apontar cada fase e a posição correta do corpo (joelhos altos no peito, braços em "High V" na preparação, etc.).
  - Exibir **vídeo 2**: Um vídeo curto e claro de um Spread Eagle (Salto estrela/afastado) bem executado, também com câmera lenta se possível. Novamente, pausar para destacar as fases e a técnica (pernas e braços abertos, postura).
- Discussão Guiada pelos Vídeos: "O que vocês observaram nos vídeos sobre a altura?", "E a posição dos braços na preparação?", "Como os joelhos ficam na aterrissagem?". O objetivo é que os alunos comecem a analisar o movimento a partir do modelo visual.
- Objetivo da aula: "Vamos usar esses vídeos como nosso guia para experimentar esses dois saltos básicos, focando na técnica correta e na aterrissagem segura."

## **Parte Principal (Vivência e Prática com Apoio de TIC) - (Aprox. 25 minutos)**

### **1. Prática das Fases e Aterrissagem (10 min):**

- Praticar a Aproximação e Preparação: Marcar passos (ex: 3 passos + juntar os pés) e a posição correta dos braços para cada salto ("V Alto" para Tuck, "V Baixo" ou outra preparação para Spread Eagle).
- Praticar a Impulsão e Aterrissagem: Fazer pequenos saltos verticais, focando em usar os braços para ganhar altura e, principalmente, em aterrissar flexionando os joelhos para absorver o impacto ("aterrissar suave"). Pode-se usar colchonetes finos nesta fase se desejado.
- Uso de TIC: Se houver recursos e tempo, filmar rapidamente alguns alunos fazendo a impulsão/aterrissagem e mostrar em câmera lenta para auto-correção, comparando com o vídeo modelo.

## 2. Prática dos Saltos Completos (15 min):

- Prática do Tuck Jump:
  - Reexibir brevemente o **vídeo 1** do Tuck Jump para relembrar a técnica.
  - Alunos praticam o salto completo algumas vezes em duplas. Incentivar a observação entre colegas: "Seu joelho subiu bem como no vídeo?", "Você usou os braços na subida?".
  - Professor circula corrigindo postura, altura e aterrissagem. Foco na amplitude do movimento (abertura de pernas/braços) e na aterrissagem controlada com pés unidos.
- Prática do Spread Eagle:
  - Reexibir brevemente o **vídeo 2** do Spread Eagle.
  - Alunos praticam o salto completo algumas vezes em duplas. Incentivar a observação entre colegas: "Seu joelho subiu bem como no vídeo?", "Você usou os braços na subida?".
  - Professor circula corrigindo postura, altura e aterrissagem. Foco na amplitude do movimento (abertura de pernas/braços) e na aterrissagem controlada com pés unidos.
- Reforço Visual: Se necessário, exibir novamente trechos específicos dos vídeos para corrigir erros comuns observados na turma. Permita os alunos a gravarem vídeo também para se corrigirem.

## Parte Final (Discussão em Roda e Encerramento) - (Aprox. 10 minutos)

1. Organização e Alongamento (3 min): Reunir os alunos em círculo. Realizar alongamentos leves, especialmente para pernas e costas.
2. Roda de Conversa (5 min): Mediar a discussão:
  - "Qual salto vocês acharam mais fácil ou mais difícil? Por quê?"
  - "Qual fase do salto vocês consideram a mais importante para conseguir altura?"
  - "E qual a fase mais importante para a segurança?"
  - "Como os vídeos ajudaram vocês a entenderem o que fazer?"
  - "Foi útil ver o vídeo novamente durante a prática? De que forma?"

- "(Se filmaram) O que vocês perceberam ao se verem no vídeo (ou ao verem os colegas)?"
  - "Como podemos continuar usando vídeos ou outras tecnologias para melhorar nossos saltos?"
3. Encerramento (2 min): Reforçar a importância da técnica correta (especialmente a aterrissagem) para a segurança e a estética dos saltos. Valorizar o esforço e a utilização dos recursos visuais. Agradecer a participação.

#### **Avaliação:**

- **Observação Participante:** Avaliar a identificação das fases do salto, a tentativa de execução dos saltos básicos com base na técnica demonstrada nos vídeos, a qualidade da aterrissagem (segurança), a participação nas discussões e a capacidade de usar as informações visuais (vídeos) para compreender e tentar corrigir o próprio movimento.
- **Discussão Final:** Avaliar a reflexão dos alunos sobre a utilidade da TIC (vídeos) no processo de aprendizagem e a compreensão dos aspectos técnicos e de segurança dos saltos.

#### **Dicas do professor:**

- Certifique-se de que os vídeos escolhidos sejam claros, tecnicamente corretos para o nível iniciante e de fontes confiáveis.
- A qualidade da exibição do vídeo é importante (tamanho da tela, som se houver narração).
- Adapte os saltos ensinados à realidade da turma. Se Tuck e Spread Eagle forem muito difíceis, comece com um "Straight Jump" (Salto Reto).
- Incentive um ambiente positivo onde os alunos se sintam à vontade para tentar e para usar os vídeos como ferramenta, sem medo de errar.

#### **Lista de vídeos:**

- Vídeo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=OXoEvWyhfKg>
- Vídeo 2: <https://www.youtube.com/watch?v=fCSdZW89Uy8>

## **PLANO DE AULA 4**

### **Introdução ao Tumbling**

**Duração: 50 minutos**

**Habilidade da BNCC:** (EF67EF03): Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e técnico-combinatórios, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. (O tumbling é um componente técnico essencial do cheerleading, executado individualmente mas contribuindo para a performance coletiva. Sua experimentação desenvolve o protagonismo e a consciência corporal dentro da modalidade técnico-combinatória).

**Objetivos de Aprendizagem:** experimentar e fruir os fundamentos do tumbling como componente técnico-combinatório do cheerleading; compreender os passos e posturas de movimentos básicos por meio de analisar vídeos; experimentar a execução segura desses movimentos em colchonetes, utilizar vídeos como ferramenta essencial para demonstração, referência e auto/hetero-correção; desenvolver a consciência corporal, o controle motor e a percepção espacial necessários, bem como valorizar a segurança e o uso de TICs no aprendizado ginástico, exercendo o protagonismo na aquisição dessas habilidades.

#### **Materiais Necessários:**

- **Obrigatório:** Colchonetes, tatames ou pista de tumbling que cubram totalmente a área de prática. A segurança da superfície é primordial.
- **Obrigatório:** Dispositivo para exibição de vídeos com boa visibilidade para a turma (projetor e tela, TV grande, ou tablet/celular para grupos menores). Conexão à internet ou vídeos pré-baixados.
- **Opcional:** Celular ou tablet com capacidade de filmar e reproduzir em câmera lenta (para autoavaliação).

