



CADERNOS DE APOIO À APRENDIZAGEM

EDUCAÇÃO FÍSICA

Unidade 2 – Versão – 24 Abril 2021

1^A
SÉRIE



GOVERNO
DO ESTADO

SECRETARIA
DA EDUCAÇÃO

Governo da Bahia

Rui Costa | Governador

João Leão | Vice-Governador

Jerônimo Rodrigues Souza | Secretário da Educação

Danilo de Melo Souza | Subsecretário

Manuelita Falcão Brito | Superintendente de Políticas para a Educação Básica

Coordenação Geral

Manuelita Falcão Brito

Jurema Oliveira Brito

Letícia Machado dos Santos

Diretoria de Currículo, Avaliação e Tecnologias Educacionais

Jurema Oliveira Brito

Diretoria de Educação e Suas Modalidades

Iara Martins Ió Sousa

Coordenações das Etapas e Modalidades da Educação Básica

Coordenação de Educação Infantil e Ensino Fundamental

Kátia Suely Paim Matheó

Coordenação do Ensino Médio com Intermediação Tecnológica

Letícia Machado dos Santos

Coordenação de Ensino Médio

Renata Silva de Souza

Coordenação da Educação do Campo e Escolar Quilombola

Poliana Nascimento dos Reis

Coordenação de Educação Escolar Indígena

José Carlos Batista Magalhães

Coordenação de Educação Especial

Marlene Santos Cardoso

Coordenação da Educação de Jovens e Adultos

Isadora Sampaio

Coordenação da Área de Linguagens

Márcia de Cácia Santos Mendes

Norma Gonzaga de Matos

Maria de Fátima Fonseca

Equipe de Elaboração

Adriana Almeida Amorim

Ana Paula de Brito Costa Silva

Andréia Santos Santana

Antônio Nery Guimarães Neto

Carlos Vagner da Silva Matos

Cláudia Celly Pessoa de Souza Acunã

Claudia Norberta dos Santos Amaral

Daiane Sousa de Pina Silva

Elci Paim Pereira

Elisana Georgia Silva dos Santos (Letras/UFBA)

Elza Sueli Lima da Silva

Etiene da Silva Martins

Fabiana Lago de Andrade

Gabriel Silva Almeida (Letras/UFBA)

Gidean de Jesus Nunes Júnior (Letras/UFBA)

Gessé da Silva Vieira

Gildo Mariano de Jesus

Gilmara Carneiro da Silva Freitas

Jaíldon Jorge Amorim Góes

Janeide Sousa Santos

Jeane Borges dos Santos

Jucy Eudete Lôbo

Láís Amélia Silva Lobo

Leide Fausta Gomes da Silva

Maiana Rose Fonseca da Silva

Márcia de Cassia Santos Mendes

Márcio Santana da Costa

Maria Carolina Lopes Esteves

Maria Cristina Barbosa Lima

Maria Cristina Santos Feitosa

Maria de Fátima Ferreira Lopes Fonseca

Marielson Nascimento Alves

Mirela Gonçalves Conceição

Nilson Maynard Menezes

Tailane Neves de Jesus

Tamires Fraga Martins

Taylane Santos do Nascimento

Uenderson Jackson Brites de Jesus

Yone Maria Costa Santiago

Equipe Educação Inclusiva

Marlene Cardoso

Ana Claudia Henrique Mattos

Daiane Sousa de Pina Silva

Edmeire Santos Costa

Gabriela Silva de Jesus

Nancy Araújo Bento

Cíntia Barbosa de Oliveira Bispo

Colaboradores

Edvânia Maria Barros Lima

Gabriel Souza Pereira

Gabriel Teixeira Guia

Jorge Luiz Lopes

José Raimundo dos Santos Neris

Shirley Conceição Silva da Costa

Silvana Maria de Carvalho Pereira

Equipe de Revisão

Alécio de Andrade Souza • Ana Lúcia Cerqueira

Ramos • Ana Paula Silva Santos • Carlos Antônio

Neves Júnior • Carmelita Souza Oliveira • Claudio

Marcelo Matos Guimarães • Eliana Dias Guimarães

Elias Barbosa • Elisângela das Neves Aguiar •

Helena Vieira Pabst • Helionete Santos da Boa Morte

• Helisângela Acris Borges de Araujo • Ivonilde

Espírito Santo de Andrade • Jose Expedito de Jesus

Junior • João Marciano de Souza Neto • Jussara

Bispo dos Santos • Jussara Santos Silveira Ferraz

• Kátia Souza de Lima Ramos • Letícia Machado

dos Santos • Maria Augusta Silva • Marisa Carreiro

Faustino • Mônica Moreira de Oliveira Torres •

Rosângela de Gino Bento • Roseli Gonçalves dos

Santos • Solange Alcântara Neves da Rocha •

Sônia Maria Cavalcanti Figueiredo • Tânia Regina

Gonçalves do Vale

Projeto Gráfico e Diagramação

Bárbara Monteiro

À Comunidade Escolar,

A pandemia do coronavírus explicitou problemas e introduziu desafios para a educação pública, mas apresentou também possibilidades de inovação. Reconnectou-nos com a potência do trabalho em rede, não apenas das redes sociais e das tecnologias digitais, mas, sobretudo, desse tanto de gente corajosa e criativa que existe ao lado da evolução da educação baiana.

Neste contexto, é com satisfação que a Secretaria de Educação da Bahia disponibiliza para a comunidade educacional **os Cadernos de Apoio à Aprendizagem**, um material pedagógico elaborado por dezenas de professoras e professores da rede estadual durante o período de suspensão das aulas. Os Cadernos são uma parte importante da estratégia de retomada das atividades letivas, que facilitam a conciliação dos tempos e espaços, articulados a outras ações pedagógicas destinadas a apoiar docentes e estudantes.

Assegurar uma educação pública de qualidade social nunca foi uma missão simples, mas, nesta quadra da história, ela passou a ser ainda mais ousada. Pois, além de superarmos essa crise, precisamos fazê-la sem comprometer essa geração, cujas vidas e rotinas foram subitamente alteradas, às vezes, de forma dolorosa. E só conseguiremos fazer isso se trabalharmos juntos, de forma colaborativa, em redes de pessoas que acolhem, cuidam, participam e constroem juntas o hoje e o amanhã.

Assim, desejamos que este material seja útil na condução do trabalho pedagógico e que sirva de inspiração para outras produções. Neste sentido, ao tempo em que agradecemos a todos/as que ajudaram a construir este volume, convidamos educadores e educadoras a desenvolverem novos materiais, em diferentes mídias, a partir dos Cadernos de Apoio, contemplando os contextos territoriais de cada canto deste “país” chamado Bahia.

Saudações educacionais!

Jerônimo Rodrigues



UNIDADE

2

Lutas • Lutas ancestrais • Dança não é só dançar

Objetos de Conhecimento:

1. Artes marciais e Esporte de combate; 2. Lutas indígenas e de matriz africana; 3. Danças de matrizes africanas e indígenas; 4. Cultura rítmica nacional e danças populares.

Competência(s):

1. Compreender o funcionamento das diferentes linguagens e práticas (artísticas, corporais e verbais) e mobilizar esses conhecimentos na recepção e produção de discursos nos diferentes campos de atuação social e nas diversas mídias, para ampliar as formas de participação social, o entendimento e as possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade e para continuar aprendendo; **2.** Compreender os múltiplos aspectos que envolvem a produção de sentidos nas práticas sociais da cultura corporal de movimento, reconhecendo-as e vivenciando-as como formas de expressão de valores e identidades, em uma perspectiva democrática e de respeito à diversidade.

Habilidades:

1. (EM13LGG102) Analisar visões de mundo, conflitos de interesse, preconceitos e ideologias presentes nos discursos veiculados nas diferentes mídias como forma de ampliar suas possibilidades de explicação e interpretação crítica da realidade; **2.** (EM13LGG502) Analisar criticamente preconceitos, estereótipos e relações de poder subjacentes às práticas e discursos verbais e imagéticos na apreciação e produção das práticas da cultura corporal de movimento; **3.** (EM13LGG501) Selecionar e utilizar movimentos corporais de forma consciente e intencional para interagir socialmente em práticas corporais, de modo a estabelecer relações construtivas, empáticas, éticas e de respeito às diferenças.

TEMA: Artes marciais e Esportes de combate

Objetivos de Aprendizagem: Identificar, fruir e interpretar, apontando possibilidades, princípios, significados e suas contribuições nas relações e constituições de valores.

	Aula	Atividade
SEMANA 1	1	Identificação das formas e conhecimentos das juventudes acerca das lutas.
	2	Pesquisar e analisar as características das artes marciais e dos esportes de combate.
SEMANA 2	3	Vivencia.
	4	Representação de artes marciais ou esportes de combate.

TEMA: Lutas indígenas e de matriz africana.

Objetivos de Aprendizagem: Identificar, fruir e interpretar, apontando possibilidades, princípios, significados e suas contribuições nas relações e constituições de valores.

	Aula	Atividade
SEMANA 3	5	Identificação das características das lutas indígenas e da capoeira.
	6	Produção de texto: Síntese Huka huka.
SEMANA 4	7	Vivência com a Capoeira: Prática da ginga.
	8	Representação da primeira sequência de Mestre Bimba.

