



**GOVERNO DO ESTADO DO PARÁ
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SECRETARIA ADJUNTA DA EDUCAÇÃO BÁSICA – SAEB**

**SEQUÊNCIA DE ATIVIDADES
EDUCAÇÃO FÍSICA
9º ANO – ENSINO FUNDAMENTAL
MATERIAL DO PROFESSOR**

Elaboração:

Gabriel Pereira Paes Neto

Mariela de Santana Maneschy

Paulo Yuri Costa da Costa

Sumário

Apresentação.....03

Semana 1 _ CARIMBÓ E EXISTÊNCIA PARAENSE.....XX

Semana 2 –. QUADRILHA JUNINA E CULTURA BRASILEIRA.XX

Semana 3 _ GINÁSTICA NAS ACADEMIAS: ESTILO DE VIDA PARA CORPO SAUDÁVEL.....XX

Semana 4 _ SISTEMAS DE ATAQUE NO FUTSAL.....XX

Apresentação

Olá, Professor(a)! Que bom vê-lo(a) por aqui!

Este Caderno, Professor(a), foi pensado para seus alunos(as), como estudantes da 9ª ano do Ensino Fundamental, da Educação Básica do Estado do Pará. Como tal, o material foi escrito de forma que você pudesse oportunamente (1) recompor aprendizagens, (2) mobilizar/acionar, por meio dos Descritores Prioritários de Língua Portuguesa e/ou de Matemática, habilidades de Leitura e do Pensamento Lógico-Matemático necessários à compreensão do Componente Educação Física e, portanto, (3) garantir os direitos de aprendizagem dos(as) alunos (as) para o longo da vida.

O Caderno de Educação Física segue o mesmo padrão dos demais Cadernos para cada **Semana** de aula proposta, composto por **Resumo Teórico**, Sequência didática de Educação Física e três ou quatro questões baseadas no Resumo e na proposta didática, além, correlacionadas com descritores prioritários de Língua Portuguesa e Matemática. Portanto, construídas sob a intencionalidade de itens e à semelhança do SAEB e do ENEM. São ao todo 24 questões/itens, no mínimo, que foram criados(as) na sua maioria; ou, adaptadas de seu uso primeiro; logo depois, os gabaritos comentados das questões/itens e seus distratores, explicados de forma que você explique aos alunos(às alunas) o porquê de cada resposta ser ou não ser o gabarito. O material ainda traz uma tabela em que você encontra Unidade Temática de Área/Componente, sugestão de Objeto de Conhecimento e Habilidade da BNCC.

Reitera-se a urgência em recompor aprendizagens e contribuir com a Proficiência Leitora e o Pensamento Lógico-Matemático, com vistas à melhoria dos níveis paraenses atuais do Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (IDEB), no Pará. Dessa forma, garantindo as especificidades teóricas e práticas da Educação Física, os Descritores Prioritários estão a serviço da resolução do Comando das questões/itens. Trata-se de resolver as questões à luz deles, utilizando-os, referendando-os, acionando-os para a resolução. Contudo, a proficiência leitora e o pensamento lógico-matemático são conectados com os conhecimentos teóricos e práticas da cultura corporal de movimento.

1ª SEMANA

1. Organizador Curricular

Unidade Temática	Expressão Corporal e Dança	Questões
Objetos de Conhecimento	Carimbó uma dança folclórica tradicional brasileira. Dança tradicionais populares e a diversidade regional.	Questão 1 a 10

2. Resumo Teórico

De olho no conceito 

CARIMBÓ E EXISTÊNCIA PARAENSE

O Carimbó, expressão artística enraizada nas comunidades quilombolas e indígenas do Pará, representa muito mais que uma dança tradicional: constitui-se como uma prática da Cultura Corporal de Movimento (CCM) e um poderoso ato de resistência decolonial. Em sua circularidade, no ritmo dos tambores e no giro dos corpos, o Carimbó expressa uma pedagogia do sensível, relacional e comunitária, que subverte os paradigmas eurocentrados que historicamente reduziram o corpo a objeto mecânico ou instrumento disciplinado.

Sob a ótica da pedagogia decolonial, como propõem Mota Neto (2016) e Pereira, Gomes e Carmo (2017), o Carimbó emerge como uma epistemologia encarnada que valoriza a corporeidade como espaço de saberes e de insurgência. Cada batida do carimbó ressoa como uma crítica à colonialidade do poder e do saber (QUIJANO, 2010), revelando que os corpos amazônicos não apenas resistem: eles reexistem.

Assim, ao ser integrado ao currículo da Educação Física Escolar, o Carimbó possibilita uma formação cultural crítica, plural e situada, que reconhece o território como extensão do corpo e a dança como linguagem política de uma Amazônia que se movimenta por seus próprios compassos. Dança como direito de existir. Preservar essas danças é preservar a alma do Pará – uma alma que pulsa no ritmo dos tambores, no balançar das saias e no murmúrio dos rios.

Conforme apontam autores contemporâneos como Nóbrega e Oliveira (2016) e Falcão e Rocha (2020), a dança constitui-se como linguagem estética e sensível que comunica e significa, articulando corpo, subjetividade e mundo. A dança não se limita a uma função celebrativa, mas exerce um papel epistêmico e identitário, contribuindo para a construção coletiva de sentido e pertencimento.

REFERÊNCIAS

FALCÃO, Jorge; ROCHA, Tânia. Corpo e dança: estética, política e ancestralidade. *Revista Brasileira de Estudos do Corpo*, v. 8, n. 2, p. 45–62, 2020.

MOTA NETO, Caio. Pedagogia decolonial e corporeidade insurgente: a educação do corpo como estratégia de resistência. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, v. 97, n. 246, p. 90–112, 2016.

NÓBREGA, Maria da Conceição; OLIVEIRA, Renata. Dança e subjetividade: saberes do corpo e produção de sentido. *Cadernos de Arte e Educação*, v. 15, n. 20, p. 112–128, 2016.

PEREIRA, Elisabete Monteiro de Oliveira; GOMES, Romeu; CARMO, Meire Rose Nogueira do. Saberes insurgentes e epistemologias do Sul: diálogos para uma práxis educativa decolonial. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 867–884, 2017.

QUIJANO, Aníbal. Colonialidade do poder, eurocentrismo e América Latina. In: LANDER, Edgardo (Org.). *A colonialidade do saber: eurocentrismo e ciências sociais – perspectivas latino-americanas*. Buenos Aires: CLACSO, 2010. p. 107–130.

Plano de Aula de Educação Física – Nono Ano do Ensino Fundamental

Plano de Aula – Educação Física (9º Ano – Ensino Fundamental)

 Duração: 1h40min

 **Etapa de Ensino: 9º ano do Ensino Fundamental**

 **Tema: Danças Paraenses e Identidade Cultural: o Carimbó como expressão da cultura corporal de movimento**

 **Componente: Educação Física**

 **Problematização**

“Você já pensou que dançar também pode ser uma forma de resistir, preservar a memória do seu povo e cuidar da natureza? Como o Carimbó pode nos ensinar tudo isso?”

 **Objetivos da Aula**

Compreender o Carimbó como prática da cultura corporal de movimento e expressão de identidade amazônica. Refletir sobre a dimensão decolonial das danças tradicionais do Pará. Praticar elementos básicos do Carimbó em grupo, desenvolvendo coordenação, ritmo e respeito à diversidade. Analisar dados e aplicar noções matemáticas relacionadas à prática (velocidade, quantidade, conversões).

 **Desenvolvimento da Aula**

 **1. Roda de Conversa e Leitura Guiada (20 minutos)**

Leitura compartilhada de trechos do texto “Danças Paraenses e Identidade Cultural”.

Perguntas disparadoras: Que aspectos do Carimbó mais te chamaram atenção? Em que o Carimbó é diferente de outras danças que você conhece? Como o Carimbó valoriza a cultura local e desafia padrões?