#### **Desenvolvimento da Aula**

**Parte Inicial (Acolhida, Conceituação e Preparação com TIC) - (Aprox. 15 minutos)**



1. **Acolhida e Aquecimento Específico (5 min):** Cumprimentar os alunos. Aquecimento focado em mobilidade articular (punhos, ombros, coluna, quadris), ativação do core (pranchas, etc.) e flexibilidade dinâmica.
2. **Introdução ao Tumbling com Vídeo (10 min):**
  - **Apresentar o tema:** "Hoje vamos iniciar no Tumbling, que são os elementos de ginástica de solo que vemos no cheerleading, como rolamentos e estrelas. Eles dão energia e complexidade às rotinas."
  - **Ênfase na Segurança:** "Tumbling exige muito controle do corpo e atenção à segurança. Usaremos sempre os colchonetes e aprenderemos a proteger nosso corpo, especialmente a cabeça e o pescoço."
  - **Apresentar os Movimentos Básicos via TIC:** "Vamos usar vídeos para entender exatamente como fazer os movimentos básicos de hoje."
    - **Exibir vídeo 1:** Rolamento Lateral (Log Roll) - Mostrar o corpo reto rolando lateralmente. Destacar a contração do abdômen.
    - **Exibir vídeo 2:** Rolamento para Frente (Forward Roll) - Vídeo claro mostrando a posição inicial agachada, mãos no chão, queixo colado no peito, impulso com os pés, rolar sobre as costas (não sobre a cabeça!) e finalizar em pé ou agachado. Enfatizar a proteção do pescoço.
    - **Exibir vídeos 3, 4 e 5:** Progressão para Estrela (Cartwheel Drills) - Mostrar vídeos curtos de exercícios preparatórios: passos frontais e posicionamento das mãos (uma na frente da outra, dedos para o lado) [vídeo 3], "saltinhos de coelho" (bunny hops) [vídeo 4] e uma estrela bem lenta e baixa ("slow cartwheel") [vídeo 5]. Focar na linha reta imaginária.
  - **Discussão Guiada pelos Vídeos:** "Onde as mãos devem ir no rolamento?", "O que é mais importante para proteger o pescoço?", "Como o corpo deve ficar no rolamento lateral?", "Qual a posição das mãos na estrela?".
  - **Objetivo da aula:** "Vamos experimentar esses movimentos básicos, usando os vídeos como nosso guia principal e focando na execução correta e segura em cima dos colchonetes."

**Parte Principal (Vivência e Prática com Apoio de TIC) - (Aprox. 25 minutos)**

1. **Organização do Espaço e Segurança (2 min):** Garantir que os colchonetes estejam bem posicionados, sem vãos. Definir direções de execução para evitar colisões. Reforçar as regras de segurança.
2. **Prática dos Movimentos Básicos (23 min):** Dividir os alunos em fileiras ou estações para cada movimento, garantindo espaço.
  - **Estação 1:** Rolamento Lateral (Log Roll)
    - Reexibir brevemente **vídeo 1** do Log Roll.
    - Praticar rolar para um lado e para o outro, mantendo o corpo firme e reto.
  - **Estação 2:** Rolamento para Frente (Forward Roll)
    - Reexibir o **vídeo 2** do Forward Roll, pausando na posição do queixo no peito.
    - Praticar o rolamento, com ajuda do professor para as primeiras tentativas se necessário. Foco total na proteção do pescoço.
    - Uso de TIC: Se possível, filmar um aluno e mostrar em câmera lenta a posição da cabeça durante o rolamento para correção.
  - **Estação 3:** Progressões para Estrela (Cartwheel Drills)
    - Praticar os passos frontais, o posicionamento das mãos e a transferência de peso. Tentar a "estrela lenta" ou o "bunny hop", focando em manter o corpo alinhado e as pernas passando por cima, mesmo que baixo inicialmente.
  - **Rotação e Reforço:** Os alunos podem passar pelas estações ou praticar em conjunto. O professor circula, corrige e utiliza os vídeos como referência visual constante ("Lembrem do vídeo, onde a mão vai agora?"). Incentivar a observação entre colegas, comparando com os vídeos.

**Parte Final (Discussão em Roda e Encerramento) - (Aprox. 10 minutos)**

1. **Organização e Volta à Calma (3 min):** Reunir os alunos em círculo sobre os colchonetes. Exercícios de respiração e alongamentos leves, especialmente para punhos e coluna.
2. **Roda de Conversa (5 min): Mediar a discussão:**
  - "Qual movimento vocês acharam mais divertido ou mais desafiador hoje?"

- "Qual a parte do corpo que vocês sentiram que precisaram controlar mais?"
  - "Relembrando o vídeo do rolamento para frente, por que é tão importante manter o queixo no peito?"
  - "Como os vídeos ajudaram a visualizar a forma correta de cada movimento?"
  - "Ver os vídeos novamente durante a prática ajudou a corrigir algo? O quê?"
  - "Qual a importância de praticar sempre em colchonetes ou superfícies seguras?"
3. **Encerramento (2 min):** Reforçar que o tumbling exige paciência, prática e muita atenção à segurança e à técnica. Valorizar o esforço e a experimentação segura dos movimentos. Mencionar que estes são os blocos de construção para habilidades mais complexas. Agradecer a participação.

#### **Avaliação:**

- **Observação Participante: Avaliar** a tentativa de execução dos movimentos básicos com base na técnica demonstrada nos vídeos, a aplicação das normas de segurança (uso do colchonete, proteção da cabeça), a participação ativa e a utilização das referências visuais (vídeos) para a prática.
- **Discussão Final:** Avaliar a compreensão dos conceitos básicos de tumbling, a importância da segurança e a reflexão sobre como as TICs (vídeos) auxiliaram no processo de aprendizagem.

#### **Dicas do professor:**

- Adapte os exercícios à capacidade da turma. Se a Estrela for muito complexa, foque apenas nos rolamentos e nas posições de base.
- A demonstração do professor (além dos vídeos) também é muito valiosa no tumbling, especialmente para correções individuais.
- Nunca force um aluno a fazer um movimento para o qual ele não se sente seguro ou preparado. A progressão deve ser gradual.
- Certifique-se de que os vídeos sejam de fontes confiáveis, claros e demonstrem a técnica correta e segura para iniciantes.

