

ALÉM DA LONA:

ATIVIDADES CIRCENSES NAS AULAS
DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM

COARI-AM

Um guia prático para as aulas
de Educação Física

EU ♥ COARI

ESCOLA MUNICIPAL
URSULINA SOUZA
DE OLIVEIRA

AUTORES:

Jessika Barros Moreira

Evandro Jorge Souza Ribeiro Cabo Verde



Ficha Catalográfica

(Catalogação elaborada por Alciana Azevêdo dos Santos, CRB 11/630)

M838a

Moreira, Jessika Barros

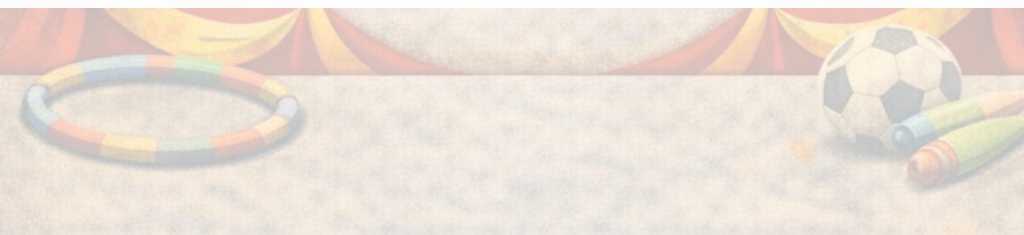
Além da lona: atividades circenses nas aulas de educação física em Coari – AM: um guia prático para as aulas de educação física / Jessika Barros Moreira, Evandro Jorge Souza Ribeiro Cabo Verde. – [S.l.] : [UFAM], [2026?]
46 f. : il., color.

Recurso educacional elaborado como parte das exigências do Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional - PROEF do Instituto de Ciências Sociais, Educação e Zootecnia, UFAM

Recurso educacional eletrônico disponível em: https://drive.google.com/drive/folders/1FfZiRIdKUfKo1565ee6-9izu bSwVfZbt?usp=drive_link

1. Circos. 2. Educação física. 3. Ensino Fundamental. I. Verde, Evandro Jorge Souza Ribeiro Cabo, Profº, Dr. II. Universidade Federal do Amazonas. *Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional - PROEF*. Título.

CDU 1987: 791.83:796



Realização



Programa de Dança Atividades Circenses e Ginástica
PRODAGIN - Grupo de Estudo e Pesquisa em Dança, Atividades Circenses e Ginástica





RESPEITÁVEL PÚBLICO,

A lona se abre, o picadeiro se arma e, desta vez, o espetáculo acontece na escola. Este guia nasceu de uma pesquisa que teve risos, tentativas, desafios e muitas descobertas. Aqui, o aprender não ficou sentado: correu, equilibrou, criou e se reinventou. Entre latas que viraram pés de gigante, bolas que insistiam em cair e corpos que aprenderam a confiar em si e no outro, o circo entrou na aula de Educação Física como quem chega para ficar. Cada encontro foi um número novo: às vezes tímido, às vezes ousado, sempre cheio de movimento, imaginação e vontade de tentar mais uma vez. Não há números perfeitos por aqui. Há tropeços, ajustes, cooperação e comemorações sinceras. Como em todo bom circo, ninguém faz nada sozinho: um ajuda, o outro incentiva, e juntos o espetáculo acontece.

A professora assume o papel de quem organiza a cena, garante a segurança e deixa a magia acontecer.

Este material é um convite. Convite para levar o brincar a sério, para transformar materiais simples em grandes experiências e para lembrar que aprender pode e deve ser leve, divertido e cheio de sentido.

A lona está aberta.

O picadeiro é de vocês.

E o espetáculo da aprendizagem já vai começar.



Jessika Barros Moreira



Sumário

APRESENTAÇÃO	04
1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	06
1.1 Contextualização das Atividades Circenses na Educação.....	06
1.2 Importância das Atividades Circenses nas Aulas.....	06
1.3 Objetivos do Material Didático.....	07
1.4 Práticas Corporais e Cultura do Movimento.....	08
1.5 Elementos da Educação Física na BNCC.....	08
2 GINÁSTICA GERAL E ATIVIDADES CIRCENSES.....	09
2.1 Abordagens Pedagógicas em Educação Física	09
2.2 Benefícios das Atividades Circenses para os alunos.....	11
2.3 Metodologias de Ensino das atividades circenses	12
3 SEQUÊNCIA DIDÁTICA – 3º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL	15
AULA 1 – O Mundo Mágico do Circo.....	15
AULA 2 – Descobrindo o Malabarismo.....	21
AULA 3 – Criando e Brincando com o Malabarismo.....	24
AULA 4 – Acrobacias e o Mundo do Circo.....	26
AULA 5 – Vivência das Acrobacias Circenses.....	30
AULA 6 – Conhecendo a Boca do Palhaço.....	32
AULA 7 – Brincando com a Boca do Palhaço.....	35
AULA 8 – Explorando o Equilíbrio.....	37
AULA 9 – Caminhando no Fio da Imaginação.....	41
AULA 10 – Confeccionando o Pé de Lata.....	43
REFERÊNCIAS.....	45