TEMA: Danças de matrizes africanas e indígenas

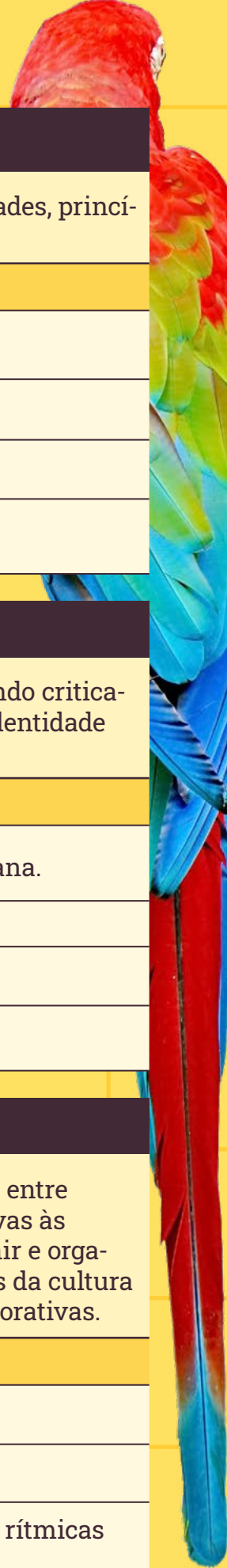
Objetivos de Aprendizagem: Apreciar, debater e identificar danças, compreendendo criticamente as transformações históricas e os marcadores sociais que constituem a identidade cultural de grupos e povos.

	Aula	Atividade
SEMANA 5	9	Identificação das características das danças indígenas e matriz africana.
	10	Quiz Dança Afro.
SEMANA 6	11	Vivência com danças indígenas.
	12	Produção individual que represente a dança indígena ou afro.

TEMA: Cultura rítmica nacional e danças populares

Objetivos de Aprendizagem: Analisar, apreciar e discutir danças e suas relações entre significados e movimentos, que permeiam a identificação de perspectivas relativas às compreensões sobre as expressões corporais de forma autônoma; Analisar, definir e organizar lutas, compreendendo as interações que caracterizam essas manifestações da cultura corporal, enfatizando a não discriminação de qualquer natureza e atitudes colaborativas.

	Aula	Atividade
SEMANA 7	13	Conceituação e diferenciação de ritmo e dança.
	14	Identificação dos tipos de dança da Bahia e do Brasil.
SEMANA 8	15	Vivência com danças locais ou outras que represente as significações rítmicas individuais.
	16	Síntese sobre samba de roda.



1. PONTO DE ENCONTRO

Olá! Que bom encontrar você em mais um momento da nossa viagem. Desejo que você continue avançando nas apreensões de conhecimentos. Durante nosso caminho, você terá oportunidade de estudar o tema **Lutas** e terá oportunidade de expressar o que aprendeu e compartilhar seus conhecimentos sobre o assunto. Ah! Não se esqueça que estarei com você na trilha inteira!

2. BOTANDO O PÉ NA ESTRADA

Para começar esse novo caminho, quero lhe fazer algumas perguntas: Você já observou pessoas praticando algum tipo de luta? Consegue identificar quais lutas são esportes de combate e quais são artes marciais? E, se perguntassem a você sobre as origens e princípios de algumas lutas, conseguiria responder? Sabia que existem várias formas de lutar? Pois é, o campo das lutas é extenso, mas, para seguir na caminhada, anote suas reflexões sobre as questões apresentadas no **diário de bordo (caderno)**.

3. LENDO AS PAISAGENS DA TRILHA

Figura 1



Figura 2



Disponível em: <http://revistabudo.com.br/esportes-de-combate-artes-marciais-lutas-terminologias-em-debate/> Acesso em: 04 set. 2020.

Figura 3



Figura 4



Disponível em: <http://revistabudo.com.br/esportes-de-combate-artes-marciais-lutas-terminologias-em-debate/> Acesso em: 04 set. 2020.

- 1 O que as imagens expressam para você? Quais críticas podem ser feitas em relação às imagens? Quais lutas você reconheceu nessas imagens? O bairro onde você mora possui lugares destinados à prática de lutas? É acessível a todos? Quais ideias e valores são reproduzidos nesses espaços? Pense e analise com tranquilidade e depois escreva em seu **diário de bordo (caderno)**.

4. EXPLORANDO A TRILHA

Vamos continuar o caminho com um novo desafio, aí mesmo, em sua casa? Para ampliar seu olhar sobre as lutas, convidamos a buscar as origens e características das diferentes lutas. O que acha de também pesquisar as diferenças entre artes marciais e esportes de combate? Lembre-se que não está sozinho. Para lhe ajudar, trouxe indicações de vídeos nos *links* abaixo e uns textos legais. Além disso, você pode buscar em dicionários e enciclopédias atuais na sua casa ou biblioteca de sua escola. Aproveite!

Texto 1 – A origem das lutas

Há milhares de anos, as lutas vêm sendo praticadas por milhões de pessoas em todo o mundo. A verdade é que, desde que o homem passou a ter

conhecimento de que com suas habilidades poderia vencer adversários na luta pela sua própria sobrevivência, a humanidade passou a desenvolver técnicas de caça com a utilização do próprio corpo, baseadas em observações aos animais predadores no ataque de suas presas.

Na antiga China, apesar de já existirem algumas lutas de boxe chinês. O templo de Shaolin do Norte foi o maior centro de ensino de artes marciais do país. Porém, por ser um templo, seus integrantes eram todos monges e, como tais, praticavam a medicina, a pintura e em último plano, as artes marciais, que tinham como objetivo, manter a saúde do corpo, fortificando-o para que pudesse dar moradia a um espírito em paz.

Conta a história que um monge hindu chamado Boddhindharma caminhou da Índia até a China, pois acreditava que o budismo praticado na China estava tomando um rumo errado. Lá chegando, após algum tempo, o monge seguiu para o templo Shaolin, onde passou a ensinar seus conceitos e técnicas de meditação. Boddhindharma passou então a lhes ensinar os exercícios e movimentos que se consagrariam por todo o mundo.

Tempos depois o templo Shaolin do Norte foi incendiado, pois os governantes tinham receio de alguma espécie de golpe para lhes tomar o poder por conta da ideologia e toda aura de mistérios e feitos atléticos que envolviam os monges do templo. Assim, resolveram atear fogo no templo, dizimando quase todos os monges que lá viviam. Destes, somente cinco, cada um com seu estilo de luta, conseguiram escapar e para sobreviver começaram a ensinar suas artes marciais.

Dessa forma as artes marciais foram difundidas para o mundo. Surgiu o jiu-jitsu e outras artes. Os mestres passaram seus ensinamentos para os discípulos que, por sua vez, passaram para outros que adaptaram o estilo aprendido para suas maiores habilidades e necessidades. E assim as artes marciais romperam os muros do Templo Shaolin e foram criados novos estilos e modalidades de luta.

Disponível em: <http://minformablog.blogspot.com/2012/07/origem-das-lutas.html> Acesso em: 25 set. 2020.



Texto 2 – Esportes de combate, artes marciais, lutas: terminologias em debate

O termo artes marciais corresponde a uma atividade humana relacionada com o treinamento para guerra. Podemos identificar este sentido estrito ao dissecarmos a composição do termo arte, que, apesar de corriqueiramente ser relacionado com a atividade artística, também pode significar arte de ofício oriunda do artesanato da Europa medieval (RUGIU, 1998). Dessa forma, a interpretação mais adequada para a avaliação do termo é de arte no sentido artesanal e não artístico, seguido pelo termo marcial, relativo a Marte, deus romano da guerra. Portanto, a definição mais simples do termo seria de treinamento militar para obtenção de habilidades ou técnicas para a guerra.

Obviamente, no contexto da estrutura social atual, tal termo adquiriu conotações diferentes, causadas tanto pela forma coloquial com que é utilizado por falta de definições padronizadas quanto pela espetacularização dada pelo cinema e outros veículos de construção do imaginário social.

Para iniciar a desconstrução do senso comum, Reid e Croucher (2010) indicam que arte marcial é um termo ocidental que deriva do termo Marte, o deus romano da guerra. É possível considerar que o termo arte marcial na Idade Média se relacionou ao contexto sociocultural da época, com significado de uma arte de ofício. Também vale a pena ressaltar que, na Antiguidade, o deus Marte não era patrono das lutas gregas – que era o deus Mercúrio – e nem da estratégia militar – que era a deusa Minerva. Outrossim, ele era o deus da guerra selvagem e sangrenta, da carnificina. Esta informação é um pouco conflitante por dois motivos:

Na Idade Média, a escolha de Marte e não Mercúrio como patrono das lutas denota a preocupação em relação à formação militar em detrimento da ação relacionada a jogos com regras limitantes. Na Antiguidade, Minerva, e não Marte, era a deusa patronesse das técnicas refinadas e estratégia de guerra, que corresponderia, em parte, às lutas organizadas tecnicamente, que geraram as esportivas da modernidade. Assim, há o indício de que, ao apropriar-se do nome artes marciais, a escolha teve aparente conotação machista, relacionada à época em que se originou, mais do que de uma identificação coerente.