#### **Lista de vídeos:**

- Vídeo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=sYS1wlkXd5k>
- Vídeo 2: <https://www.youtube.com/shorts/xkHUvZYZoDI>
- Vídeo 3: [https://www.youtube.com/shorts/gwYpTvR\\_Acw](https://www.youtube.com/shorts/gwYpTvR_Acw)
- Vídeo 4: <https://www.youtube.com/shorts/Vbd0gpbktoo>
- Vídeo 5: <https://www.youtube.com/shorts/yh-DOs4ovF4>

## PLANO DE AULA 5

### Introdução ao Cheer Dance

**Duração: 50 minutos**

**Habilidade da BNCC: (EF67EF03):** Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e **técnico-combinatórios**, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. *(A dança cheer é um componente expressivo e técnico crucial do cheerleading, exigindo a experimentação de movimentos precisos (protagonismo) e a fruição da sincronia e energia do trabalho coletivo dentro da modalidade técnico-combinatória).*

**Objetivos de Aprendizagem:** experimentar e fruir o cheer dance como componente técnico-combinatório; identificar suas características (energia, precisão, sincronia) e reconhecer motions básicos e a importância do ritmo, utilizar vídeos como referência visual/auditiva principal; experimentar a execução de motions e passos simples, buscar precisão e energia; aprender e executar uma pequena sequência coreográfica (8-16 tempos) com apoio de música e vídeo, focar na sincronia e expressão corporal; e, com isso, desenvolver a capacidade de aprender sequências coreográficas com recursos audiovisuais e musicais, valorizar a precisão, energia e sincronia, e fomentar a expressão corporal e o trabalho em equipe, exercendo o protagonismo nesta prática.

#### **Materiais Necessários:**

- Espaço amplo e livre (quadra, pátio, sala).
- **Obrigatório:** Dispositivo para exibição de vídeos com boa visibilidade para a turma (projektor e tela, TV grande, ou tablet/celular). Conexão à internet ou vídeos/músicas pré-baixados.
- **Obrigatório:** Aparelho de som com boa potência para o espaço. Playlist com músicas animadas, com batida bem marcada, adequadas para cheerleading.
- *Opcional:* Pompons (para adicionar ao visual e sensação).

- *Opcional:* Celular ou tablet com capacidade de filmar (para autoavaliação da sincronia).

## **Desenvolvimento da Aula**

### **Parte Inicial (Acolhida, Conceituação e Preparação com TIC e Música) - (Aprox. 15 minutos)**

1. **Acolhida e Aquecimento Dançante (5 min):** Cumprimentar os alunos. Colocar uma música animada e fazer um aquecimento que já incorpore ritmo e movimento: polichinelos, corrida no lugar com joelhos altos, movimentos circulares de ombros, punhos, quadris, tudo no ritmo da música.
2. **Introdução à Dança Cheer com Vídeo (10 min):**
  - Apresentar o tema: "Hoje vamos mergulhar no **Cheer Dance!** É a parte da coreografia que combina dança com a força, precisão e energia que já vimos em outros elementos do cheerleading."
  - Características: "O cheer dance tem movimentos muito marcados, fortes. A sincronia, fazer todo mundo junto no mesmo tempo, é super importante!"
  - **Uso Obrigatório de TIC - Inspiração e Motions:**
    - **Exibir vídeo 1:** Um trecho curto (3:00 a 3:15) de uma rotina de dança cheer vibrante e bem executada. Perguntar: "O que vocês notaram? Como são os movimentos dos braços? Estavam todos juntos?".
    - **Demonstração:** Apresentar *motions* básicos (High V, Low V, T, Broken T, Touch Down) pausando para analisar a forma correta (braços esticados onde devem ser, ângulos precisos, punhos fechados, energia). Praticar brevemente cada motion após visualizar.



**Figura 1: High V**



**Figura 2: Low V**



**Figura 3: T**



**Figura 2: Broken T**

- Objetivo da aula: "Vamos aprender alguns desses motions, sentir o ritmo da música e até montar uma pequena sequência juntos, usando os vídeos como nosso guia!"

## **Parte Principal (Vivência e Prática com Apoio de TIC e Música) - (Aprox. 25 minutos)**

### **1. Prática de Motions e Passos com Música (10 min):**

- Colocar uma música com batida clara. Praticar os *motions* aprendidos (High V, Low V, T, etc.) na contagem da música (ex: 1-2 segura High V, 3-4 segura T, etc.). Focar na precisão e em "travar" o movimento na posição correta e com força.
- Introduzir passos básicos com energia cheer: Marcha parada elevando joelhos, pequenos saltos no ritmo. Combinar motions simples com esses passos (ex: marchar fazendo High V e Low V alternados).
- Deixe os alunos livres para tentarem usar os motions aprendidos dentro da música tocando no fundo.

## 2. Aprendizagem de Sequência Curta com Vídeo e Música (15 min):

- **Uso Obrigatório de TIC - Coreografia:**
  - Apresentar uma sequência coreográfica curta (8 ou 16 tempos) que combine os motions e passos praticados. **Exibir o vídeo 2** duas vezes para os alunos terem a visão geral. **Memorize e demonstre para os seus alunos a sequência 1 vez.**
  - **Dividir para Conquistar:** Ensinar a sequência por partes (ex: tempos 1-4, depois 5-8), usando a técnica de "teach by chunks". Juntar as partes progressivamente.
  - **Referência Constante:** Usar o vídeo como referência visual sempre que necessário. Permite os alunos acessarem o vídeo também para análise e autocorreção.
- **Prática Coletiva:** Praticar a sequência completa todos juntos com a música, focando na sincronia, energia e expressão facial (sorriso!).
- **Uso Opcional de TIC:** Se houver tempo e recursos, filmar o grupo executando a sequência e mostrar rapidamente para eles perceberem a sincronia (ou falta dela) e se autocorrigirem.

## Parte Final (Discussão em Roda e Encerramento) - (Aprox. 10 minutos)

1. **Organização e Volta à Calma (3 min):** Diminuir o ritmo da música ou trocá-la por algo mais calmo. Alongamentos leves, especialmente para braços e ombros. Exercícios de respiração.
2. **Roda de Conversa (5 min):** Mediar a discussão:
  - "O que vocês acharam da energia da dança cheer?"
  - "Qual foi a maior dificuldade: aprender os motions, os passos, ou fazer tudo junto e no ritmo?"
  - "Por que os movimentos precisam ser tão 'marcados' e precisos?"
  - "Como a música influenciou a forma como vocês dançaram?"
  - "Como os vídeos ajudaram a aprender os motions e a sequência? Foi mais fácil com o vídeo?"
  - "O que podemos fazer para melhorar nossa sincronia como grupo?"

3. **Encerramento (2 min):** Reforçar que a dança cheer é sobre energia, precisão e trabalho em equipe. Valorizar o esforço, a participação e a experimentação. Agradecer a participação.