 **2. Prática Corporal – Vivência do Carimbó (30 minutos)**

Alongamento e sensibilização corporal com sons da natureza. Prática dos passos básicos do Carimbó (giros, passos laterais, palmas rítmicas). Trabalho em formações circulares, valorizando a coletividade.

 **3. Atividade Matemática Integrada (30 minutos)**

Com base em uma atividade de passos laterais e giros, os alunos registram:

Quantidade de passos em 1 minuto. Tempo médio de execução. Conversão de metros para quilômetros.

Cálculo de porcentagem de alunos que preferem essa prática. Utilização de tabelas simples e resolução de problemas matemáticos como parte do exercício (ver exemplos no arquivo fornecido).

 **4. Discussão Final e Produção Escrita (15 minutos)**

Reflexão guiada: “Por que preservar o Carimbó é também preservar o território e a memória dos povos da Amazônia?”

Escrita coletiva de um parágrafo: Tema: “O que aprendi dançando Carimbó e conhecendo sua história?”

Avaliação

Participação nas atividades práticas. Capacidade de relacionar dança com cultura, território e identidade.

Resolução de problemas matemáticos básicos. Clareza e criticidade na produção escrita.

Recursos Necessários

Caixa de som e músicas de Carimbó. Espaço livre para movimentação. Fichas de registro de dados (para anotação dos passos e giros). Papel e lápis para escrita final.

 “Preservar a dança é preservar parte da cultura de um povo.” Gabriel Paes Neto 

QUESTÕES EDUCAÇÃO FÍSICA E LÍNGUA PORTUGUESA

QUESTÃO 1

D7 - Identificar tese, opinião ou posicionamento explícito e argumentos

Um dos trechos do texto afirma que “ao ser integrado ao currículo da Educação Física Escolar, o Carimbó possibilita uma formação cultural crítica, plural e situada”.

Qual é a tese central defendida no texto?

- A) O Carimbó é mais dançante do que outras práticas tradicionais.
- B) O Carimbó deve ser substituído por danças mais modernas nas escolas.
- C) O Carimbó é uma prática corporal sem função educativa.
- D) O Carimbó contribui para uma formação escolar crítica e enraizada na cultura local.

Gabarito: D) O Carimbó contribui para uma formação escolar crítica e enraizada na cultura local.

Gabarito comentado: A alternativa correta sintetiza o posicionamento do texto quanto à importância do Carimbó no currículo.

- A) Reduz a análise à característica estética da dança.
- B) Contradiz a proposta de valorização do Carimbó.
- C) Nega o argumento central do texto.

QUESTÃO 2

D7 - Identificar opinião ou argumento explícito

O texto afirma que “preservar essas danças é preservar a alma do Pará”.

Essa frase expressa qual tipo de recurso textual?

- A) Fato histórico.
- B) Dado estatístico.
- C) Opinião com forte valor simbólico.
- D) Argumento científico comprovável.

Gabarito: C) Opinião com forte valor simbólico.

Gabarito comentado:

A frase representa uma opinião que carrega sentimento e simbologia cultural.

- A) Não é um fato verificável.

- B) Não há números ou dados concretos.
- D) Não se baseia em comprovação científica.

QUESTÃO 3

D21 - Reconhecer posições distintas sobre o mesmo tema

O texto defende que danças como o Carimbó “subvertem os paradigmas eurocentrados”. Essa posição contrasta com qual visão sobre práticas corporais?

- A) Que o corpo é um espaço de liberdade cultural.
- B) Que todas as práticas corporais têm o mesmo valor.
- C) Que danças tradicionais são meramente folclóricas e não educativas.
- D) Que o corpo expressa apenas emoções individuais.

Gabarito: C) Que danças tradicionais são meramente folclóricas e não educativas.

Gabarito comentado:

A visão de que danças são folclóricas e sem valor educativo é contrastada no texto, que propõe uma perspectiva crítica e cultural.

- A) Está em harmonia com o texto.
- B) Não representa a oposição principal.
- D) Reduz a prática corporal a aspectos emocionais.

QUESTÃO 4

D16 - Inferir efeitos de sentido em textos multissemióticos

No final do texto, emojis como acompanham a expressão “preservar a dança é preservar a alma de um povo”.

Qual é o efeito desse recurso multissemiótico no texto?

- A) Tornar o texto infantil.
- B) Disfarçar uma crítica social.
- C) Suavizar a linguagem para tornar a leitura mais leve e afetiva.
- D) Contradizer o teor político da mensagem.

Gabarito: C) Suavizar a linguagem para tornar a leitura mais leve e afetiva.

Gabarito comentado:

Os emojis complementam a mensagem com uma camada emocional e afetiva, sem perder o tom reflexivo.

- A) Não há infantilização.
- B) A crítica é clara e não disfarçada.
- D) Emojis não anulam o tom político.

QUESTÕES EDUCAÇÃO FÍSICA E MATEMÁTICA

QUESTÃO 5

D18 – Calcular o resultado de adições, subtrações, multiplicações ou divisões envolvendo números reais.

Durante a vivência do Carimbó, um grupo de alunos praticou os passos laterais por 5 minutos. Sabendo que cada passo lateral dura aproximadamente 2 segundos, quantos passos, em média, cada aluno executou nesse período?

- A) 25 passos
- B) 60 passos
- C) 150 passos

D) 300 passos

Gabarito: C) 150 passos

Comentário: 5 minutos equivalem a 300 segundos. Se cada passo leva 2 segundos, o número de passos será:

$$300 \div 2 = 150 \text{ passos.}$$

- A) Erro comum de multiplicação incorreta (poderia ser 5×5).
- B) Confusão com segundos por minuto (60 segundos), mas ignora o tempo total.
- D) Considera erroneamente que cada passo dura 1 segundo.

QUESTÃO 6

D18 – Calcular o resultado de multiplicações ou divisões envolvendo números reais.

Em uma apresentação de Siriá, os dançarinos usam trajes que pesam 1,2 kg cada. Se uma equipe tem 15 dançarinos, qual é a massa total dos trajes, em gramas?

- A) 18 g
- B) 120 g
- C) 1.800 g
- D) 18.000 g

Gabarito: D) 18.000 g

Comentário: $1,2 \text{ kg} \times 15 = 18 \text{ kg} \rightarrow 18 \times 1.000 = 18.000 \text{ g}$.

- A) Considera apenas 1 traje mal convertido.
- B) Erro de conversão (provavelmente $1,2 \text{ kg} \times 100$).
- C) Interpretação errada do número de dançarinos.

QUESTÃO 7

D18 – Calcular o resultado de divisões envolvendo números reais.

Na análise de dados do Carimbó, um grupo registrou 48 giros completos em 8 minutos. Qual é a média de giros por minuto?

- A) 4 giros/min
- B) 6 giros/min
- C) 8 giros/min
- D) 12 giros/min

Gabarito: B) 6 giros/min

Comentário: A média é obtida por: $48 \div 8 = 6$.

- A) Resultado incorreto, possível erro ao dividir 48 por 12.
- C) Assumiria 6 minutos, e não 8.
- D) Equivaleria a 96 giros em 8 minutos.

QUESTÃO 8

D18 – Calcular o resultado de multiplicações ou divisões envolvendo números reais.

Durante o Carimbó, cada passo lateral tem aproximadamente 0,5 metros de distância. Se um aluno deu 120 passos laterais em 1 minuto, qual foi a distância total percorrida, em quilômetros?

- A) 0,06 km
- B) 0,6 km
- C) 6 km
- D) 60 km

Gabarito: A) 0,06 km

Comentário: $120 \times 0,5 = 60$ metros $\rightarrow 60 \div 1.000 = 0,06$ km.

B) Confunde metros com quilômetros (desloca vírgula errado).

C) Representaria 6.000 metros.

D) 60.000 metros.