Desta forma indica-se, então, que artes marciais é um termo usualmente utilizado pela herança histórica do mundo ocidental, mas passível de discussão e reflexão sobre sua utilização na sociedade atual. Em relação à identificação da terminologia artes marciais relacionada à denominação das lutas orientais, mais especificamente do Japão, os linguistas Ratti e Westbrook (2006, p. 24) apontam como semanticamente equivalente o termo bujutsu, que significa técnica militar (bu=militar; jutsu=técnica). O importante é ressaltar que os mesmos autores afirmam que bujutsu parece estar particularmente relacionado à natureza técnica e à funcionalidade estratégica destas artes.

De forma análoga na contemporaneidade do termo artes marciais apresenta argumentação que coaduna com um largo emprego como defesa pessoal, esporte, meio para aptidão física e saúde, meio de educação e outras possibilidades. Corroborando com a interpretação de que artes marciais se referem a atividades práticas de técnicas artesanais e não artísticas, e que o termo correspondente em japonês não define a atividade educacional ou ética, ficando a cargo da preparação militar, assim necessitando de nova definição linguística para explicar tais mudanças.

Neste foco, os esportes das artes marciais são aqueles derivados das artes militares ou marciais da Ásia. Assim, do ponto de vista da atualidade, esportes de combate e modalidades de combate são termos mais adequados para definir os esportes derivados de artes marciais (o judô, o karatê, o kung-fu, o kendo, o kempo, a capoeira esportiva, o jiu-jitsu, o taekwondo, o boxe, as lutas olímpicas e greco-romana, o kickboxing, o muaythai, o sumô e inúmeras outras) na atualidade, sem causar confusões anacrônicas e sociogeográficas. A insistência na utilização de termos inadequados por sua usualidade tradicional não permite perceber equívocos em sua criação, nem na interpretação de seus conceitos, tornando-o autoexplicativo.

Em outras palavras, em muitos casos dão-se interpretações para a terminologia artes marciais ajustando-se às necessidades e aos interesses momentâneos, sem observar as incoerências apontadas em estudos que foram citados que o termo carrega, destacando-se arte de ofício trocada por arte estética e a relação de escolha entre Marte (carnificina) e Minerva (estratégia).

Disponível em: <http://revistabudo.com.br/esportes-de-combate-artes-marciais-lutas-terminologias-em-debate/> Acesso em: 25 set. 2020.

Materiais complementares:

O que as Artes Marciais tem a ver com filosofia?

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=YTgX2iSTdlU>

Acesso em: 09 jan. 2021.

Um dia dourado: relembre a medalha de Robson Conceição.

Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_vAv4BP8TL4.

Acesso em: 09 jan. 2021.

5. RESOLVENDO DESAFIOS DA TRILHA

Nesse momento, com base em suas pesquisas, vivências e pela análise dos textos da nossa trilha, você deverá fazer um mapa mental sobre o assunto estudado. O que vai precisar colocar nele é simples: **Os pontos mais importantes das lutas: conceito, história, espaços de práticas, características e outras considerações sobre as artes marciais e esportes de combate.**

6. A TRILHA É SUA: COLOQUE A MÃO NA MASSA

Olá! Chegamos a mais um desafio. Agora, iremos buscar expressar a luta através de movimentos com seu corpo. Com base nas suas compreensões e vivências com o Judô, realize uma apresentação que envolve a saudação (REI) e um amortecimento de queda (UKEMI). Mas, antes de começar, pedimos que tenha cuidado e atenção aos limites do seu corpo e à intenção dessa atividade. Você terá opção de fazer um vídeo curto ou na escola durante sua aula de Educação Física e apresentar sua representação. Ah! Não esqueça de registrar no **diário de bordo** como foi essa experiência.

Para ajudar, se tiver acesso à internet, você pode assistir aos vídeos indicados abaixo ou, ainda, pedir dicas a pessoas de sua convivência que tenham conhecimentos sobre o Judô. Então, é isso... Vamos lá! Mão na Massa! Agora é com você!

Saudações do Judô.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=IMFfv5NDtZI>

Acesso em: 09 jan. 2021.



Os tipos de queda no judô.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=UKox9rgjsFo>

Acesso em: 09 jan. 2021.

7. A TRILHA NA MINHA VIDA

Você já parou para pensar que movimentar pode expressar vários significados? A linguagem corporal é muito importante para o desenvolvimento individual e coletivo e contribui para o exercício da cidadania. Chegamos num momento da trilha em que convido você a realizar práticas com base no tema que trabalhamos nesse encontro e na sua própria experiência de vida. Você lembra de técnicas presentes em algum esporte de combate? Pode ser movimentos simples, alguns golpes. Lembrou? Então, reserve um espaço aí na sua casa, faça um alongamento e pratique esses golpes durante 10 minutos, intercalando 1 minuto de realização dos golpes e 30 segundos de descanso. Acabando, comemore sua excelente experiência, registre no **diário de bordo** e continuemos nossa caminhada, pois já estamos próximos do final!


8. PROPOSTA DE INTERVENÇÃO SOCIAL

Muitas percepções são ampliadas quando consideramos as lutas nos variados espaços, tempos, contextos, sentimentos e significados individuais e coletivos. O mais interessante é que agora você possui conhecimentos que auxiliam nessa compreensão e isso tem poder! Assim, seria interessante você compartilhar esses conhecimentos de uma forma lúdica e informativa, com seus colegas, familiares e comunidade. Que tal convidar seus familiares e amigos a responder quais artes marciais eles/elas conhecem? Aproveite para explicar qual a origem desse termo “arte marcial”. Tente colher respostas de, pelo menos, 10 pessoas. Com o resultado dessa enquete, elabore uma forma de deixar acessível para a comunidade escolar as artes marciais mais conhecidas no contexto local, dando a chance para que analisem e realizem suas reflexões. Seja criativo/a e não perca a oportunidade de reconhecer a importância das lutas para nossas vidas!



9. AUTOAVALIAÇÃO

Nossa! Que caminhada, hein?! Foi muito bom estar com você, viu? Parabéns por ter chegado até aqui. Você sabia que ter sua companhia foi bom demais? Mas, antes de nos despedirmos, quero te convidar a pensar sobre seu próprio percurso. Afinal, refletir sobre as nossas experiências nos torna capazes de trilhar novos caminhos de forma mais madura, consciente e segura, além de nos ajudar no planejamento de novos desafios e na tomada de decisões importantes para nossa vida. Para isso, peço que responda apenas algumas perguntas no seu **diário de bordo**:

- 
- a) Você reservou um tempo para realizar esta atividade?
 - b) Se reservou, conseguiu realizar toda a atividade no tempo programado?
 - c) Considera que a trilha ajudou você a ampliar conhecimentos e fazer leituras críticas sobre as informações relacionadas às práticas das artes marciais, lutas e/ou esportes de combate?
 - d) Através da trilha, você conseguiu realizar análises e vivências com movimentos de lutas? Caso ainda tenha alguma dúvida, converse comigo no retorno das aulas presenciais, ok?!
 - e) Existem outros elementos das lutas que você gostaria de ter visto nesta trilha? Comente.

Obrigado pelas respostas! Socialize-as comigo e com seus colegas quando estivermos juntos em nosso Tempo Escola. Ah! Fique atento/a, pois precisaremos de algumas das atividades escritas no seu **diário de bordo (caderno)**. Você chegou até o final da trilha e desejo valorizar todo o seu esforço.

Até o nosso próximo encontro!



1. PONTO DE ENCONTRO

Olá! Estamos juntos novamente para mais uma caminhada. Seguimos avançando na busca de conhecimentos. Durante nosso percurso, você terá oportunidade de estudar o tema **Lutas ancestrais** e terá oportunidade de expressar o que aprendeu e compartilhar conhecimentos sobre as lutas indígenas e de matriz africana. Ah! Não se esqueça que estarei com você na trilha inteira!

2. BOTANDO O PÉ NA ESTRADA

Para começar esse novo caminho, quero fazer a você algumas perguntas:

- 1 Você já teve oportunidade de observar algum tipo de luta indígena? Consegue identificar características das lutas indígenas? E sobre as lutas de matriz africana, você conhece alguma? Sabia que existem várias significações nas lutas? Pois é, o campo das lutas de origem indígena e afro-brasileiras possui várias peculiaridades que vamos conhecer neste percurso.

Para seguir a caminhada de nossa trilha, anote suas reflexões sobre as questões apresentadas no **diário de bordo (caderno)**.

3. LENDO AS PAISAGENS DA TRILHA

Figura 1



Disponível em: <http://amazonia.org.br/2020/05/em-tempos-de-pandemia-rituais-funerarios-como-o-kuarup-requerem-dialogo/> Acesso em: 02 set. 2020.

Figura 2



Disponível em: <https://vemnamao.com/clube-da-luta-estilo-nigeriano-conheca-o-dambe/>. Acesso em: 02 set. 2020.

Figura 3



Disponível em: <https://www.revistaaguasclaras.com.br/esporte/1709-museu-nacional-sedia-encontro-de-capoeira-a-partir-de-hoje>. Acesso em: 02 set. 2020.

Figura 4



Disponível em: <https://via41.com.br/esportes/3542/jogos-pataxo-reunem-800-indigenas-em-porto-seguro-12-04-2017>. Acesso em: 02 set. 2020.