**Avaliação:**

- **Observação Participante:** Avaliar a tentativa de execução dos motions básicos com precisão e energia, a capacidade de seguir o ritmo da música, a participação na aprendizagem da sequência coreográfica utilizando o vídeo como referência, a demonstração de sincronia (inicial) com o grupo e a participação na discussão final.
- **Discussão Final:** Avaliar a compreensão das características da dança cheer (energia, precisão, sincronia) e a reflexão sobre o papel das TICs (vídeos) e da música no processo de aprendizagem da dança.

**Dicas do professor:**

- Escolha músicas com batida bem definida (BPM entre 130-150 costuma funcionar bem para cheer). Verifique se as letras são apropriadas.
- Os vídeos de motions e da sequência devem ser claros, frontais e bem executados.
- Mantenha a coreografia realmente simples e curta para ser viável em 50 minutos. O foco é a introdução e a experimentação.
- Incentive a energia e a expressão! Sorrir faz parte da dança cheer.

**Referência de imagens:**

- Figuras 1, 2, 3 e 4: <https://www.sequoitmedia.com/basics-of-cheerleading-motions/>

**Lista de vídeos:**

- Vídeo 1 (de 3:00 a 3:15): [https://www.youtube.com/watch?v=5bY7g0hGD\\_I](https://www.youtube.com/watch?v=5bY7g0hGD_I)
- Vídeo 2: [https://www.youtube.com/shorts/G\\_n7Kr9usIs](https://www.youtube.com/shorts/G_n7Kr9usIs)



## Plano de Aula 6

### Rotina Cheer Team

**Duração:** 50min

**Habilidade da BNCC: (EF67EF03):** Experimentar e fruir esportes de marca, precisão, invasão e **técnico-combinatórios**, valorizando o trabalho coletivo e o protagonismo. *(A criação de uma rotina de cheerleading é uma forma complexa de experimentar e fruir a modalidade, exigindo protagonismo individual na aplicação das habilidades e um intenso trabalho coletivo no planejamento, sincronização e execução segura).*

**Objetivos de Aprendizagem:** experimentar e fruir o cheerleading por meio da criação coletiva de uma rotina; compreender a estrutura básica de uma apresentação e identificar maneiras seguras e fluidas de conectar os diversos elementos aprendidos (stunts, saltos, tumbling, dança), reconhecer a importância do planejamento e da criatividade, utilizar TICs como inspiração e referência; planejar e iniciar a montagem de uma pequena rotina em grupo, utilizar vídeos criticamente como ferramenta de análise e apoio ao processo criativo e ao ensaio; desenvolver habilidades de trabalho em equipe, negociação e liderança compartilhada, valorizar as contribuições de todos, a busca por soluções criativas e seguras, exercendo o protagonismo e valorizando o trabalho coletivo.

#### **Materiais Necessários:**

- **Obrigatório:** Colchonetes ou tatames (cobrindo a área de ensaio).
- **Obrigatório:** Aparelho de som com boa potência e músicas adequadas (selecionadas pelos grupos ou fornecidas).
- **Obrigatório:** Dispositivo para exibição de vídeos (projetor, TV, tablet). Conexão à internet ou vídeos pré-baixados (exemplos de rotinas, tutoriais dos elementos aprendidos).
- **Obrigatório/Recomendado:** Celular(es) ou tablet(s) nos grupos para pesquisa, anotações, filmagem de ensaios e reprodução de música/vídeos de referência.
- *Opcional:* Papel e caneta para rascunho da coreografia. Quadros brancos ou flip charts.

## **Desenvolvimento da Aula (Sequência Didática):**

### **Parte Inicial (Acolhida, Introdução à Criação com TIC) - (Aprox. 12 minutos)**

1. **Acolhida e Aquecimento Integrado (4 min):** Cumprimentar. Aquecimento dinâmico que já inclua alguns elementos básicos isolados (ex: saltos simples, motions de dança, posições de base/flyer no chão) para reativar a memória corporal.
  
2. **Introdução à Tarefa e Inspiração com TIC (8 min):**
  - Apresentar o desafio: "Hoje vamos começar a criar nossa própria rotina de cheerleading em grupo! O objetivo é usar o máximo de elementos que aprendemos (stunts, pirâmides, saltos, tumbling, dança) e conectá-los de forma criativa e, acima de tudo, segura. Não precisam ser todos os elementos se não for possível, mas tentem incluir variedade. E vocês não precisarão apresentar no final da aula, o intuito é tentar montar uma apresentação/rotina cheer".
  - Definir parâmetros: Duração alvo (ex: 1 minuto), formação dos grupos (manter os da aula anterior ou reorganizar), foco na segurança.
  - **Uso Obrigatório de TIC - Exemplos e Transições:** Exibir **vídeo 1** de exemplo. Pausar e discutir especificamente:
    - Como os diferentes elementos foram *conectados* (transições).
    - Como a música foi utilizada.
    - A importância da energia e sincronia do grupo.

### **Parte Principal (Criação e Ensaio Inicial com Apoio de TIC) - (Aprox. 28 minutos)**

1. **Planejamento da Rotina em Grupo (10-12 min):**
  - Dividir turma em 3 ou 4 grupos de mesmo tamanho, por volta de 10 alunos por grupo.
  - Grupos se reúnem para discutir e esboçar a sequência da rotina. Decidir quais elementos incluir, em que ordem, quem fará o quê (considerando segurança e habilidades). Planejar as transições. Escolher a música.
  - **Uso de TIC:** Grupos podem (e devem ser incentivados a):
    - Rever vídeos das aulas anteriores (se disponíveis no site/plataforma do TCC ou mostrados pelo professor, no

Whatsapp) para lembrar detalhes técnicos de stunts, saltos, dança, etc.

- Pesquisar (se houver acesso) transições simples ou formações.
- Anotar a sequência (papel ou dispositivo digital).
- Professor circula orientando sobre a viabilidade, segurança das combinações e complexidade adequada ao tempo.

## 2. Ensaio Inicial da Estrutura (16-18 min):

- Grupos vão para o espaço com colchonetes e começam a experimentar a sequência fisicamente.
- Foco inicial: Marcar as posições, testar as transições, garantir a segurança dos stunts/pirâmides/tumbling planejados, começar a sentir o ritmo com a música (mesmo que executando lentamente).
- **Uso de TIC:**
  - Tocar a música escolhida para o grupo sentir o timing.
  - **Filmar trechos curtos** da sequência ou de uma transição específica para o grupo assistir imediatamente e ajustar (auto-correção).
  - Consultar novamente vídeos de referência se surgirem dúvidas sobre algum elemento.
- Professor monitora de perto, priorizando a segurança, ajudando a resolver problemas de espaço, timing ou técnica básica.