QUADRO DE HABILIDADES E DESCRITORES USADOS

Questão	Habilidade de Educação Física	Descritores prioritários acionados		Gabarito
		Língua Portuguesa	Matemática	
01	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D7 - Identificar tese, opinião ou posicionamento explícito e argumentos		D
02	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D7 - Identificar opinião ou argumento explícito		C
03	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D21 - Reconhecer posições distintas sobre o mesmo tema		C
04	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D16 - Inferir efeitos de sentido em textos multissemióticos		C
05	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D18 - Calcular o resultado de adições, subtrações, multiplicações ou divisões envolvendo números reais.	C
06	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D18 - Calcular o resultado de multiplicações ou divisões envolvendo números reais.	D
07	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D18 - Calcular o resultado de divisões envolvendo números reais.	B
08	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D18 - Calcular o resultado de multiplicações ou divisões envolvendo números reais.	A

2ª SEMANA

1. Organizador Curricular

Unidade Temática	Expressão Corporal e Dança	Questões
Objetos de Conhecimento	Quadrilha junina uma dança cultural brasileira A adaptação da Quadrilha reflete a miscigenação cultural brasileira	Questão 11 a 21

2. Resumo Teórico

De olho no conceito 

Quadrilha Junina e cultura brasileira

A Quadrilha Junina, ícone das festividades brasileiras, tem suas raízes nas danças de salão europeias do século XIX, especialmente na quadrille francesa. Originada nas cortes aristocráticas, essa dança chegou ao Brasil durante o período colonial, trazida pela elite portuguesa e adaptada às tradições locais. “A quadrilha junina deriva da quadrille francesa, mas foi ressignificada no Brasil rural, tornando-se um símbolo da cultura popular nordestina” (OLIVEIRA, 2005, p. 17).

Enquanto na Europa a quadrille era marcada por movimentos formais e coreografias simétricas, no Brasil ela ganhou um caráter popular, incorporando elementos lúdicos e narrativos, como a encenação de casamentos caipiras, que hoje são centrais nas festas juninas. Segundo Silva (2012), as festas juninas representam um dos principais exemplos do hibridismo cultural brasileiro, ao reunirem elementos oriundos de tradições europeias com influências indígenas e africanas.

A adaptação da Quadrilha reflete a miscigenação cultural brasileira. Enquanto as danças europeias, como a valsa e a polca, mantinham estruturas rígidas e hierarquias sociais, a versão brasileira absorveu influências indígenas, africanas e rurais. Os passos foram simplificados, os trajes substituíram casacas por roupas de chita, e a música integrou instrumentos como a sanfona e o triângulo, distanciando-se dos pianos e violinos europeus. Essa transformação ilustra como o Brasil reinterpretou tradições estrangeiras, criando uma expressão única.

Coreograficamente, a Quadrilha preserva traços europeus, como a formação em pares e comandos dados por um “marcador”. No entanto, diferencia-se pela inclusão de brincadeiras e improvisações, como o “roubo da noiva” ou o “túnel”, ausentes nas origens aristocráticas. A Quadrilha valoriza a espontaneidade e o humor, refletindo a identidade coletiva e festiva do povo brasileiro.

A música também evidencia esse diálogo. Se na Europa a quadrille era acompanhada por orquestras clássicas, no Nordeste brasileiro, o forró e o xote – ritmos derivados da polca e da mazurca – ganharam batidas aceleradas e letras que celebram a vida rural. Instrumentos como a zabumba e o pandeiro, de origem africana, mesclam-se ao acordeão, de origem europeia, simbolizando a fusão de culturas que define o país.

Assim, a Quadrilha Junina é mais que uma dança folclórica; é um testemunho da capacidade brasileira de absorver influências externas e transformá-las em algo singular. Tornando-se um símbolo de resistência cultural e alegria compartilhada. Essa relação mostra como a arte transcende fronteiras.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, João Batista de. *Quadrilha: dança e tradição nas festas juninas brasileiras*. Recife: Fundação Joaquim Nabuco, 2005.

SILVA, Rita de Cássia da. A quadrilha junina e o hibridismo cultural no Nordeste. *Revista Araticum*, v. 4, n. 2, p. 102–120, 2012.

Plano de Aula de Educação Física – Nono Ano do Ensino Fundamental

🎯 Tema: Quadrilha Junina e cultura brasileira

🕒 Duração: 1 hora e 40 minutos

1. 🎯 Objetivos da Aula

- 🌍 Reconhecer a Quadrilha Junina como expressão cultural híbrida, fruto da fusão entre tradições europeias e brasileiras.
- 👤🎵 Vivenciar práticas corporais que integrem ritmo, coordenação motora e trabalho em equipe.
- 🌍 Pensar a dança na preservação da identidade cultural e na promoção da saúde.
- 👉 Promover o respeito à diversidade cultural.

2. 😞 Problematização Inicial (15 minutos)

- ? Pergunta norteadora: “Como a Quadrilha Junina, originária de danças europeias, tornou-se um símbolo da cultura brasileira e uma ferramenta de resistência cultural?”
- 👤 Dinâmica: Exibição de um vídeo curto (3 minutos) com trechos da Quadrilha Junina e da quadrille francesa.
- 💬 Debate rápido: “Quais semelhanças e diferenças vocês observam entre as danças?” “Por que a dança pode ser considerada uma forma de resistência cultural?”

3. 🎵 Atividade Prática: Vivência da Quadrilha Junina (30 minutos)

Integração movimento e cultura:

👣 Ensino de passos básicos:

Quadrilha Junina: Passos laterais (“caminho da roça”), giros em duplas e palmas rítmicas.

📝 Coleta de dados:

Grupos de 5 alunos praticam cada dança por 5 minutos.

Observadores registram em tabela: Número de giros completos (Quadrilha).

4. 📊 Análise de Dados e Reflexão Interdisciplinar (30 minutos)

📊 Criação de gráficos coletivos:

Tabela de dupla entrada no quadro com dados de giros e passos. Elaboração de gráfico de barras comparando a intensidade dos movimentos.

🧠 Discussão guiada: “Qual dança exigiu mais coordenação? Por quê?” “Como os dados refletem diferenças culturais nas práticas corporais?”

5. 🗣️ Reflexão Crítica e Produção Textual (20 minutos)

💬 Debate: “Por que a Quadrilha Junina incorpora elementos como o ‘roubo da noiva’ e trajes de chita?” “Como a dança contribui para a saúde física e emocional?”

📝 Produção de um texto coletivo: “Dançar Quadrilha me faz sentir...” (ênfase em emoções e conexão cultural).

6. 🎯 Conclusão e 📖 Lição de Casa (15 minutos)

🧠 Síntese:

Retomar a problematização, destacando como a dança une tradição, movimento e resistência cultural.

📦 Recursos Necessários:

👤 Projetor para exibição de vídeo.

🎵 Músicas: “Chapéu de Palha” (Quadrilha) e trilha de polca tradicional.

📄 Tabelas impressas, papel, lápis e cartolina para gráficos.

 Espaço amplo (quadra ou pátio).

 Avaliação:

 Participação: Envolvimento nas danças, coleta de dados e debates.

“A dança é linguagem, diálogo, vida em movimento.”
(Gabriel Paes Neto)

QUESTÕES DE EDUCAÇÃO FÍSICA E LÍNGUA PORTUGUESA

QUESTÃO 10

D7 - Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos

Leia o trecho: “A Quadrilha Junina evoluiu, tornando-se um símbolo de resistência cultural e alegria compartilhada.” Qual parte dessa afirmação expressa um posicionamento explícito sobre a dança?

- A) A dança utiliza instrumentos como sanfona e triângulo.
- B) A dança incorpora elementos como giros em duplas.
- C) A dança tornou-se um símbolo de resistência cultural.
- D) A dança tem origem na quadrille francesa.

Gabarito: C) A dança tornou-se um símbolo de resistência cultural.

Gabarito comentado: A expressão “símbolo de resistência cultural” reflete uma interpretação subjetiva sobre o significado social da Quadrilha, caracterizando um posicionamento explícito. As demais alternativas apresentam fatos objetivos ou descrições neutras.

- A) Incorreta - O cartaz apenas contrasta contextos culturais sem estabelecer hierarquia entre as danças.
- B) Incorreta - A quadrilha junina adaptou a tradição europeia com elementos brasileiros únicos, não sendo cópia fiel.
- D) Incorreta - A comparação justamente evidencia a originalidade da versão brasileira em relação à europeia.