- 1 O que as imagens representam para você? Quais características marcantes podem ser observadas nas imagens? Consegue identificar as lutas nessas imagens? Já teve oportunidade de experimentar essas lutas? Será que todos podem participar? Pense e analise com tranquilidade e depois escreva as respostas em seu **diário de bordo**.

4. EXPLORANDO A TRILHA

Vamos continuar a caminhada com um novo desafio, aí em sua casa. Para ampliar seu olhar sobre as lutas ancestrais, convidamos a buscar informações sobre as diferentes lutas indígenas e de matrizes africanas. O que acha de também pesquisar as diferenças e semelhanças entre essas lutas? Lembre-se que não está sozinho. Para lhe ajudar, trouxe indicações de alguns vídeos e uns textos legais pra você. Acesse os *links* e aproveite!

Povos da floresta

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=AKSgvH0ESH4>.

Acesso em: 02 set. 2020.

Indígenas na Bahia

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=twzKfXjNGc4>.

Acesso em: 02 set. 2020.

V jogos indígenas – Huka-huka

Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=_eLuJJE0nI.

Acesso em: 02 set. 2020.

Texto 1 – Huka-huka: Uma luta brasileira?

No mundo todo, as artes marciais são associadas à cultura oriental. Lutadores ícones como Bruce Lee (China/EUA) e Miyamoto Musashi (Japão), além dos famosos ninjas, comprovam esta regra. Porém, no início do século XXI houve uma rápida popularização do UFC (Ultimate Fighting Championship). Assim, vários lutadores ocidentais, principalmente do Brasil, ganharam fama internacional. Exemplos desta nova fase das artes marciais são a Família Grace, pais do Jiu-Jitsu brasileiro, Anderson Silva, Antônio Rodrigo “Minotauro” Nogueira, entre outros campeões.

Desconhecida entre o grande público, uma das artes marciais autenticamente brasileiras de maior tradição é o Huka-huka. Este estilo de combate foi criado pelo povo indígena Bakairi e povos do Xingu, localizados no Estado do Mato Grosso. O huka-huka é bastante praticado nessa região e representa uma das modalidades dos Jogos dos Povos Indígenas, competição esportiva criada no ano de 1996.

A luta é praticada com os atletas de joelhos. No ritual, um homem chefe, que é considerado o dono da luta, vai até a parte central de uma arena e



escolhe os adversários chamando-os pelo nome. Então os lutadores ficam frente a frente, ajoelham-se e giram de forma circular em sentido horário. Eles se encaram e começam a luta. O objetivo é levantar o oponente e depois levá-lo ao chão.

Fora de competições, o huka-huka é um ritual tradicional para testar a força de jovens índios. Geralmente, é feito após o Quarup, ritual Xingu de homenagem aos mortos. No amanhecer do dia posterior ao Quarup, os campeões de cada tribo se enfrentam em competições de huka-huka. Após o combate entre os adultos, grupos de jovens também se enfrentam para provar sua virilidade.

A arte marcial indígena é tão eficiente que, em São Paulo, vem sendo testada na formação de Policiais Militares. Outro campo em que o huka-huka marca presença é o UFC. Um exemplo é o lutador Anderson Silva, peso médio que foi até o Xingu para aprender com os indígenas que originaram a arte marcial. Silva recebeu explicações sobre as táticas utilizadas no combate e foi introduzido à luta da forma mais tradicional possível: pintura especial no corpo, panos grossos para proteção das articulações, pele de onça na cintura e um colar feito de placas de caramujos no pescoço.


Os indígenas do Xingu revelaram ao lutador que possuem um cinturão, que fica com o último campeão entre as lutas tribais. Silva participou de uma das lutas, mas não durou nem 15 segundo na arena.

ARAUJO, Felipe. Huka huka: Uma luta brasileira? Disponível em: <https://www.infoescola.com/artes-marciais/huka-huka/>. Acesso em: 02 set. 2020.

Texto 2 – A roda de Capoeira

A Roda de Capoeira é um elemento estruturante de uma manifestação cultural, espaço e tempo, onde se expressam simultaneamente o canto, o toque dos instrumentos, a dança, os golpes, o jogo, a brincadeira, os símbolos e rituais de herança africana – notadamente banto – recriados no Brasil. Profundamente ritualizada, a roda de capoeira congrega cantigas e movimentos que expressam uma visão de mundo, uma hierarquia e um código de ética que são compartilhados pelo grupo. Na roda de capoeira se batizam os iniciantes, se formam e se consagram os grandes mestres, se transmitem e se reiteram práticas e valores afro-brasileiros.

A capoeira é uma manifestação cultural presente hoje em todo o território brasileiro e em mais de 150 países, com variações regionais e locais criadas



a partir de suas “modalidades” mais conhecidas: as chamadas “capoeira angola” e “capoeira regional”. O conhecimento produzido para instrução do processo permitiu identificar os principais aspectos que constituem a capoeira como prática cultural desenvolvida no Brasil: o saber transmitido pelos mestres formados na tradição da capoeira e como tal reconhecidos por seus pares; e a roda onde a capoeira reúne todos os seus elementos e se realiza de modo pleno.

Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade – A 9ª Sessão do Comitê Intergovernamental para a Salvaguarda aprovou, em novembro de 2014, em Paris, a Roda de Capoeira, um dos símbolos do Brasil mais reconhecidos internacionalmente, como Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade. O reconhecimento da Roda de Capoeira, pela Unesco, é uma conquista muito importante para a cultura brasileira e expressa a história de resistência negra no Brasil, durante e após a escravidão. Originada no século XVII, em pleno período escravista, desenvolveu-se como forma de sociabilidade e solidariedade entre os africanos escravizados, estratégia para lidarem com o controle e a violência. Hoje, é um dos maiores símbolos da identidade brasileira e está presente em todo território nacional, além de praticada em mais de 160 países, em todos os continentes.

Disponível em: <http://portal.iphan.gov.br/pagina/detalhes/66>. Acesso em: 02 set. 2020.

5. RESOLVENDO DESAFIOS DA TRILHA

Nesse momento, com base em suas percepções, vivências e na análise dos textos da nossa trilha, você deverá fazer uma síntese sobre a luta indígena: Huka-huka. O que você vai precisar fazer é simples: **descrever os aspectos mais importantes dessa luta**, fazendo suas devidas conexões com as questões relacionadas às tradições indígenas.

6. A TRILHA É SUA: COLOQUE A MÃO NA MASSA

Chegamos a mais um desafio. Se prepare! Iremos buscar expressar uma luta ancestral através de movimentos com seu corpo. Escolha um espaço aí onde você mora para praticarmos a ginga da capoeira. Mas, antes de começar, pedimos que tenha cuidado, atenção aos limites do seu corpo e, se possível,

coloque uma música de capoeira para buscar gingar no ritmo dela. Para compartilhar sua experiência, você terá opção de fazer um vídeo curto ou na escola durante sua aula de Educação Física apresentar a movimentação da ginga. Ah! Não esqueça de registrar no **diário de bordo** como foi esse desafio. Para lhe ajudar, você pode assistir aos vídeos indicados abaixo ou, ainda, pedir dicas a pessoas de sua convivência que tenham conhecimentos sobre a capoeira. Então é isso... Vamos lá! Mão na Massa! Agora é com você!

Dica de vídeo:

Ginga: Capoeira

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ymNG2pba19E>.

Acesso em: 02 set. 2020.

7. A TRILHA NA MINHA VIDA

Você já parou pra pensar no tamanho da importância da capoeira para a Bahia? A linguagem corporal e os conhecimentos culturais das origens do nosso povo contribuem para o desenvolvimento crítico e social na formação de cidadãos. Com base no tema da nossa aula, chegamos num momento da trilha em que convido você a realizar práticas com alguns recursos e embasado na sua própria experiência corporal de movimentos. Você sabe que na capoeira há alguns golpes, não é? Que tal aprender alguns deles? Reserve um espaço aí na sua casa, faça um alongamento e pratique a primeira sequência de golpes organizada por Mestre Bimba.

ORIENTAÇÕES: Realizando a ginga, faça os movimentos indicados para o aluno A, depois os movimentos indicados para o aluno B.

Primeira Sequência de Bimba

Aluno A

Meia-Lua de frente

Meia Lua de frente com armada

Aú

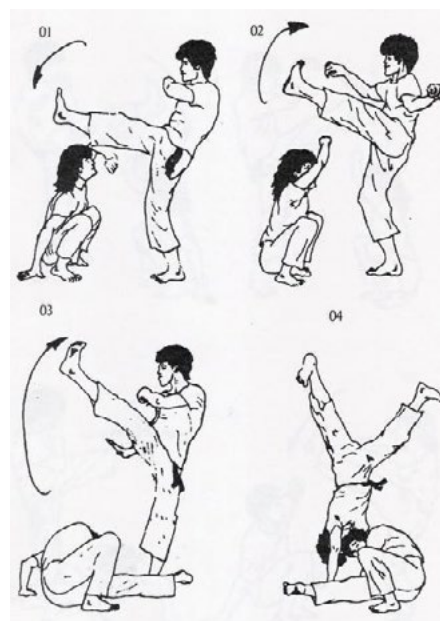
Rolê

Aluno B

Cocorinha

Cocorinha com negativa

Cabeçada



Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/370080760/Capoeira-Regional-A-Escola-de-Mestre-Bimba-1>. Acesso em: 02 set. 2020.