## Parte Final (Compartilhamento e Discussão do Processo) - (Aprox. 10 minutos)

1. **Organização e Breve Compartilhamento (4 min):** Guardar materiais rapidamente. Cada grupo pode compartilhar verbalmente (ou mostrar um pequeno trecho *muito* inicial, se houver tempo e se sentirem confortáveis) a ideia geral da sua rotina ou um desafio que encontraram. O foco ainda não é a performance.
2. **Roda de Conversa (4 min):** Mediar a discussão sobre o *processo*:
  - "Como foi começar a criar a rotina em grupo?"
  - "Quais foram as maiores dificuldades: escolher os elementos, criar as transições, concordar em grupo?"
  - "Como o trabalho em equipe funcionou na hora de planejar?"

- "De que forma usar os vídeos (exemplos, tutoriais) ajudou (ou poderia ter ajudado mais) no planejamento?"
  - "(Se filmaram) O que vocês perceberam ao ver a filmagem do ensaio inicial?"
3. **Encerramento e Próximos Passos (2 min):** Parabenizar pelo início do processo criativo. Reforçar que criar uma rotina leva tempo e mais ensaios serão necessários. Indicar os próximos passos (continuar ensaiando na próxima aula, refinar transições, focar na limpeza e sincronia). Agradecer a participação e colaboração.

#### **Avaliação:**

- **Observação Participante (Foco no Processo):** Avaliar o engajamento na tarefa de planejamento e criação, a colaboração e comunicação dentro do grupo, a tentativa de integrar diferentes elementos de forma segura, a utilização das TICs como ferramenta de apoio (pesquisa, referência, registro), e a participação na discussão final.
- **Análise do Planejamento Inicial:** Observar o esboço ou as ideias da rotina, verificando a tentativa de sequência lógica e a consideração pela segurança.

#### **Dicas do professor:**

- Gerencie o tempo de forma flexível, permitindo mais tempo para planejamento ou ensaio conforme a necessidade dos grupos.
- Reforce que o objetivo desta aula é **começar** o processo criativo, não ter uma rotina pronta. Ajuste as expectativas.
- Incentive a criatividade, mas sempre com a **segurança como limite** inegociável. Adapte elementos se necessário (ex: pirâmide mais simples, tumbling apenas com rolamentos).
- Garanta que os **recursos de TIC** (vídeos de referência, possibilidade de filmagem) estejam acessíveis e incentive ativamente seu uso pelos grupos.
- Se sentir que a turma engajou bem com a proposta da aula, pode sugerir de tentarem apresentar as rotinas numa aula extra.

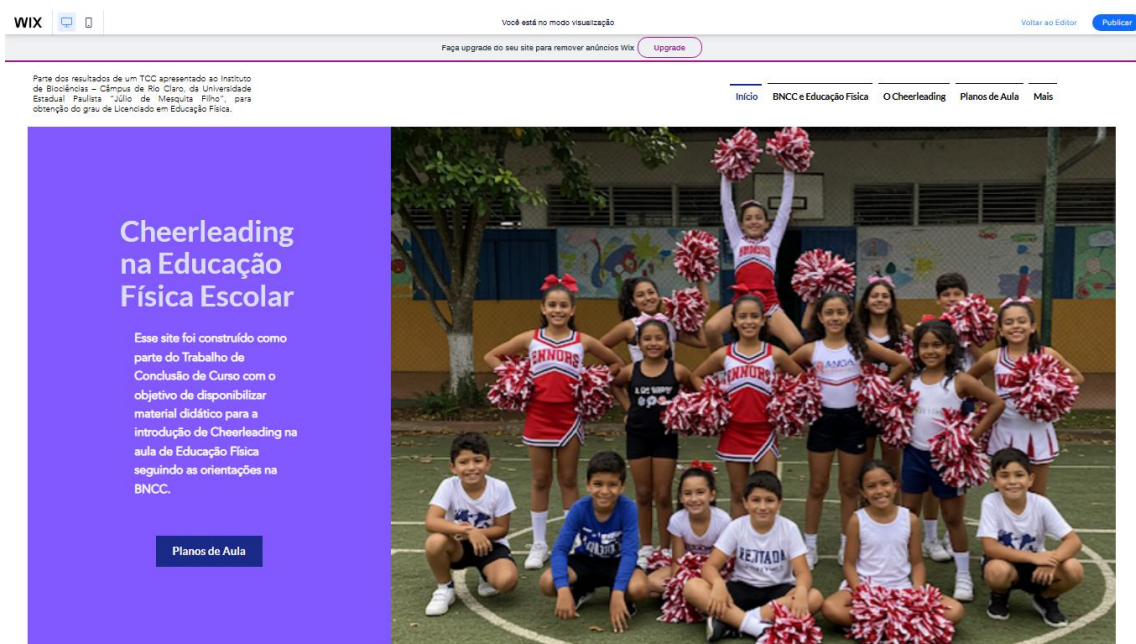
## Lista de vídeos:

- **Vídeo 1:** [https://www.youtube.com/watch?v=Y\\_YTusOWfwg](https://www.youtube.com/watch?v=Y_YTusOWfwg)

### 4.2.2. Site Educacional de Cheerleading

Para divulgar e disponibilizar o material didático sobre Cheerleading desenvolvido, foi criado um site educacional na plataforma Wix no endereço <https://pedrocarvalho2292.wixsite.com/cheerleading-escolar>, utilizando as ferramentas da plataforma para uma estruturação clara e acessível. Além dos planos de aula detalhados, o site oferece uma breve introdução sobre a Educação Física no Ensino Fundamental à luz da BNCC, e uma contextualização sobre o Cheerleading. Para acessar o material, basta inserir o link em um navegador da internet, sendo a aba "Início" a página principal (Figura 1).

Figura 1: Site Educacional na Seção “Início”



O site mantém um design moderno e atrativo em todas as páginas, com um cabeçalho fixo que inclui um menu de navegação para as cinco seções principais: “Início”, “BNCC e Educação Física”, “O Cheerleading”, “Planos de aula” e “Contato”. Na página inicial “Início”, um texto introdutório apresenta a motivação, os objetivos e o conteúdo do site, complementado por um botão que facilita o acesso direto à seção de Plano de Aula. A segunda aba “BNCC e Educação Física” (Figura 2) oferece um

panorama sobre a BNCC, suas divisões e classificações pertinentes à Educação Física no Ensino Fundamental.