QUESTÃO 11

D16 - Inferir efeitos críticos em textos multissemióticos

Em um cartaz que promove a Quadrilha Junina, há imagens de dançarinos vestidos com roupas de chita ao lado de pinturas clássicas de bailes aristocráticos europeus. Qual efeito crítico essa comparação visual busca transmitir?

- A) Destacar a superioridade técnica das coreografias europeias.
- B) Mostrar que a dança brasileira é uma cópia fiel das tradições europeias.
- C) Evidenciar a transformação de uma prática elitista em uma expressão popular e autêntica.
- D) Sugerir que a dança brasileira não possui elementos originais.

Gabarito: C) Evidenciar a transformação de uma prática elitista em uma expressão popular e autêntica

Gabarito comentado: A justaposição de imagens contrastantes busca ressaltar como a Quadrilha adaptou uma tradição europeia, transformando-a em uma manifestação cultural única e acessível. As demais alternativas ignoram o contexto de resistência e reinvenção apresentado.

- A) Incorreta - A comparação não estabelece hierarquia de valor, apenas contrasta origens e contextos diferentes.
- B) Incorreta - A imagem evidencia justamente as adaptações brasileiras que diferenciam a quadrilha de suas origens europeias.
- D) Incorreta - A composição destaca os elementos originais incorporados pela cultura brasileira à tradição europeia.

QUESTÃO 12

D7 - Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos

Leia o trecho: “A música da Quadrilha Junina simboliza a fusão de culturas que define o país.” Qual elemento dessa afirmação caracteriza uma opinião?

- A) A música utiliza zabumba e acordeão.
- B) A música é derivada da polca e da mazurca.
- C) A música simboliza a fusão de culturas.
- D) A música possui batidas aceleradas.

Gabarito: C) A música simboliza a fusão de culturas.

Gabarito comentado: A expressão “simboliza a fusão de culturas” implica uma interpretação subjetiva sobre o significado da música, configurando uma opinião. As demais alternativas descrevem aspectos objetivos da composição musical.

- A) Incorreta - Apresenta um fato objetivo sobre os instrumentos utilizados, não uma opinião.
- B) Incorreta - Indica uma informação histórica verificável sobre as origens da música, não uma interpretação subjetiva.
- D) Incorreta - Descreve uma característica mensurável do ritmo musical, não uma avaliação pessoal.

QUESTÃO 13

D16 - Inferir efeitos críticos em textos multissemióticos

Em uma apresentação teatral, atores representam tanto a quadrille francesa quanto a Quadrilha Junina, destacando os trajes e os movimentos de cada uma. Qual é o objetivo principal dessa representação?

- A) Demonstrar que a dança brasileira é mais complexa que a europeia.
- B) Criticar a falta de originalidade das tradições folclóricas.
- C) Mostrar como a cultura brasileira reinterpretou uma herança europeia de forma criativa.
- D) Enfatizar que a dança europeia é mais adequada para festas modernas.

Gabarito: C) Mostrar como a cultura brasileira reinterpretou uma herança europeia de forma criativa.

Gabarito comentado: A encenação contrastante visa destacar a capacidade de adaptação e reinvenção cultural, evidenciando como a Quadrilha transformou uma tradição estrangeira em algo singular. As demais alternativas distorcem o propósito crítico ou simplificam a relação histórica.

- A) Incorreta - A apresentação não busca estabelecer comparações de complexidade, mas sim mostrar o processo de transformação cultural.
- B) Incorreta - O propósito é valorizar a criatividade da reinterpretação, não criticar suposta falta de originalidade.
- D) Incorreta - Não há indicação de que a apresentação queira promover a dança europeia como mais adequada para a contemporaneidade.

QUESTÕES DE EDUCAÇÃO FÍSICA E MATEMÁTICA

QUESTÃO 14

D15 - Conversão de unidades de tempo

Durante um ensaio de Quadrilha Junina, um grupo praticou por 180 minutos. Quantas horas durou esse ensaio?

- A) 1,5 horas
- B) 2 horas

- C) 3 horas
- D) 4 horas

Gabarito: C) 3 horas

Gabarito comentado: Para converter minutos em horas, divide-se o total por 60. Assim, $180 \div 60 = 3$ horas. Distratores como A e E surgem de divisões incorretas ou confusão entre minutos e segundos.

- A) Incorreta - 1,5 horas equivalem a 90 minutos, não a 180 minutos.
- B) Incorreta - 2 horas equivalem a 120 minutos, abaixo do tempo praticado.
- D) Incorreta - 4 horas equivalem a 240 minutos, ultrapassando o tempo real.

QUESTÃO 15

D15 - Conversão de unidades de comprimento

Uma coreografia da Quadrilha exige que os dançarinos avancem 450 cm em linha reta. Qual é essa distância em metros?

- A) 0,45 m
- B) 4,5 m
- C) 45 m
- D) 4500 m

Gabarito: C) 45 m

Gabarito comentado: 4,5 m correspondem exatamente a 450 cm ($1 \text{ m} = 100 \text{ cm}$, então $450 \text{ cm} \div 100 = 4,5 \text{ m}$).

- A) Incorreta - 0,45 m equivalem a 45 cm, não a 450 cm.
- C) Incorreta - 45 m representam 4500 cm, valor muito superior ao necessário.
- D) Incorreta - 4500 m equivalem a 450.000 cm, totalmente fora da medida solicitada.

QUESTÃO 16

D15 - Conversão de unidades de massa

Os tambores usados na Quadrilha pesam 3,2 kg cada. Se uma escola comprou 5 tambores, qual a massa total em gramas?

Alternativas:

- A) 1600 g
- B) 3200 g
- C) 16000 g
- D) 32000 g

Gabarito: C) 16000 g

Gabarito comentado: Primeiro, multiplica-se a massa unitária pela quantidade: $3,2 \times 5 = 16,2 \times 5 = 16 \text{ kg}$. Convertendo kg para gramas: $16 \times 1000 = 16000$. Distratores como A e B ignoram a multiplicação pela quantidade ou a conversão para gramas.

- A) Incorreta - 1600 g equivalem a apenas 1 tambor ($3,2 \text{ kg} = 3200 \text{ g}$), não 5.
- B) Incorreta - 3200 g representam a massa de apenas 1 tambor, não 5.
- D) Incorreta - 32000 g seria o peso de 10 tambores ($5 \times 3,2 \text{ kg} = 16 \text{ kg} \rightarrow 16000 \text{ g}$).

QUESTÃO 17

D15 - Conversão de unidades de volume

Para uma apresentação, foram preparados 2,5 litros de suco para os dançarinos. Quantos mililitros isso representa?

Alternativas:

- A) 25 mL
- B) 250 mL
- C) 2500 mL
- D) 25000 mL

Gabarito: C) 2500 mL

Gabarito comentado: 1 litro equivale a 1000 mililitros. Assim, $2,5 \times 1000 = 2500$, $2,5 \times 1000 = 2500$ mL.

Alternativas como B e D resultam de erros na multiplicação ou uso de fatores de conversão incorretos.

A) Incorreta - 25 mL equivalem a 0,025 litros, muito abaixo da quantidade preparada.

B) Incorreta - 250 mL correspondem a 0,25 litros, apenas 10% do volume total.

D) Incorreta - 25000 mL representam 25 litros, valor 10 vezes maior que o preparado.