Acabando, comemore sua grande experiência, registre no **diário de bordo** e continuemos nossa caminhada, pois já estamos próximos do final!

Indicações de materiais para aprofundar estudo sobre a Sequência de Mestre Bimba:

Sequência de Ensino Mestre Bimba (Simplificada)

Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/11005/4/Helio%20Campos%20Parte%204.pdf>. Acesso em: 2 de set. 2020.

Sequência do Mestre Bimba – Completa (Capoeira Bimbaê)

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Ok4PvssNe8k>. Acesso em: 2 set. 2020

8. PROPOSTA DE INTERVENÇÃO SOCIAL

Nossos horizontes são ampliados quando conhecemos melhor as lutas indígenas e as lutas de matriz africana. Agora que você possui mais informações sobre essas lutas ancestrais, seria bem interessante compartilhar esses conhecimentos de uma forma inovadora e informativa, com seus colegas, familiares e comunidade. Então, convido-lhe a pensar em uma forma de dividir esse conhecimento. Aproveite para explorar caminhos que apontem a importância e as características das lutas que conheceu nesta caminhada. Com a ideia formulada, tente pôr em prática. Os resultados dessa vivência, leve para compartilhar na sua aula de Educação Física, na escola. Seja criativo/a e não perca a oportunidade de destacar o valor cultural das lutas ancestrais para a sociedade!

9. AUTOAVALIAÇÃO

Nossa! Quanta coisa vivenciamos, hein?! Foi muito bom esse momento com você. Parabéns por ter chegado até aqui. Sua companhia nos tornou pessoas melhores do que já somos, sabia? Mas, antes de nos despedirmos, quero convidar você a pensar sobre si próprio no percurso. Afinal, refletir sobre as nossas experiências nos torna capazes de trilhar novos caminhos



de forma mais madura, consciente e segura, além de nos ajudar a pensar em como agir diante de novos desafios e na tomada de decisões importantes para nossa vida. Para isso, peço que responda algumas perguntas no seu **diário de bordo**:



a) Você reservou um tempo para realizar esta atividade?



b) Se reservou, conseguiu realizar toda a atividade no tempo programado?



c) Considera que a trilha ajudou você a ampliar conhecimentos e fazer leituras críticas sobre as informações relacionadas às lutas indígenas e de matriz africana?



d) Através da trilha, você conseguiu realizar análises e vivências com movimentos de lutas? Caso ainda tenha alguma dúvida, converse comigo em sala de aula, pois poderemos aprofundar este assunto no Tempo Escola, ok?!



e) Existem outros elementos das lutas que você gostaria de ter visto nesta trilha? Comente.

Obrigado pelas respostas! Socialize-as comigo e com seus colegas quando estivermos juntos em nosso Tempo Escola. Ah! Fique atento, pois precisaremos de algumas das atividades escritas no seu **diário de bordo**. Você chegou até o final da trilha e desejo valorizar todo o seu esforço.





1. PONTO DE ENCONTRO

Olha nós aqui novamente para mais uma caminhada! Importante que continuemos avançando nas apreensões de conhecimentos. Durante nosso caminho, você terá oportunidade de estudar o tema **Dança não é só dançar** e terá oportunidade de expressar o que aprendeu e compartilhar conhecimentos sobre as danças indígenas e de matriz africana. Pode ficar tranquilo porque estarei com você na trilha inteira!

2. BOTANDO O PÉ NA ESTRADA

Para iniciar esse novo caminho, gostaria de fazer algumas perguntas:

- 1 Você já teve oportunidade de observar como são as danças indígenas? Consegue identificar elementos essenciais das danças indígenas? E, em relação às danças de matriz africana, você conhece alguma? Você sabia que existem vários tipos de danças africanas?

Pois é! O campo das danças de origem indígena e africanas possui várias características que vamos reconhecer nesse percurso. Ah! Não esqueça de anotar suas reflexões sobre as questões apresentadas no **diário de bordo (caderno)** para seguirmos a caminhada de nossa trilha.

3. LENDO AS PAISAGENS DA TRILHA



Figura 1 – Batalha de Pagode

Disponível em: <https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/batalha-de-pagode-agita-teatro-gregorio-de-mattos/> Acesso em: 17 set. 2020.



Figura 2 – Danças africanas tribais e modernas

Disponível em: <https://www.dancastipicas.com/dancas/dancas-africanas/> Acesso em: 17 set. 2020.



Figura 3 – Danças indígenas brasileiras

Disponível em: <https://www.dancastipicas.com/brasileiras/dancas-indigenas-brasileiras/> Acesso em: 17 set. 2020.



Figura 4 – Dança Xavante

Disponível em: https://outras-palavras.net/wp-content/uploads/2018/04/180416_xavante_11-485x332.jpg Acesso em: 31 jan. 2021.

- 2 Quais singularidades você consegue identificar nas imagens? Quais as semelhanças e diferenças? Consegue identificar os tipos de danças nessas imagens? Alguma vez teve oportunidade de vivenciar algumas dessas danças? Será que qualquer pessoa pode participar?

Refleta e analise as representações pertinentes às imagens e depois escreva em seu **diário de bordo (caderno)**.

4. EXPLORANDO A TRILHA

Vamos continuar o caminho com mais um grande desafio, aí em sua casa. Para ampliar suas compreensões sobre danças indígenas e de matriz africana, indicamos a busca de informações para perceber que a dança é muito mais que dançar. O que acha de aproveitar para pesquisar sobre as diferentes danças e significações na cultura indígena e nas manifestações afro-descendentes? Para lhe ajudar, trouxe indicações de alguns vídeos e uns textos legais pra você. Lembre-se que estamos juntos nesse estudo. Aproveite!

Texto 1 – Danças indígenas do Brasil

A dança, poderosa linguagem universal, é um meio de expressão importante desde épocas remotas. No Brasil há inúmeras danças, dentre elas destacamos as danças indígenas pela sua forte relação com as origens do povo e do folclore brasileiro.

Criados em contato íntimo com a natureza, os índios brasileiros são impregnados pelos seus mistérios onde paira o misticismo. Nos seus rituais e crenças, a dança e a música têm um papel fundamental e uma grande influência na sua vida social.

O índio dança para celebrar atos, fatos e feitos relativos à vida e aos costumes. Dançam enquanto preparam a guerra; quando voltam dela; para celebrar um cacique, safras, o amadurecimento de frutas, uma boa pescaria; para assinalar a puberdade de adolescentes ou homenagear os mortos em rituais fúnebres; espantar doenças, epidemias e outros flagelos.



As danças indígenas podem ser realizadas por um único indivíduo ou em grupo e, salvo raras exceções no alto Xingu, não é executada em pares. As mulheres não participam de danças sagradas, executadas pelos pajés ou grupos de homens. São utilizados, ainda, símbolos mágicos, totens, amuletos, imagens e diversos instrumentos musicais e guerreiros em danças religiosas, dependendo do objetivo da cerimônia.

Em algumas delas muitos usam máscaras, denominadas dominós, que lhes cobrem o corpo todo e lhes servem de disfarce. A linguagem do corpo em movimento, sua organização estética e coreográfica, além do canto, ocupam um lugar fundamental no desempenho do ritual indígena.

Disponível em: http://basilio.fundaj.gov.br/pesquisaescolar/index.php?option=com_content&view=article&id=839:dancas-indigenas-do-brasil&catid=39:letra-d. Acesso em: 25 set. 2020. (Texto adaptado de Lúcia Gaspar).

Texto 2 – Como dançam na África

As danças africanas sempre estiveram presentes no cotidiano dos povos da África. Fazem parte das festividades e cultos sagrados, sendo dançadas por homens, mulheres e crianças. Por se tratar de uma atividade que parte da premissa de unir seus membros, geralmente é realizada em grupos. Além disso, as danças são um instrumento valioso para a transmissão da cultura de seus antepassados.

As danças africanas estão presentes em praticamente todos os eventos que acontecem em uma aldeia: são utilizadas na comemoração de nascimentos ou mesmo em um ritual fúnebre. Também são utilizadas na época de plantio, como uma forma de pedir aos deuses e entidades da selva por uma colheita abundante.

Os povos africanos acreditam que a dança é uma forma de se conectar com o mundo espiritual. Além disso, creem ser um instrumento capaz de se comunicar com as entidades da natureza. Ou seja, para eles a dança é capaz de realizar a conexão entre os espíritos e o plano terreno.

Apesar de apresentarem algumas diferenças entre os países do continente, as danças africanas guardam algumas características em comum. Uma delas é com relação à preparação dos dançarinos: geralmente utilizam pinturas corporais, trajes específicos ou mesmo máscaras, ações que tornam os movimentos e passos das danças ainda mais expressivos.

Também apresentam em comum a formação dos dançarinos, dispostos em uma grande roda, semicírculo ou alinhados em fileiras. O ritmo dos movimentos e passos das danças são ditados pelas batidas de instrumentos de percussão tribais, como o atabaque e os tambores.

Disponível em: <https://www.dancastipicas.com/dancas/dancas-africanas/>
Acesso em: 25. Set. 2020.

Para aprofundar seus conhecimentos, sugiro acessar também os objetos de conhecimentos nos *links* abaixo:

ENTENDENDO A DANÇA INDÍGENA

Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=20YgX5k_FQk.
Acesso em: 17 set. 2020.