A seção “O Cheerleading” (Figura 3) contextualiza este objeto de conhecimento, abordando suas características e sua relação com a BNCC. Em “Planos de aula” (Figura 4), o material didático está disponível para download. Por fim, a aba “Contato” (Figura 5) contém informações sobre a autoria do site e disponibiliza um formulário para comunicação direta.

Figura 2: Seção “BNCC e Educação Física”



Figura 3: Seção “O Cheerleading”

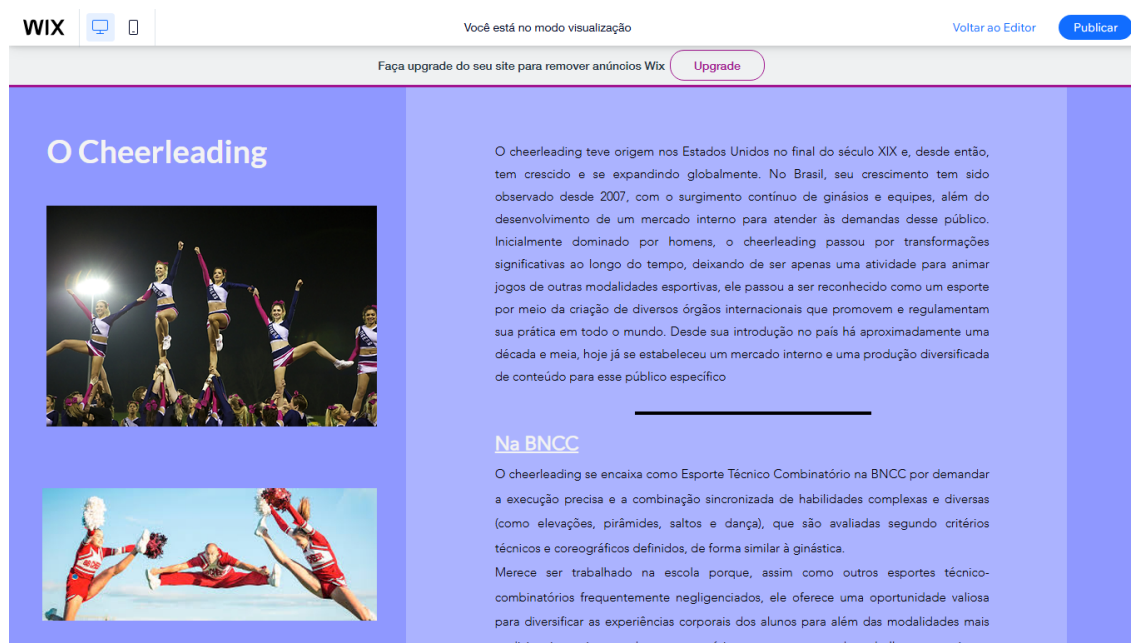


Figura 4: Seção “Planos de Aula”

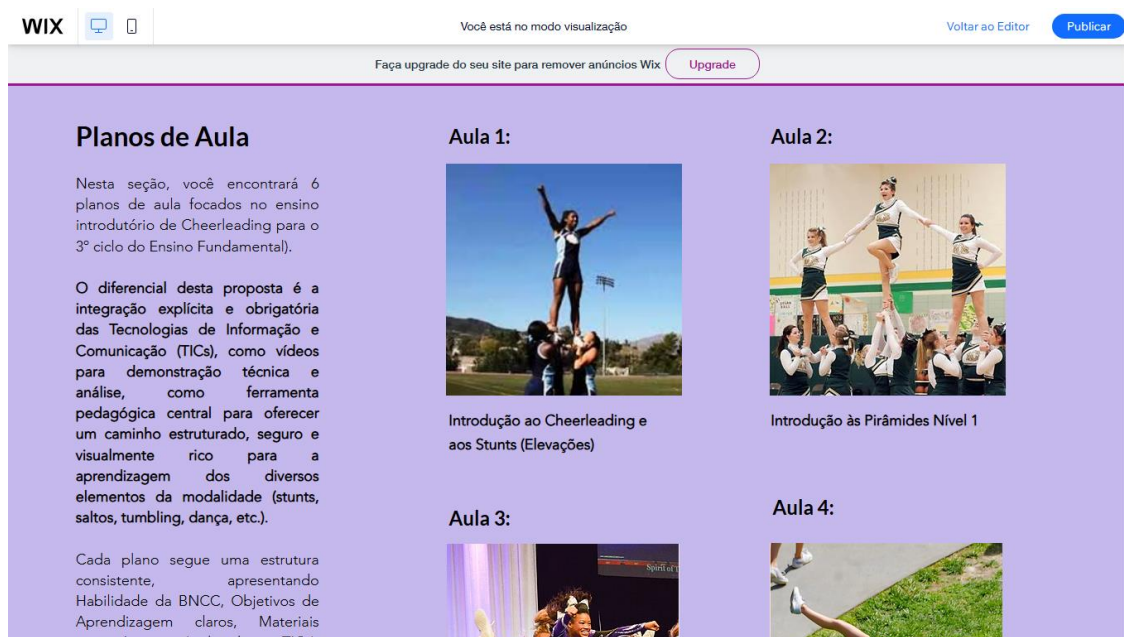


Figura 5: Seção “Contato”

**Dúvidas ou sugestões?**

Estou sempre aberto para qualquer tipo de idéia que tenha o intuito de melhorar o material disponibilizado e a acessibilidade do cheerleading nas aulas de Educação Física.

Por favor, entre em contato se acredita ter alguma forma de contribuir com isso!

**Nome** **Sobrenome**

**Email \***

**Mensagem**

**Enviar**

|                          |                                              |
|--------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Nome</b>              | Pedro Carvalho Ribeiro de Almeida            |
| <b>Telefone/Whatsapp</b> | (13) 99655-1655                              |
| <b>E-mail</b>            | pedrocarvalho2292@gmail.com                  |
| <b>Formação</b>          | Graduando em Licenciatura em Educação Física |
| <b>Instituição</b>       | UNESP - Rio Claro                            |
| <b>Colaboração</b>       | Fernanda Moreto Impolcetto                   |

[Meu contato](#)

### 4.3. Discussão

Os resultados centrais desta pesquisa se materializam em dois produtos concretos: uma sequência didática composta por seis planos de aula detalhados para a introdução ao Cheerleading no 3º ciclo do Ensino Fundamental, e um site educacional desenvolvido na plataforma Wix, destinado a hospedar e divulgar esses

planos. A sequência didática foi cuidadosamente estruturada para abordar progressivamente os elementos fundamentais do Cheerleading – desde a conceituação inicial e stunts básicos até saltos, tumbling introdutório, dança cheer e a montagem de uma rotina curta – enquanto o site serve como um repositório acessível e visualmente organizado para este material.