Quadro de habilidades e descritores usados

Questão	Habilidade de Educação Física	Descritores prioritários acionados		Gabarito
		Língua Portuguesa	Matemática	
10	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D7 - Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos		C
11	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D16 - Inferir efeitos críticos em textos multissemióticos		C
12	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D7 - Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos		C
13	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.	D16 - Inferir efeitos críticos em textos multissemióticos		C
14	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D15 - Conversão de unidades de tempo	C
15	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D15 - Conversão de unidades de comprimento	C
16	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D15 - Conversão de unidades de massa	C
17	EF35EF09 - Experimentar, recriar e fruir danças populares do Brasil e do mundo e danças de matriz indígena e africana, valorizando e respeitando os diferentes sentidos e significados dessas danças em suas culturas de origem.		D15 - Conversão de unidades de volume	C

3ª SEMANA

1. Organizador Curricular

Unidade Temática	Ginástica	Questões
Objetos de Conhecimento	Ginástica nas Academias: Estilo de Vida para Corpo Saudável	Questão 19 a 26

2. Resumo Teórico

De olho no conceito **Ginástica nas Academias: Estilo de Vida para Corpo Saudável**

A ginástica praticada nas academias atuais transcende os limites do culto ao corpo e da estética corporal. Ela se estrutura como uma pedagogia do movimento orientada ao autocuidado, à saúde e à regulação do corpo em sua funcionalidade cotidiana. Suas bases históricas e epistemológicas dialogam diretamente com as propostas da ginástica francesa de Georges Demeny, da ginástica sueca de Pehr Henrik Ling e com o conceito foucaultiano de “cuidado de si”.

A proposta de Demeny, desenvolvida na virada do século XIX para o XX, enfatizava a ginástica racional, científica e moderada, com atenção à eficiência dos movimentos e à economia de esforços. Para o autor, uma boa prática corporal deveria considerar os efeitos fisiológicos e higiênicos do exercício, evitando o desgaste excessivo e promovendo equilíbrio e vigor funcional (GOIS JUNIOR, 2015, p. 146). Essa visão se reflete nas práticas de musculação e funcional contemporâneas, nas quais a orientação profissional visa não ao extremo desempenho, mas à preservação e ao aperfeiçoamento da saúde e da postura.

Por sua vez, a ginástica sueca de Ling desenvolveu-se como um sistema educativo, terapêutico e corretivo. Seu método valorizava a simetria, a repetição e a progressividade dos exercícios, com foco na reeducação postural e no fortalecimento físico geral (SOARES; MELO, 2006, p. 211). Essa estruturação permanece como fundamento das aulas de step, jump e ginástica aeróbica, nas quais o movimento metódico e coletivo é mediado por princípios biomecânicos e fisiológicos. A organização das sequências em aula, com crescente complexidade e controle, remete diretamente à herança metodológica da ginástica sueca.

Além das influências europeias, a ginástica nas academias deve ser analisada sob a perspectiva filosófica contemporânea. Michel Foucault, ao elaborar o conceito de “cuidado de si”, destaca a importância de práticas corporais como modos de subjetivação e resistência. Cuidar de si, nesse contexto, é mais do que manter-se saudável; é uma atitude ética de vigilância sobre si, de constituição subjetiva e de liberdade em relação às imposições normativas (GLEYSE; MENDES, 2015, p. 510). A academia, assim, torna-se um espaço de “tecnologias do eu”, em que os sujeitos investem na autogestão da saúde e na regulação dos afetos, construindo um estilo de vida pautado na disciplina voluntária e no prazer do movimento.

Nessa perspectiva, a prática da ginástica deixa de ser um mero instrumento de rendimento atlético para se tornar um espaço de expressão e desenvolvimento pessoal. A estruturação das aulas, o acompanhamento individualizado e os discursos motivacionais presentes nas academias apontam para um modelo de corpo que deve ser gerido e cultivado – não por imposição externa, mas como escolha autônoma e consciente.

A articulação entre esses três referenciais – Demeny, Ling e Foucault – permite compreender a ginástica contemporânea como herdeira de tradições pedagógicas e filosóficas

que a ressignificam como prática de cuidado, saúde e liberdade. A musculação se alinha à proposta de Demeny quando promove exercícios sistematizados com ênfase na função e na economia de esforço (GOIS JUNIOR, 2015). O step e o jump, por sua vez, evocam o método sueco na organização dos gestos e na progressão das cargas (SOARES; MELO, 2006). E todo esse processo é atravessado por práticas foucaultianas do cuidado de si, que valorizam o corpo como território de experiências éticas e políticas (GLEYSE; MENDES, 2015).

Portanto, a ginástica nas academias deve ser compreendida não apenas como atividade física, mas como prática cultural complexa. Ela combina elementos da tradição europeia da ginástica científica com as exigências contemporâneas de saúde, bem-estar e autonomia, constituindo-se como um verdadeiro estilo de vida que reafirma o corpo não só como objeto de trabalho, mas como espaço de liberdade, cuidado e existência.

REFERÊNCIAS

FOUCAULT, Michel. Tecnologias do eu. In: RABINOW, Paul; DREYFUS, Hubert L. (Org.). *Michel Foucault: uma trajetória filosófica*. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995. p. 225–263.

GLEYSE, Jacques; MENDES, Thais Z. R. Tecnologias do eu e práticas corporais: Foucault e a produção contemporânea de subjetividades nas academias. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 37, n. 2, p. 504–513, 2015.

GOIS JUNIOR, Esmar da Costa. Georges Demeny e os fundamentos de uma ginástica racional. In: SOARES, Carmen Lúcia et al. (Org.). *Corpo, ginástica e sociedade*. Campinas: Autores Associados, 2015. p. 139–153.

SOARES, Carmen Lúcia; MELO, Victor Andrade de. A ginástica sueca de Pehr Henrik Ling: fundamentos, métodos e difusão. In: SOARES, Carmen Lúcia et al. (Org.). *Corpo, ginástica e sociedade*. Campinas: Autores Associados, 2006. p. 209–226.

PLANO DE AULA – EDUCAÇÃO FÍSICA

 Ano: 9º ano do Ensino Fundamental

 Duração: 1h40 (duas aulas de 50 minutos)

 Tema: Ginástica nas academias: cuidado de si e estilo de vida saudável

1. OBJETIVOS GERAIS

 Compreender a ginástica nas academias como uma prática corporal que envolve aspectos históricos, filosóficos, culturais e de saúde.

 Refletir sobre o corpo como espaço de cuidado, liberdade e expressão.

 Desenvolver a consciência crítica sobre os discursos contemporâneos em torno da saúde, da estética e da funcionalidade corporal.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

 Identificar influências históricas na prática da ginástica atual (Demeny, Ling, Foucault).

 Vivenciar práticas de ginástica que valorizem o autocuidado, a postura e o movimento consciente.

 Analisar criticamente a relação entre ginástica, estética e saúde no cotidiano juvenil.

3. ETAPA INICIAL – PROBLEMATIZAÇÃO (20 minutos)

 Questão disparadora: “Será que a ginástica feita nas academias é só para ‘ter o corpo perfeito’ ou ela também pode ser uma prática de liberdade, cuidado e saúde?”

 Atividade: Exibição de imagens ou pequenos trechos de vídeos que mostrem práticas diversas de ginástica (musculação, aeróbica, funcional).

 Debate guiado: O que os alunos pensam sobre o corpo ideal? Como as academias influenciam nosso modo de viver?

4. ETAPA DE DESENVOLVIMENTO (60 minutos)

Parte prática com mediação reflexiva:

 Circuito funcional: Adaptado com ênfase na postura, controle respiratório e execução consciente dos movimentos.

 Ginástica coletiva: Sequência inspirada na ginástica sueca (step e jump leve), com progressão e simetria.

 Pausa reflexiva entre os blocos:

Breves comentários relacionando a prática ao cuidado de si (Foucault) e à economia de esforços (Demeny).

5.  ETAPA FINAL – SÍNTESE E AVALIAÇÃO (20 minutos)

 Roda de conversa:

Como foi a experiência de praticar com foco no cuidado e não no rendimento?

O que mudou na percepção sobre ginástica nas academias?

 Registro individual:

Responder por escrito: "O que significa cuidar de si através do movimento?"

6.  AVALIAÇÃO

 Participação no debate inicial.

 Envolvimento e consciência corporal nas práticas.

 Capacidade de estabelecer relações entre teoria e prática na discussão final.

 Clareza e criticidade no registro escrito.