5 Danças Afro Populares

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=VxjIqFuixPs>.
Acesso em: 17 set. 2020.

Dança Indígena – Rituais e celebrações

Disponível em: <https://www.guiaestudo.com.br/danca-indigena>.
Acesso em: 17 set. 2020

5. RESOLVENDO DESAFIOS DA TRILHA

Dança não é só dançar e, por isso, nesse momento, com base em suas percepções, vivências e na análise dos textos, vou lançar um desafio: **participe do Quiz dança afro e indígena**. Para ajudar, você pode acessar o *link* abaixo. Caso você não consiga acessar o *Quiz*, fique tranquilo, pois, no Tempo Escola, você terá essa oportunidade na sala de informática.

Quiz dança afro e indígena – Trilhas da educação física.

Disponível em: <https://pt.quizur.com/trivia/quiz-danca-afro-e-indigena-Bn-nT>. Acesso em: 17 set. 2020.

6. A TRILHA É SUA: COLOQUE A MÃO NA MASSA

Temos mais um desafio para você. Se prepare! Iremos buscar expressar as danças através de movimentos com seu corpo. Escolha um espaço aí na sua casa para praticarmos duas formas de dança: Indígena e Africana.

Mas, antes de começar a fazer as explorações rítmicas e corporais, pedimos que tenha atenção aos limites do seu corpo e também se prepare para usar algumas músicas.

Para compartilhar sua experiência, você terá a opção de fazer um vídeo curto ou ensaiar esta atividade para realizar no Tempo Escola, durante sua aula de Educação Física. Faça uma breve improvisação que contemple as danças que estamos estudando.

Ah! Não esqueça de registrar no **diário de bordo** como foi esse desafio. Para ajudar você, indico assistir e ouvir as músicas dos vídeos abaixo. Então, é isso... Você tem a liberdade de usar outros vídeos e músicas que estejam de acordo com a proposta. Vamos lá! Mão na Massa!!! Agora é com você!!!

Indígenas do Brasil TAQUARA KUIKURO fazendo festa tradicional.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=9xbj2qQpIaU>.

Acesso em: 17 set 2020.

Masaka Kids Africana Dancing Joy Of Togetherness ft 3wash_hip_hop & Karina Palmira

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dXUSAHTazxI>.

Acesso em: 17 set. 2020

Jerusalema Master KG Best Dance Challenge By Galaxy African Kids 2020 New

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=uW0F2TN1snQ>.

Acesso em: 17 set. 2020

Africanitta – Carlinhos Brown ft. Anitta | FitDance TV (Coreografia) Dance Video

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=PbuGJYAtmUU>.

Acesso em: 17 set. 2020.

7. A TRILHA NA MINHA VIDA

Já refletiu sobre a importância das danças indígenas e afro-brasileiras nos diferentes tempos e espaços da Bahia? A expressão da linguagem corporal e os conhecimentos culturais desses povos contribuíram para o reconhecimento da nossa identidade e para o desenvolvimento crítico e social na formação de cidadãos.

E, assim, chegamos num momento da trilha em que lhe convido a realizar práticas com base no tema da aula de hoje. Você sabe que dança não é só dançar, né? Quer provar que a dança não é somente realizar movimentos ritmados? Reserve um espaço aí na sua casa, pense em algumas situações do seu cotidiano, escolha uma música e tente elaborar uma coreografia ou representar essas situações de sua vivência a partir do ritmo da música que você escolheu.

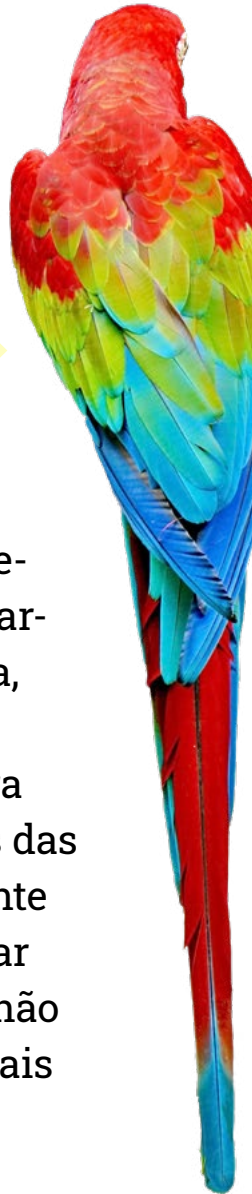
Acabando, solte o corpo, entregue-se aos ritmos e comemore sua grande experiência, registre no **diário de bordo** e continuemos nossa caminhada, pois já estamos próximos do final!

8. PROPOSTA DE INTERVENÇÃO SOCIAL

Nossas percepções são ampliadas quando conhecemos as significações existentes nas danças indígenas e nas danças de matriz africana. O mais interessante é que agora você possui conhecimentos sobre essas danças. Assim, seria interessante você compartilhar esses conhecimentos, de uma forma inovadora e informativa, com seus colegas, familiares e comunidade. Então, convido-lhe a pensar em uma forma de dividir esse conhecimento. Aproveite para explorar caminhos que apontem a importância e as características das danças que conheceu nesta caminhada. Com a ideia formulada, tente pôr em prática. Os resultados dessa vivência, leve para compartilhar na sua aula de Educação Física no Tempo Escola. Seja criativo/a e não perca a oportunidade de destacar o valor cultural das lutas ancestrais para a sociedade!


9. AUTOAVALIAÇÃO

Nossa! Quanta coisa vivenciamos, hein?! Foi muito bom esse momento com você, viu? Parabéns por ter chegado até aqui. Sua companhia nos tornou pessoas melhores do que já somos, sabia? Mas, antes de nos despedirmos, quero convidar você a pensar sobre si próprio no percurso.



Afinal, refletir sobre as nossas experiências nos torna capazes de trilhar novos caminhos de forma mais madura, consciente e segura, além de nos ajudar a pensar em como agir diante de novos desafios e na tomada de decisões importantes para nossa vida.

Para isso, peço que responda algumas perguntas no seu **diário de bordo**:

- 
- A decorative graphic on the left side of the list consists of five location pins of varying colors (purple, yellow, purple, yellow, purple) connected by a vertical dotted line.
- a) Você reservou um tempo para realizar esta atividade?
 - b) Se reservou, conseguiu realizar toda a atividade no tempo programado?
 - c) Considera que a trilha lhe ajudou a ampliar conhecimentos e fazer leituras críticas sobre as informações relacionadas às danças indígenas e de matriz africana?
 - d) Através da trilha, você conseguiu realizar análises e vivências de expressão da linguagem corporal? Caso ainda tenha alguma dúvida, converse comigo em sala de aula, pois poderemos aprofundar este assunto no Tempo Escola, ok?!
 - e) Existem outros elementos das danças que você gostaria de ter visto nesta trilha? Comente.

Obrigado pelas respostas! Socialize-as comigo e com seus colegas quando estivermos juntos em nosso Tempo Escola. Ah, fique atento, pois precisaremos de algumas das atividades escritas no seu **diário de bordo (caderno)**. Você chegou até o final da trilha e desejo valorizar todo o seu esforço.



1. PONTO DE ENCONTRO

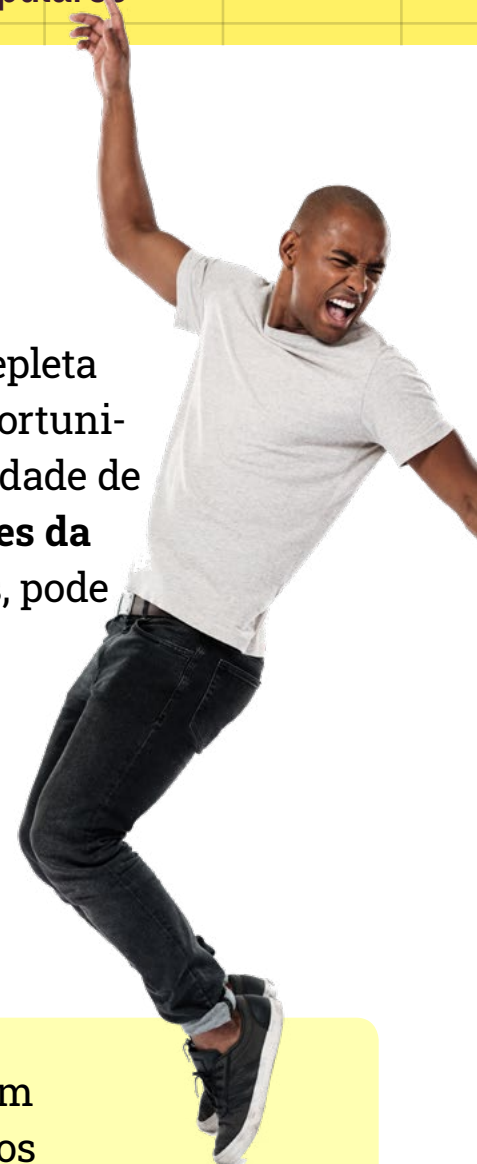
Olá! Nós nos encontramos em mais uma caminhada repleta de conhecimentos! Durante este caminho, você terá oportunidade de estudar o tema **Nossas danças**, e terá oportunidade de expressar de várias formas algumas das **representações da Cultura rítmica nacional e das danças populares**. Mas, pode ficar tranquilo, pois estarei com você na trilha inteira!