A elaboração destes planos de aula buscou responder a uma lacuna frequentemente observada na Educação Física escolar brasileira: a carência de materiais didáticos estruturados e seguros para modalidades técnico-combinatórias menos tradicionais, como o Cheerleading. Ao alinhar o conteúdo com as habilidades previstas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) para o 3º ciclo (EF67EF03, EF67EF04, EF67EF07), os planos oferecem aos professores um caminho prático para trabalhar este esporte, fomentando a experimentação, a fruição, o trabalho coletivo e o protagonismo discente, conforme preconizado pelo documento oficial. A proposta visa, portanto, facilitar a inserção qualificada do Cheerleading no currículo.

A integração explícita e obrigatória das TIC na metodologia dos planos de aula, com recursos audiovisuais (vídeos) servindo como ferramenta essencial para demonstração técnica, análise de movimento, referência visual e aprendizagem de sequências, de fato se alinha à literatura que destaca o potencial dessas tecnologias para enriquecer a aprendizagem na Educação Física.

Estudos corroboram que as TIC, especialmente os vídeos, potencializam a aprendizagem visual ao tornar conceitos e demonstrações mais claros e dinâmicos (Santos, 2022; Wolkmer, 2018). O impacto na aprendizagem motora também é evidenciado, por exemplo, no trabalho de Vargas *et al.* (2018), que utilizou a análise de vídeos para que os alunos refletissem sobre a própria performance, visando o aprimoramento técnico e tático. Por fim, o fomento à aprendizagem autônoma é igualmente sustentado pela literatura, seja pela promoção da capacidade reflexiva e crítica discente através da análise visual (Vargas *et al.*, 2018), seja pela viabilização de um ensino mais participativo, criativo e crítico proporcionada por ferramentas tecnológicas móveis (Germano, 2015).

A análise da sequência didática produzida revela pontos fortes relevantes para o contexto escolar. A progressão pedagógica, iniciando com a desmistificação do esporte e avançando por seus componentes de forma gradual, respeita o processo de aprendizagem dos alunos. O enfoque constante na segurança, com detalhamento de procedimentos e papéis (especialmente spotters) em atividades de maior risco (stunts,



pirâmides, tumbling), é um pilar fundamental. Além disso, a estrutura detalhada de cada plano (objetivos claros, sequência passo-a-passo, sugestões de avaliação e observações) visa oferecer um suporte robusto ao professor, mesmo àquele com menor vivência prévia em Cheerleading.

O segundo resultado, o site educacional na plataforma Wix, cumpre a função estratégica de disseminação e acessibilidade do material didático. A escolha da plataforma Wix se justifica por sua interface intuitiva e possibilidade de criação de um ambiente virtual organizado e esteticamente agradável, sem demandar conhecimentos avançados de programação. Este site não apenas hospeda os planos de aula, mas permite a inclusão de informações contextuais sobre o Cheerleading, vídeos de referência e potenciais atualizações futuras, funcionando como um ponto central de consulta para educadores interessados em aplicar a proposta.

É imperativo, contudo, reconhecer as limitações inerentes a este trabalho e seus resultados. A principal limitação reside na ausência de uma fase de experimentação prática e validação dos planos de aula em ambiente escolar real. Embora fundamentados na literatura e na BNCC, a aplicabilidade e eficácia dos planos podem variar conforme o contexto específico de cada escola, se considerarmos o espaço físico, materiais disponíveis além dos básicos, características dos alunos. Adicionalmente, a plataforma Wix, dependendo do plano utilizado, pode apresentar limitações, como anúncios ou domínio não personalizado, que impactam a experiência do usuário final.

Apesar das limitações, as implicações práticas dos resultados são potencialmente significativas. O material didático oferece uma ferramenta concreta e de livre acesso para que professores de Educação Física introduzam o Cheerleading de forma segura, estruturada e motivadora, utilizando recursos tecnológicos atuais. A proposta pode inspirar abordagens semelhantes para outros esportes técnico-combinatórios. Teoricamente, o trabalho contribui para a discussão sobre produção de material didático específico para modalidades emergentes na escola e sobre as formas eficazes de integrar as TICs ao planejamento e execução das aulas de Educação Física.

Diante do exposto, sugere-se que pesquisas futuras se dediquem à aplicação prática e avaliação destes planos de aula em diferentes contextos escolares, coletando dados sobre a percepção de alunos e professores, e identificando necessidades de adaptação. Seria valioso também expandir o material para outros

ciclos ou níveis de habilidade. Conclui-se que os resultados apresentados – a sequência de planos de aula e o site educacional – representam uma contribuição relevante e fundamentada para qualificar o ensino do Cheerleading no 3º ciclo do Ensino Fundamental, oferecendo um recurso didático acessível, alinhado à BNCC e enriquecido pelo uso pedagógico das TICs.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve o objetivo de produzir um material didático referente ao conteúdo de Cheerleading, baseado nos direcionamentos da BNCC para o 3º ciclo do Ensino Fundamental que promovesse uma possibilidade estruturada e segura para o trabalho de professores que enfrentam diferentes limites para desenvolver esta modalidade técnico-combinatória. Ademais, buscou-se estruturar a proposta de um site educacional (ou plataforma similar) para divulgação do material, contendo também informações relevantes sobre o tema.

Para a elaboração dos itens propostos, realizamos análises na literatura e na BNCC sobre: o ensino de Esportes Técnico-Combinatórios e Ginásticas na Educação Física escolar; as unidades temáticas correspondentes; o objeto de conhecimento Cheerleading (incluindo seus diversos elementos como stunts, pirâmides, saltos, tumbling e dança); e estudos que utilizaram das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) como ferramenta para aulas de Educação Física. Este momento de pesquisa teve a finalidade de fundamentar a elaboração do material didático (sequência de planos de aula) e, conseqüentemente, da proposta de divulgação digital.

As TICs fizeram parte do presente trabalho com um duplo propósito: como ferramenta potencial de divulgação do material, através de um site educacional que viabilizaria o fácil acesso do professor interessado aos planos de aula detalhados, e, fundamentalmente, como ferramenta metodológica integrada às vivências propostas nos planos de aula. Recursos audiovisuais, como vídeos, foram indicados como obrigatórios para a demonstração técnica precisa de movimentos (stunts, saltos, tumbling, dança), análise de segurança, referência visual constante durante a prática e, opcionalmente, para registro e auto e heteroavaliação das execuções dos alunos, inclusive com potencial uso de câmera lenta para detalhamento do movimento.