QUESTÕES DE EDUCAÇÃO FÍSICA E LÍNGUA PORTUGUESA

QUESTÃO 19

D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos em textos.

Durante as aulas de Educação Física, os alunos estudaram como a ginástica nas academias está relacionada a práticas de cuidado com o corpo. A professora destacou que a atividade pode ser compreendida como uma escolha ética de autoconhecimento e saúde. Com base nessa abordagem, qual posicionamento está sendo apresentado?

- A) A ginástica deve ser usada para alcançar padrões estéticos impostos pela mídia.
- B) O exercício físico tem como principal objetivo o emagrecimento rápido.
- C) A ginástica pode ser praticada como forma de cuidado de si e construção da autonomia.
- D) Os treinos intensivos são os únicos eficazes para a saúde corporal.

Gabarito: C) A ginástica pode ser praticada como forma de cuidado de si e construção da autonomia.

Comentário: A proposta trabalhada apresenta a ginástica como prática ética de autogestão e liberdade corporal. Trata-se de uma visão que vai além da estética, considerando o corpo como espaço de cuidado e desenvolvimento pessoal.

A) Incorreto. Associa a prática apenas à estética, o que é limitado diante da abordagem da aula.

B) Incorreto. Reduz a função da ginástica ao emagrecimento, desconsiderando seu caráter filosófico e pedagógico.

D) Incorreto. Generaliza a eficácia apenas ao alto desempenho, o que contraria a proposta de equilíbrio.

QUESTÃO 20

D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos em textos.

Nas aulas sobre ginástica, foi mencionado que práticas como musculação e step são influenciadas por métodos históricos. Considerando esse aspecto, qual argumento justifica a presença de fundamentos antigos nas aulas modernas?

- A) A ginástica atual é completamente distinta das práticas passadas.
- B) As aulas contemporâneas seguem modismos e não têm base científica.
- C) As práticas corporais modernas dialogam com tradições pedagógicas como a ginástica sueca e francesa.
- D) O foco da ginástica hoje é apenas o rendimento atlético de alto nível.

Gabarito: C) As práticas corporais modernas dialogam com tradições pedagógicas como a ginástica sueca e francesa.

Comentário: A alternativa correta reconhece a influência histórica das propostas de Demeny e Ling nas práticas contemporâneas, mostrando como essas tradições fundamentam a organização e os objetivos da ginástica atual.

- A) Incorreto. Aponta uma ruptura que o texto nega, já que há continuidade histórica.
- B) Incorreto. Desconsidera a base científica e metodológica mencionada.
- D) Incorreto. Ignora o foco no autocuidado e saúde.

QUESTÃO 21

D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido ou crítica.

Durante uma aula, os estudantes analisaram imagens de propagandas de academias. As imagens mostravam corpos definidos e ambientes limpos e organizados. Qual é o efeito de sentido que essas imagens podem sugerir?

- A) Que todos devem praticar atividade física por obrigação.
- B) Que a ginástica só pode ser feita por atletas profissionais.
- C) Que as academias são espaços para competição entre os frequentadores.
- D) Que o corpo ativo pode representar saúde, disciplina e liberdade de escolha.

Gabarito: D) Que o corpo ativo pode representar saúde, disciplina e liberdade de escolha.

Comentário: A leitura crítica das imagens permite compreender que o discurso visual das academias reforça a ideia de estilo de vida saudável e escolha autônoma, especialmente quando associado ao “cuidado de si”.

- A) Incorreto. Aponta obrigação, enquanto o foco é escolha consciente.
- B) Incorreto. Restringe a prática a um grupo seletivo, o que não condiz com o conteúdo.
- C) Incorreto. Valoriza a competição, que não foi destacada no material.

QUESTÃO 22

D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido ou crítica.

Em uma atividade, os alunos assistiram a vídeos que mostram diferentes modalidades de ginástica nas academias. Alguns comentaram que essas imagens exaltavam o corpo ideal, enquanto outros perceberam nelas um incentivo ao cuidado com a saúde. O que essa situação mostra sobre a leitura de textos multimodais?

- A) Que toda imagem relacionada ao corpo tem um único significado.
- B) Que vídeos de academias servem apenas para promover padrões de beleza.
- C) Que o sentido atribuído a uma imagem pode variar conforme a experiência de quem a interpreta.
- D) Que é impossível fazer uma análise crítica de vídeos publicitários.

Gabarito: C) Que o sentido atribuído a uma imagem pode variar conforme a experiência de quem a interpreta.

Comentário: As interpretações divergentes dos alunos mostram que os sentidos de uma imagem dependem da leitura crítica e do repertório individual, o que é essencial para compreender o efeito de textos multimodais.

- A) Incorreto. Ignora a pluralidade de sentidos possíveis.
- B) Incorreto. Reduz a intenção comunicativa das imagens.
- D) Incorreto. Desconsidera a capacidade crítica dos alunos.

QUESTÕES EDUCAÇÃO FÍSICA E MATEMÁTICA

QUESTÃO 23

D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.

Durante uma atividade de ginástica funcional, os alunos realizaram um circuito de 25 minutos. A professora pediu para que registrassem esse tempo em segundos, a fim de analisarem seu desempenho na aula seguinte. Qual o tempo correspondente em segundos?

- A) 1250 segundos
- B) 1450 segundos
- C) 1500 segundos
- D) 1600 segundos

Gabarito: C) 1500 segundos

Comentário: Basta multiplicar 25 minutos por 60, resultando em 1500 segundos. É uma conversão direta de unidade de tempo.

- A) Erro de cálculo parcial.
- B) Soma incorreta (25×58).
- D) Extrapolação do tempo real.

QUESTÃO 24

D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.

Em uma aula de step, a altura de cada degrau utilizado era de 25 centímetros. Ao todo, os alunos subiram 40 degraus. Qual foi a altura total, em metros, percorrida verticalmente ao final do exercício?

- A) 8,5 m
- B) 9 m
- C) 10 m
- D) 11 m

Gabarito: C) 10 m

Comentário: Multiplica-se $25 \text{ cm} \times 40 = 1000 \text{ cm}$. Convertendo para metros: $1000 \div 100 = 10 \text{ m}$.

- A) Conversão errada.
- B) Subestimação da altura.
- D) Superestimação da altura.

QUESTÃO 25

D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.

Para realizar uma aula de jump, o professor preparou 0,75 litros de água para cada aluno. Sabendo que havia 12 alunos, qual foi o total de água usado em mililitros?

- A) 7200 mL
- B) 7500 mL
- C) 8400 mL
- D) 9000 mL

Gabarito: D) 9000 mL

Comentário: $0,75 \text{ L} \times 12 = 9 \text{ L}$. Convertendo para mL: $9 \times 1000 = 9000 \text{ mL}$.

- A) Erro de multiplicação.
- B) Resultado intermediário incorreto.
- C) Confusão no valor de litro para mililitro.

QUESTÃO 26

D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.

Uma turma foi dividida em grupos para realizar exercícios com halteres de 2,5 kg cada. Se cada grupo utilizou 8 halteres, qual foi o total de massa levantada por grupo em gramas?

- A) 20000 g
- B) 18000 g
- C) 17500 g
- D) 16000 g

Gabarito: A) 20000 g

Comentário: $2,5 \text{ kg} \times 8 = 20 \text{ kg}$. Convertendo para gramas: $20 \times 1000 = 20000 \text{ g}$.

- B) Subestimação (18 kg).
- C) Conversão errada (erro na multiplicação).
- D) Erro na multiplicação do peso individual.