2. BOTANDO O PÉ NA ESTRADA

Para dar seguimento nos estudos nesse novo caminho, vou lhe fazer algumas perguntas:

- 1 Você conhece as características que diferenciam o ritmo e a dança? Já percebeu quais são os tipos de danças mais conhecidas na Bahia? E, em relação às suas experiências rítmicas com as danças, quais as significações que você reconhece? Você sabia que existem algumas variações do samba no Brasil?

Enfim, o campo da cultura rítmica nacional e das danças populares possuem várias peculiaridades que vamos identificar nesse percurso. Ah! Não esqueça de anotar suas reflexões sobre as questões apresentadas no **diário de bordo (caderno)** para seguirmos a caminhada de nossa trilha.



3. LENDO AS PAISAGENS DA TRILHA

Figura 1



Disponível em: <http://www.acordabonita.com/2014/11/samba-um-peregrino-historia-samba/> Acesso em: 04. Out. 2020.

Figura 2



Disponível em: https://www.freepik.com/free-photo/young-woman-break-dancing_6823746.htm Acesso em: 04 Out. 2020.



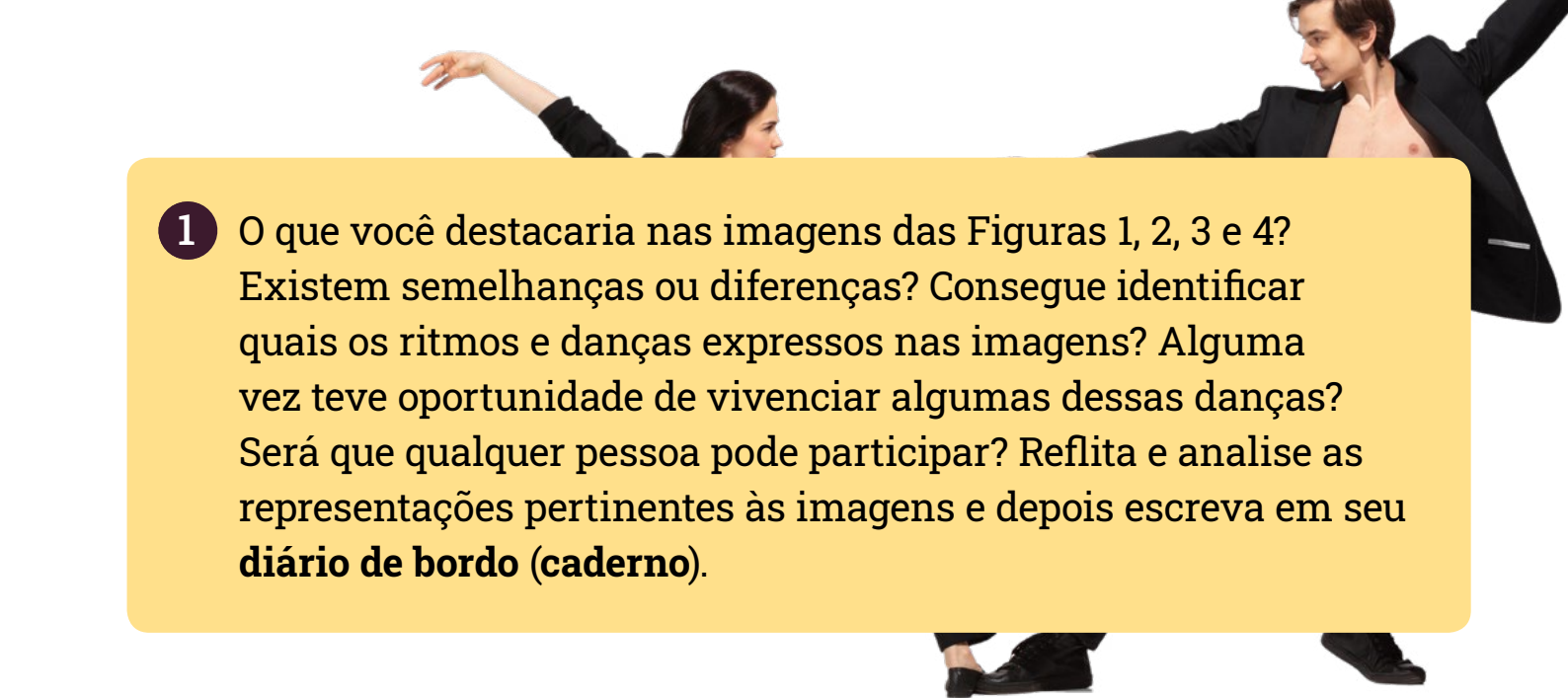
Figura 3

Disponível em: <https://balletftonline.com/8-estilos-de-danca/> Acesso em: 04. Out. 2020.



Figura 4

Disponível em: <https://www.suamusica.com.br/noticia/olodum-celebra-40-anos-de-samba-reggae-e-cidadania> Acesso em: 04. Out. 2020.

- 
- 1** O que você destacaria nas imagens das Figuras 1, 2, 3 e 4? Existem semelhanças ou diferenças? Consegue identificar quais os ritmos e danças expressos nas imagens? Alguma vez teve oportunidade de vivenciar algumas dessas danças? Será que qualquer pessoa pode participar? Reflita e analise as representações pertinentes às imagens e depois escreva em seu **diário de bordo (caderno)**.

4. EXPLORANDO A TRILHA

Continuemos nosso caminho com mais um desafio, aí em sua casa. Para ampliar algumas compreensões acerca da cultura rítmica nacional e das danças populares, indicamos a busca de informações para perceber traços culturais presentes nas formas de dançar. Acredito que essa é uma grande oportunidade de buscar entender um pouco mais sobre nossas significações rítmicas e culturais que as danças expressam. Então, vamos pesquisar? Para lhe ajudar, trouxe algumas indicações de leituras. Lembre-se que estamos juntos. Aproveite!

Texto 1 – Dança: história, ritmo e movimento

Sem música não há dança. Sem movimento corporal também não. A dança, portanto, apenas ocorre quando o corpo executa movimentos a partir de um determinado ritmo.

Passada a repressão corporal medieval, as danças e outras práticas corporais ganham destaque na Europa. Foram montados ballets, cujas estrelas eram sempre mulheres. Também havia homens nas apresentações, mas eles pouco dançavam, já que tinham apenas duas funções: serem bonitos, para tornar a apresentação mais atraente, e fortes, servindo de suporte para segurar bailarinas.

A caracterização do *ballet* clássico era (e ainda mantém a sua tradição) voltado à uma rigidez do corpo marcado pela postura, pelas pontas dos

pés, pelos movimentos em forma de “flecha”: todos bastante estendidos. O século XX trouxe inovações, apresentando uma forma de dançar que rompeu com a rigidez do ballet: a dança moderna. Essa dança é marcada pela flexibilidade corporal, pelos pés muitas vezes descalços no chão e pela expressividade do corpo.

Falamos das danças mais clássicas, mas existem outros tipos de danças que são, talvez, mais importantes do que essas, já que fazem parte da nossa história, contam quem nós somos: as danças folclóricas. Essas danças são específicas de cada localidade e, mesmo quando a mesma dança é feita em locais diferentes, elas têm suas especificidades que variam entre as regiões.

Outra categoria de dança que está atualmente ganhando a atenção da mídia é a dança de salão, que engloba vários ritmos diferentes como, por exemplo, o forró, o samba de gafieira, e a salsa. A característica marcante desse tipo de dança é que ela é sempre dançada em par. Nesse caso, o homem conduz a mulher. Há uma brincadeira muito comum entre dançarinos de salão que diz que “uma mulher não é má dançarina: ela é mal conduzida!”.

Nas aulas de Educação Física a dança costuma ser um conteúdo rejeitado. Muitos são os preconceitos contra essa prática, já que é costume ouvir “dança é coisa de menina”. Será? Para você fazer dança na escola, você não precisa saber passos ou já ter feito dança fora da escola. Ao contrário: a proposta de trabalhar a dança na escola é para romper com essa ideia de que dança é uma coreografia montada com passos feitos.

Logo, o que se espera da dança na escola é que o corpo se movimente no ritmo da música e que haja expressão de sentimentos a partir do próprio movimento. E isso qualquer um faz: menino ou menina.

RONDINELLI, Paula. **Dança: história, ritmo e movimento**. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/danca-historia-ritmo-movimento.htm> Acesso em: 04. Out. 2020. (Texto resumido por Marielson Alves, trilhheiro de Educação Física).

Texto 2 – Origem do Samba

O samba é considerado por muitos críticos de música popular, artistas, historiadores e cientistas sociais como o mais original dos gêneros musicais brasileiros ou o gênero musical tipicamente brasileiro.



O samba originou-se dos antigos batuques trazidos pelos africanos que vieram como **escravos*** para o Brasil. Esses batuques estavam geralmente associados a elementos religiosos que instituíam entre os negros uma espécie de comunicação ritual através da música e da dança, da percussão e dos movimentos do corpo. Os ritmos do batuque aos poucos foram incorporando elementos de outros tipos de música.

A partir do século XIX, a cidade do Rio de Janeiro, que se tornara a capital do Império, também passou a comportar uma leva de negros vindos de outras regiões do país, sobretudo da Bahia. Foi nessa ambiência que as primeiras rodas de samba apareceram, misturando-se os elementos do batuque africano com a polca e o maxixe.