Uma limitação presente no desenvolvimento deste estudo é a falta de experimentação prática dos planos de aula em ambiente escolar real. Em vista disso, pesquisas futuras podem ser implementadas com o objetivo de averiguar os resultados pedagógicos, as adaptações necessárias e a receptividade de alunos e professores ao uso deste material e da metodologia com TICs integrada no contexto do 3º ciclo.

Mesmo com essa limitação, é esperado que a proposta aqui apresentada, caso divulgada em plataforma adequada, seja acessada e que os planos de aula detalhados contribuam positivamente para o trabalho dos professores com o conteúdo de Cheerleading, oferecendo um caminho progressivo, seguro e metodologicamente enriquecido pelas TICs.

Com isso, considera-se que o objetivo proposto para este estudo foi atingido, ao ampliar possibilidades didático-pedagógicas para o trabalho com o Cheerleading em aulas de Educação Física nas escolas, através do material didático produzido, com uma sequência de 6 planos de aula com progressão de elementos e integração de TICs. Conta-se também com o potencial de divulgação do trabalho em um site ou repositório digital para os interessados, fomentando a inserção e a qualificação do ensino desta modalidade no currículo escolar.

## REFERÊNCIAS

BANDEIRA, Denise. Material didático: conceito, classificação geral e aspectos da elaboração. In: CIFFONE, H (org.). **Curso de Materiais didáticos para smartphone e tablete**. Curitiba, IESDE, 2009, p. 13-33. Disponível em: <http://www2.videolivrraria.com.br/pdfs/24136.pdf>. Acesso em: 19 de mar. 2024

BRASIL, **Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Educação é a Base**. Brasília, MEC/CONSED/UNDIME, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase>. Acesso em: 13 mar. 2024.

CORVELONI, C. B. R. **Site educacional de basquetebol: possibilidades para a educação física escolar a partir do currículo do estado de São Paulo**. 2018. 32 f. Trabalho de Conclusão de Curso (licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/202977>. Acesso em 22 jul. 2024

CORÁ, Luiza do Amaral. **Esportes técnico-combinatórios na licenciatura em Educação Física: proposta de unidade didática a partir da patinação artística**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2024. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/279220/001211325.pdf?sequence=1> Acesso em: 10 out. 2024

CUNHA, A. B. DA. **Uma breve história do cheerleading no Brasil**, 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista - Instituto de Biociências de Rio Claro, 2019. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/items/8857a546-cd10-4316-8154-d5cf0df97dc2>. Acesso em: 15 mar. 2024.

DARIDO, S. C.; IMPOLCETTO, F. M.; BARROSO, A. L. R.; RODRIGUES, H. A. **Livro didático na Educação Física escolar: considerações iniciais**. Motriz, Rio Claro, v.16 n.2 p.450- 457, abr./jun. 2010. 111-116, mai./ ago. 2005b.

DINIZ, I. K. S. **A dança no ensino médio: material didático apoiado pelas tic.** 2017. 358 f. Tese (Doutorado em desenvolvimento Humano e Tecnologias.) – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/149873>. Acesso em: 21 jul. 2024.

FARIAS, A. N.; IMPOLCETTO, F. M. Utilização das TIC nas aulas de Educação Física escolar em unidades didáticas de atletismo e dança. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S. l.], v. 43, 23 abr. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/9CSYRjG6KkLsxTQMrZQms8h/?lang=pt&format=html>.

FERREIRA, A. F. **Pluralidade cultural e Educação Física:** elaboração de material didático. 2011. 54 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2011.

GERMANO, V. A. C. **Educação física escolar e currículo do Estado de São Paulo:** possibilidades dos usos do celular como recurso pedagógico no ensino do Hip Hop e Street dance. 2015. 158 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento humano e Tecnologias) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/126501>. Acesso em: 25 jul. 2024.

HENRIQUE, Stéfane Ketreen. **A ginástica na BNCC e site educacional: uma proposta para as aulas de educação física escolar.** 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista - Instituto de Biociências de Rio Claro, 2017. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/156414/000897565.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 13 mar. 2024.

LUCCA, M. H. S. **TIC e Sport Education:** uma proposta pedagógica para o ensino dos saberes conceituais técnicos do handebol no Ensino Médio. 2019. 158 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) - Universidade Estadual Paulista – Instituto de Biociências de Rio Claro, 2019. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/181388>. Acesso em: 22 jul. 2024

LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986. p.99.

NARDON, T. A. **Uso da TIC na Educação Física dos anos iniciais do Ensino Fundamental no processo de ensino e aprendizagem de conteúdos sobre brincadeiras e jogos**. 223 f. 2017. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) - Universidade Estadual Paulista – Instituto de Biociências de Rio Claro, 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/150923>. Acesso em: 22 jul. 2024.

PARENTE, T. A. **Pedagogia do Esporte e voleibol: uma proposta de ensino por meio de material didático digital**. 2020. 132 f. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Humano e Tecnologias) - Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/192917>. Acesso em 22 jul. 2024.

PAULO, C. J. P. **Danças urbanas e TIC na educação física escolar: possibilidades para o terceiro ciclo do ensino fundamental a partir da BNCC**. Disponível em: [https://www.oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UNSP\\_8882593f0e753d9ff713ddce83aedf87](https://www.oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UNSP_8882593f0e753d9ff713ddce83aedf87). Acesso em: 19 mar. 2024.

NETTO, S. 2001. **Telas que ensinam** - Mídia e aprendizagem: do cinema ao computador. Campinas: Alínea.

SANTOS, Any Gracyelle Brum dos. **Educação Física escolar e a pandemia da Covid-19: diagnóstico sobre as aulas durante o distanciamento social**. 2022. 101 f. Dissertação (Mestrado em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde) – Universidade Federal do Pampa, Uruguai, 2022.

SARTORI, M. M. **Educação física escolar e site educacional: possibilidades para o ensino do voleibol a partir do currículo do estado de São Paulo**. 2017. 35 f. Trabalho de Conclusão de Curso (licenciatura - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Instituto de Biociências

(Campus de Rio Claro), 2017. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/156408>. Acesso em 22 jul. 2024.

VARGAS, T. G. *et al.* A experiência do sport education nas aulas de educação física: utilizando o modelo de ensino em uma unidade didática de futsal. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, v. 24, n. 3, p. 735, 2018.

WOLKMER, A. R. **Interação entre dança e TIC: uma possibilidade nas aulas de Educação Física**. 2018. 16 f. Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização (Tecnologias da Informação e da Comunicação Aplicadas à Educação - EaD) - UFSM, [S. l.], 2018. Disponível em: <http://repositorio.ufsm.br/handle/1/15537>. Acesso em: 25 jul. 2024