Quadro de habilidades e descritores usados

Questão	Habilidade de Educação Física	Descritores prioritários acionados		Gabarito
		Língua Portuguesa	Matemática	
19	EF89EF11 - Identificar as diferenças e semelhanças entre a ginástica de conscientização corporal e as de condicionamento físico e discutir como a prática de cada uma dessas manifestações pode contribuir para a melhoria das condições de vida, saúde, bem-estar e cuidado consigo mesmo.	D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos em textos.		C
20	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.	D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos em textos.		C
21	EF89EF08 - Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).	D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido ou crítica.		D

22	EF89EF08 - Discutir as transformações históricas dos padrões de desempenho, saúde e beleza, considerando a forma como são apresentados nos diferentes meios (científico, midiático etc.).	D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido ou crítica.		C
23	EF89EF07 - Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.		D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.	C
24	EF89EF07 - Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.		D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.	C
25	EF89EF07 - Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.		D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.	D
26	EF89EF07 - Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.		D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversão de unidades.	A

4ª SEMANA

1. Organizador Curricular

Unidade Temática	Ginástica	Questões
Objetos de Conhecimento	Sistemas ofensivo de futsal	Questão 27 a 34

2. Resumo Teórico

De olho no conceito 

SISTEMAS DE ATAQUE NO FUTSAL

1. Introdução aos Sistemas de Ataque no Futsal

No Futsal, o ataque é a chave para criar oportunidades de gol e dominar o jogo. Um sistema de ataque bem estruturado permite que a equipe explore espaços, mantenha a posse de bola e finalize com eficiência. Os sistemas variam conforme a disposição dos jogadores e o estilo de jogo, exigindo adaptação constante às estratégias defensivas do adversário.

a) Sistema 2-2 (Quadrado)

- Dois jogadores atuam próximos à linha de fundo adversária (pivôs).
- Dois jogadores ficam mais recuados, auxiliando na criação de jogadas (alas).

Vantagens:

- Equilíbrio entre criação e cobertura defensiva.
- Permite trocas rápidas de posição.

Indicação: Ideal para equipes que buscam versatilidade e pressão constante.

b) Sistema 3-1 (Triângulo com Pivô)

- Três jogadores formam uma base recuada (alas e fixo).
- Um pivô atua próximo à área adversária.

Vantagens:

- Concentração de passes no pivô.
- Eficaz contra defesas fechadas.

Indicação: Para equipes com pivô técnico e bons finalizadores.

c) Sistema 4-0 (Linha)

- Todos os jogadores se posicionam em linha.
- Movimentação constante e passes curtos.

Vantagens:

- Mantém posse de bola.
- Exige alta sincronia e comunicação.

Indicação: Para equipes com boa técnica e paciência tática.

d) Sistema 1-2-1 (Losango)

- Um jogador atua como pivô.
- Dois alas nas laterais e um fixo recuado.

Vantagens:

- Cria opções de passe em todas as zonas.
- Permite infiltrações rápidas.

Indicação: Eficaz contra defesas que fecham o centro.

3. Atividades Práticas para Treinar os Sistemas

Simulação do Sistema 3-1:

- Treinar a distribuição de bola para o pivô.

- Dividir em duas equipes de 4 jogadores.
 - Pivô recebe dos alas e finaliza.
- Exercício de Posse de Bola no Sistema 4-0:
- Melhorar circulação de passes e paciência ofensiva.
 - Manter posse com passes curtos por 1 minuto.
 - Adicionar defensor para dificultar.

4. Reflexão Crítica

Perguntas para os alunos:

- Qual sistema exige maior comunicação entre os jogadores? Por quê?
- Como a escolha do sistema pode explorar as fraquezas defensivas adversárias?

Segundo Costa (2015) “O sistema 3-1 é o mais utilizado nas categorias de rendimento, pois permite equilíbrio entre ataque e defesa, com destaque para a atuação técnica e tática do pivô” (COSTA, 2015, p. 89). Costa (2015) afirma que o sistema 2-2 é indicado para equipes em formação, pois favorece a organização e a cobertura defensiva, enquanto o 4-0 exige elevada capacidade técnica e sincronia.

Para Ferreira (2008) a “compreensão dos sistemas táticos é essencial para o desenvolvimento coletivo da equipe, pois permite a otimização do espaço de jogo” (FERREIRA, 2008, p. 67). De acordo com Ferreira (2008), os sistemas ofensivos devem ser trabalhados em treinos que integrem fundamentos técnicos e leitura tática do jogo. Nesse sentido, Moura (2012) ressalta que o sistema 3-1 ainda é predominante devido à sua simplicidade de execução e forte presença do pivô como referência ofensiva.

Por fim, segundo Greco e Benda (2001), os sistemas táticos devem ser ensinados de maneira progressiva, respeitando os princípios da pedagogia do jogo. Weineck (2003) defende que atividades práticas, como simulações de sistemas de ataque, devem desenvolver capacidades físicas específicas e tomada de decisão em jogo.

REFERÊNCIAS

COSTA, Leonardo Miranda da. *Futsal: sistemas táticos ofensivos e defensivos*. 2. ed. Curitiba: Appris, 2015.

FERREIRA, Silvio Ricardo da Silva. *Fundamentos e táticas do futsal*. São Paulo: Phorte, 2008.

GRECO, Pablo Juan; BENDA, Ricardo Nascimento. *Iniciação esportiva universal: esporte, educação e desenvolvimento humano*. Belo Horizonte: UFMG, 2001.

MOURA, Thiago Milet. Sistemas de jogo e desempenho tático no futsal: análise dos sistemas 3-1 e 4-0. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, v. 4, n. 12, p. 116–124, 2012.

WEINECK, Jürgen. *Treinamento ideal*. 13. ed. São Paulo: Manole, 2003.

 Sequência Didática: Sistemas de Ataque no Futsal
 Público-alvo: Alunos do 9º ano do Ensino Fundamental
 Duração: 1 hora e 40 minutos

 Tema: Sistemas de ataque no futsal - Importância do passe, deslocamento, jogadas com pivô e goleiro-linha

 **Objetivos:**

 Compreender os diferentes sistemas de ataque no futsal e sua importância para o jogo coletivo.

 Desenvolver habilidades de passe e deslocamento.

 Aplicar princípios táticos nas jogadas com pivô e goleiro-linha.

 Estimular a leitura de jogo e a tomada de decisão.

1.  Início da Aula (20 minutos)

1.1. Problematização e Contextualização

 Pergunta inicial: “Quais são os principais desafios para um time conseguir atacar no futsal?”

 Exibição de pequenos trechos de jogos para observação dos sistemas de ataque.

 Discussão em grupo sobre as diferenças entre ataque rápido e ataque posicional.

2.  Desenvolvimento (60 minutos)

2.1. Atividade 1: Prática de Passe e Deslocamento (20 minutos)

 Em duplas e trios, os alunos realizarão exercícios de passe e deslocamento, enfatizando a precisão e o espaçamento correto na quadra.

2.2. Atividade 2: Jogadas com o Pivô (20 minutos)

 Explicação rápida sobre o papel do pivô e suas funções no ataque.

 Simulações de jogadas envolvendo o pivô, com diferentes formas de passe e movimentação.

2.3. Atividade 3: Uso do Goleiro-linha (20 minutos)

 Explicação do conceito e sua aplicação no jogo.

 Exercício prático de jogo reduzido (3x3 ou 4x4) com uso do goleiro-linha.

3.  Encerramento e Avaliação (20 minutos)

3.1. Discussão Final

 Reflexão sobre a importância da comunicação e da tomada de decisão no ataque.

 Debate sobre qual estratégia funcionou melhor e por quê.

3.2. Autoavaliação e Feedback do Professor

 Os alunos relatam o que aprenderam e as dificuldades enfrentadas.

 O professor fornece feedback e destaca pontos para aprimoramento.

 **Materiais Necessários:**

 Bolas de futsal

 Coletes para diferenciar as equipes

 Cones para marcação de espaços

 Tela ou cartazes para exibição de exemplos práticos

 **Estratégias Inclusivas:**

 Ajuste de espaço e tempo para alunos com dificuldades motoras.

 Incentivo ao trabalho em grupo para garantir participação equitativa.

 **Conclusão:**

Esta sequência didática proporciona uma abordagem estruturada para o ensino dos sistemas de ataque no futsal, conectando teoria e prática para melhorar a compreensão e a execução das jogadas pelos alunos.

    “O esporte educacional pode ser uma potência, desde que pensado por outras éticas e estéticas.” Gabriel Paes Neto.