A palavra samba remete, propriamente, à diversão e à festa. Segundo Nei Lopes uma das possíveis origens seria a etnia quioco, na qual samba significa cabriolar, brincar, divertir-se como cabrito. Há quem diga que vem do banto semba, como o significado de umbigo ou coração. Parecia aplicar-se a danças nupciais de Angola caracterizadas pela umbigada, em uma espécie de ritual de fertilidade. Na Bahia surge a modalidade samba de roda, em que homens tocam e só as mulheres dançam, uma de cada vez. Há outras versões, menos rígidas, em que um casal ocupa o centro da roda.

A partir dos anos 1930, o samba ganhou grande espaço na indústria fonográfica e também foi usado pela política ditatorial de Getúlio Vargas na época do Estado Novo.

NOTA: *O termo adequado é escravizado, não escravo. Ninguém nasce escravo, esta é uma condição imposta quando um povo é dominado por outro. O termo escravo está relacionado ao poder de outrem sobre a pessoa escravizada. Trata-se, portanto, de uma questão de *status* social.

FERNANDES, Cláudio. **Origem do samba**. Disponível em: <https://www.historiadomundo.com.br/curiosidades/origem-samba.htm> Acesso em: 5. Out. 2020. (Texto resumido por Marielson Alves, trilheiro de Educação Física).

Para aprofundar mais um pouco estudo do tema, sugerimos:

Samba de roda do recôncavo baiano.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=uMblDMPSQdY>
Acesso em: 26 jan. 2021.

20 estilos de dança mais praticados no mundo.

Disponível em: <https://balletfitonline.com/8-estilos-de-danca/>
Acesso em: 26 jan. 2021.

5 danças típicas da Bahia tão apaixonantes quanto o estado.

Disponível em: <https://rotasdeviagem.com.br/dancas-tipicas-da-bahia/>
Acesso em: 26 jan. 2021.



5. RESOLVENDO DESAFIOS DA TRILHA

Nesse momento, com base em suas percepções, vivências e na análise, vou lançar um desafio:

Elabore um Cartaz que ilustre as nossas danças, as danças que fazem parte da nossa realidade cultural local.

UMA DICA: identifique as danças que você reconhece a presença na região em que você mora e, depois busque imagens dessas expressões da cultura corporal. Ah! Não esqueça de indicar o tipo de dança representada em cada imagem e, caso queira, você pode fazer um cartaz virtual para publicar em suas redes sociais, compartilhando com seus colegas e familiares. Bom trabalho!

6. A TRILHA É SUA: COLOQUE A MÃO NA MASSA

Temos mais um desafio, prepare-se! Vamos expressar a cultura rítmica através de movimentos com seu corpo. Escolha um espaço na sua casa para praticar uma das formas de dança indicada: *Break Dance*, Forró ou Samba. Para compartilhar sua experiência, você terá opção de fazer um vídeo curto ou na escola, durante sua aula de Educação Física, fazer uma breve improvisação que contemple a proposta. Ah! Não esqueça de registrar no **diário de bordo** como foi esse desafio. Caso haja alguma dificuldade, eu coloquei abaixo alguns *links* para lhe ajudar a ampliar suas experiências. Então, é isso... Você tem a liberdade de usar outros recursos e músicas que estejam de acordo com a dança escolhida. Vamos lá! Então, mão na massa! Agora é com você!

Como dançar breaking.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=BonajVkVaE> Acesso em: 26 jan. 2021.

Como sambar.

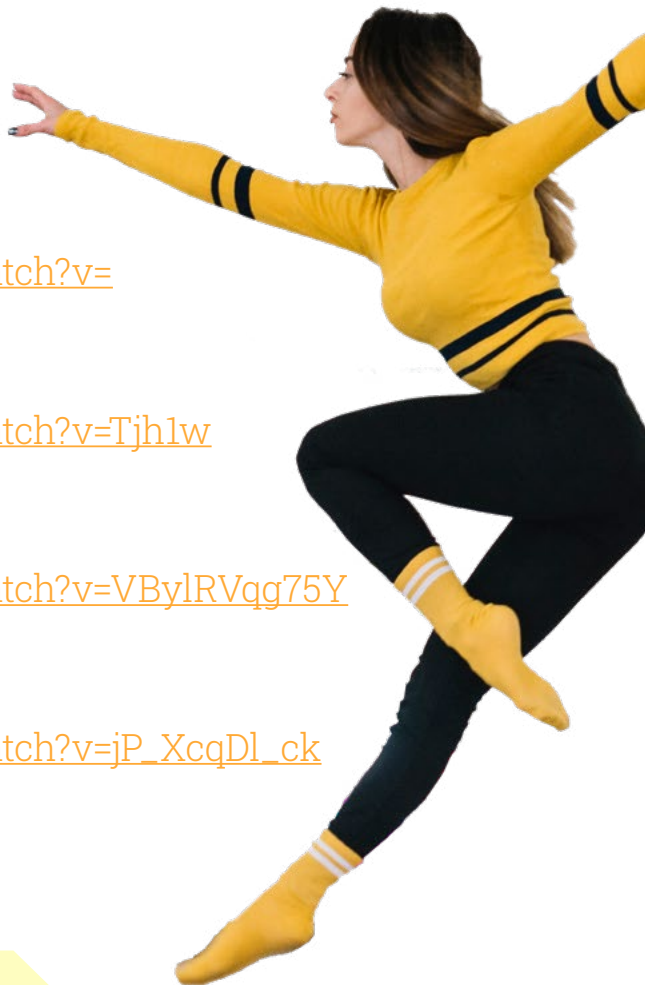
Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Tjhlwq24kTk> Acesso em: 26 jan. 2021.

Forró do zero, aula 1.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=VBylRVqg75Y> Acesso em: 26 jan. 2021.

Samba de roda.

Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=jP_XcqDl_ck Acesso em: 26 jan. 2021.



7. A TRILHA NA MINHA VIDA

Já refletiu sobre os impactos das danças populares na cultura local, regional e nacional? A expressão da linguagem corporal através da cultura rítmica e das danças produzem conhecimentos e o reconhecimento da nossa identidade ampliam perspectivas que favorecem ações autônomas e conscientes. Assim, chegamos num momento da trilha em que lhe convido a realizar práticas com base no tema: **Nossas Danças**.

Será bem simples: a partir de suas vivências, escolha músicas que expressem ritmo ou ritmos de sua preferência e desenvolva com liberdade algumas experiências com a dança. Pode realizar movimentos que já conhece ou, ainda, pode explorar novas movimentações.

Quando terminar se hidrate, descanse e comemore a grande experiência que teve com a “**Sua Dança**”, registre no **diário de bordo** tipos de ritmos e danças vivenciados, além das suas percepções acerca dessa atividade. Após isso, continuamos nossa caminhada, pois já estamos próximos do final!


8. PROPOSTA DE INTERVENÇÃO SOCIAL

Nossas percepções são ampliadas quando reconhecemos as significações existentes nas danças. O mais interessante é que agora você possui conhecimentos sobre essa manifestação da cultura corporal. Assim, seria interessante você compartilhar esses conhecimentos, de uma forma inovadora e informativa, com seus colegas, familiares e a comunidade. Então, convidamos-lhe a pensar em uma forma de dividir esse conhecimento. Aproveite para explorar as danças presentes na comunidade local, apontando caminhos que valorizem a importância dessas danças para a melhoria da vida das pessoas. Com a ideia formulada, tente pôr em prática. Os resultados dessa vivência leve para compartilhar na sua aula de Educação Física na escola.

Seja criativo/a e não perca a oportunidade de destacar o valor cultural das “Nossas Danças” para a sociedade!

9. AUTOAVALIAÇÃO

Quanta coisa vivenciamos, hein?! Foi muito bom esse momento com você! Parabéns por ter chegado até aqui. Sua companhia nos tornou pessoas melhores do que já somos, sabia? Mas, antes de nos despedirmos, quero convidar a pensar sobre você mesmo durante seu percurso na trilha. Afinal, refletir sobre as nossas experiências nos torna capazes de trilhar novos caminhos de forma mais madura, consciente e segura, além de nos ajudar a pensar em como agir diante de novos desafios e na tomada de decisões importantes para nossa vida. Para isso, peço que responda algumas perguntas no seu **diário de bordo**:



a) Você reservou um tempo para realizar esta atividade?

b) Se reservou, conseguiu realizar toda a atividade no tempo programado?



c) Considera que a trilha lhe ajudou a ampliar conhecimentos e fazer leituras críticas sobre as informações relacionadas à cultura rítmica e as danças populares?



d) Através da trilha, você conseguiu realizar análises e vivências de expressão da linguagem corporal? Caso ainda tenha alguma dúvida, converse comigo em sala de aula, pois, poderemos aprofundar este assunto no Tempo Escola, ok?!

Existem outros elementos das danças que você gostaria de ter visto nesta trilha? Comente. Obrigado/a pelas respostas! Socialize-as comigo e com seus colegas quando estivermos juntos em nosso Tempo Escola. Ah! Fique atento/a, pois precisaremos de algumas das atividades escritas no seu **diário de bordo (caderno)**. Você chegou até o final da trilha e desejo valorizar todo o seu esforço.