QUESTÕES EDUCAÇÃO FÍSICA E LÍNGUA PORTUGUESA

QUESTÃO 27

D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos.

Durante uma aula sobre futsal, os alunos estudaram diferentes formas de atacar, com destaque para as vantagens e características de cada sistema. A partir dessas reflexões, qual posicionamento está implícito no texto apresentado?

- A) O sistema 3-1 é o menos eficiente porque depende muito do pivô.
- B) O sistema 4-0 é indicado para qualquer tipo de equipe, sem exceção.
- C) A escolha do sistema de ataque depende das características da equipe.
- D) O sistema 2-2 não oferece equilíbrio entre defesa e ataque.

Gabarito: C) A escolha do sistema de ataque depende das características da equipe.

Comentário: O texto deixa evidente que cada sistema possui vantagens específicas, sendo mais ou menos indicado de acordo com o perfil da equipe.

- A) Incorreto. O texto valoriza o pivô no sistema 3-1, mas não o considera ineficiente.
- B) Incorreto. O sistema 4-0 exige equipes com boa técnica e paciência, não serve para todas.
- D) Incorreto. O 2-2 é apresentado como equilibrado entre defesa e ataque.

QUESTÃO 28

D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido.

Um infográfico apresentou os quatro principais sistemas ofensivos do futsal com imagens e ícones representando movimentações, zonas de ataque e indicações de passe. Com base nesse tipo de linguagem, o que se espera como efeito de sentido?

- A) Estimular o aluno a memorizar nomes dos jogadores.
- B) Conduzir o aluno a criticar os sistemas tradicionais.
- C) Facilitar a visualização dos movimentos e táticas propostas.
- D) Limitar o entendimento do conteúdo a um único sistema.

Gabarito: C) Facilitar a visualização dos movimentos e táticas propostas.

Comentário: A função dos recursos multissemióticos (como ícones e imagens) é tornar o conteúdo mais acessível, visual e compreensível.

- A) Incorreto. O foco não é memorização de nomes, mas de conceitos e ações.
- B) Incorreto. O infográfico não é opinativo, mas explicativo.
- D) Incorreto. Pelo contrário, ele apresenta múltiplos sistemas.

QUESTÃO 29

D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos.

Em um trecho da aula, o professor afirmou que “o sistema 4-0 exige sincronia entre os jogadores e boa técnica de passe”. Esse trecho expressa:

- A) Uma crítica à técnica de passe dos alunos.
- B) Uma regra oficial da confederação de futsal.
- C) Um posicionamento fundamentado sobre o sistema.
- D) Um exemplo aleatório de movimentação em quadra.

Gabarito: C) Um posicionamento fundamentado sobre o sistema.

Comentário: A fala traz uma opinião técnica com base nas exigências do sistema 4-0, caracterizando um posicionamento.

- A) Incorreto. Não se trata de crítica aos alunos.
- B) Incorreto. A frase não é uma regra, mas uma análise pedagógica.
- D) Incorreto. O exemplo é específico e argumentativo, não aleatório.

QUESTÃO 30

D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido.

Durante a leitura de uma tabela comparativa entre os sistemas 2-2 e 3-1, os alunos perceberam símbolos diferentes indicando pressão e amplitude. Qual o efeito de sentido que esse recurso busca produzir?

- A) Confundir os alunos sobre a posição dos jogadores.
- B) Mostrar que todos os sistemas são iguais.
- C) Estimular a memorização das regras do futsal.
- D) Representar visualmente conceitos táticos abstratos.

Gabarito: D) Representar visualmente conceitos táticos abstratos.

Comentário: A simbologia na tabela ajuda os alunos a compreender de forma concreta conceitos como “pressão” e “amplitude”, que são abstratos na oralidade.

- A) Incorreto. O recurso visa esclarecer, e não confundir.
- B) Incorreto. A tabela mostra diferenças, não igualdades.
- C) Incorreto. O foco está na tática, não na regra.

QUESTÕES EDUCAÇÃO FÍSICA E MATEMÁTICA

QUESTÃO 31

D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.

Durante um exercício físico, um aluno correu 1,5 quilômetros em 10 minutos. Qual foi a distância percorrida por esse aluno em metros?

- A) 150 m
- B) 1.050 m
- C) 1.500 m
- D) 15.000 m

Gabarito: C) 1.500 m

Comentário: A conversão correta de 1,5 quilômetros para metros resulta em 1.500 metros.

- A) Incorreto. Equivale a 0,15 km.
- B) Incorreto. Valor intermediário incorreto.
- D) Incorreto. Erro de escala: 15 km.

QUESTÃO 32

D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.

Durante uma aula prática de futsal, foram utilizados cones de 1,2 kg cada. Se foram usados 8 cones, qual foi o peso total em gramas?

- A) 9.600 g
- B) 96 g
- C) 960 g
- D) 1.600 g

Gabarito: A) 9.600 g

Comentário: $1,2 \text{ kg} \times 8 = 9,6 \text{ kg}$. Convertendo para gramas: $9,6 \times 1.000 = 9.600 \text{ g}$.

B) Incorreto. Resulta de uma conversão equivocada de kg para g.

- C) Incorreto. Resulta de considerar 1,2 como 120 g.
 D) Incorreto. Refere-se a 1,6 kg, que é incorreto.

QUESTÃO 33

D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.

Em uma atividade com o sistema 4-0 no futsal, os alunos mantiveram a posse de bola por 2 minutos. Qual foi esse tempo em segundos?

- A) 20 s
 B) 60 s
 C) 100 s
 D) 120 s

Gabarito: D) 120 s

Comentário: 2 minutos equivalem a $2 \times 60 = 120$ segundos.

- A) Incorreto. Apenas 1/6 do tempo correto.
 B) Incorreto. Equivale a 1 minuto.
 C) Incorreto. Tempo subestimado.

QUESTÃO 34

D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversões de unidades.

Durante uma aula de Educação Física sobre sistemas de ataque no futsal, os alunos participaram de um circuito em que cada grupo deveria correr um total de 1.200 metros divididos igualmente entre 4 jogadores. Quantos quilômetros cada aluno percorreu?

- A) 0,2 km
 B) 0,3 km
 C) 0,4 km
 D) 0,5 km

Gabarito: B) 0,3 km

Comentário: A distância total (1.200 metros) dividida por 4 alunos resulta em 300 metros por aluno. Convertendo para quilômetros:

$300 \text{ m} \div 1.000 = 0,3 \text{ km}$.

- A) 0,2 km – Erro comum de divisão incorreta (pode ter dividido 1.200 por 6 ou feito cálculo incorreto de conversão).
 C) 0,4 km – Erro de arredondamento; aluno pode ter pensado em 400 metros por engano.
 D) 0,5 km – Equívoco por associação com "meio quilômetro", confusão frequente em provas.

Quadro de habilidades e descritores usados

Questão	Habilidade de Educação Física	Descritores prioritários acionados		Gabarito
		Língua Portuguesa	Matemática	
27	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos	D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos.		C

	critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.			
28	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.	D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido.		C
29	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.	D7 – Identificar teses/opiniões/posicionamentos explícitos e argumentos.		C
30	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.	D16 – Inferir, em textos multissemióticos, efeitos de sentido.		D
31	EF89EF07 - Experimentar e fruir um ou mais programas de exercícios físicos, identificando as exigências corporais desses diferentes programas e reconhecendo a importância de uma prática individualizada, adequada às características e necessidades de cada sujeito.		D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.	C
32	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.		D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.	A
33	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.		D15 – Medidas de grandezas e conversão de unidades.	D
34	EF89EF04 - Identificar os elementos técnicos ou técnico-táticos individuais, combinações táticas, sistemas de jogo e regras das modalidades esportivas praticadas, bem como diferenciar as modalidades esportivas com base nos critérios da lógica interna das categorias de esporte: rede/parede, campo e taco, invasão e combate.		D15 – Resolver problemas que envolvam medidas de grandezas com conversões de unidades.	B