As atividades circenses, historicamente vistas apenas como entretenimento, estão ganhando destaque como uma prática pedagógica importante na Educação Física escolar, promovendo não apenas o desenvolvimento motor, mas também o social e cultural dos alunos.

1.1 Contextualização das Atividades Circenses na Educação.

O circo, com sua rica tradição de criatividade e expressão corporal, é incorporado ao currículo escolar como ferramenta para uma formação mais completa dos alunos. A luz da Base Comum Curricular (BNCC) e da Proposta Curricular Pedagógica (PCP), essas atividades se encaixam na unidade temática de Ginásticas, por envolverem acrobacias e expressividade corporal. Elas favorecem a interação social, cooperação, e a

autoconfiança, contribuindo para a formação de cidadãos criativos e resilientes (BRASIL, 2018). O ambiente lúdico e expressivo do circo torna o aprendizado mais prazeroso e inclusivo, valorizando a diversidade e o repertório cultural dos estudantes.

1.2 Importância das Atividades Circenses nas Aulas.

As atividades circenses representam uma abordagem inovadora que integra criatividade, cooperação e expressividade nas aulas. Práticas como malabarismo, acrobacias e equilíbrio desafiam as habilidades físicas e mentais dos alunos, promovendo autoestima e trabalho em equipe. Estudos mostram que essas atividades aumentam o interesse dos alunos pelas aulas e incentivam um estilo de vida mais ativo





Elas também ampliam a expressividade corporal, valorizando a cultura circense e proporcionando experiências significativas, que estimulam habilidades emocionais e sociais fundamentais para o século XXI.

1.3 Objetivos do Material Didático.

O material tem como finalidade oferecer ferramentas práticas para professores integrarem atividades circenses nas aulas de Educação Física. Os objetivos incluem:

- Diversificar as experiências motoras;
- Estimular a consciência corporal e a criatividade;
- Promover um ambiente lúdico e cooperativo;
- Valorizar expressões culturais;
- Apoiar o trabalho docente nos anos iniciais do Ensino Fundamental.

Esse guia busca contribuir para uma Educação Física mais significativa, conectada à cultura do movimento, promovendo o desenvolvimento integral dos alunos por meio da arte circense.





A Educação Física escolar vai além do ensino de habilidades motoras: ela promove o desenvolvimento integral dos alunos por meio da vivência de práticas corporais inseridas na cultura do movimento. Essas práticas como brincadeiras, esportes, danças, lutas e atividades circenses ampliam a consciência corporal, fortalecem a cooperação e valorizam a diversidade cultural.

1.4 Práticas Corporais e Cultura do Movimento.

As práticas corporais são meios potentes para enriquecer o cotidiano escolar. Elas proporcionam desafios físicos e sociais, estimulam a criatividade, o trabalho em equipe e a vivência lúdica (Bracht, 1999; Darido, 2003). A BNCC valoriza essas experiências ao inserir, por exemplo, as atividades circenses na unidade temática de Ginástica Geral, destacando

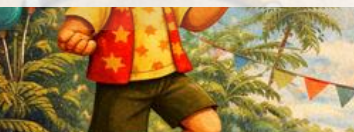
sua contribuição para uma Educação Física não competitiva, colaborativa e expressiva (Bortoleto, 2011; Ayoub, 2001).

1.5 Elementos da Educação Física na BNCC.

A BNCC organiza a Educação Física em torno de três elementos centrais:

- **Movimento corporal:** como meio de expressão, comunicação e autonomia.
- **Organização interna:** estrutura das aulas com foco na participação ativa, cooperação e ambiente acolhedor.
- **Produto cultural:** valorização das manifestações culturais, como as artes do circo, que conectam os alunos à diversidade e à criatividade humana.

Esses elementos favorecem uma prática pedagógica mais inclusiva e significativa.





2.1 Abordagens Pedagógicas em Educação Física.

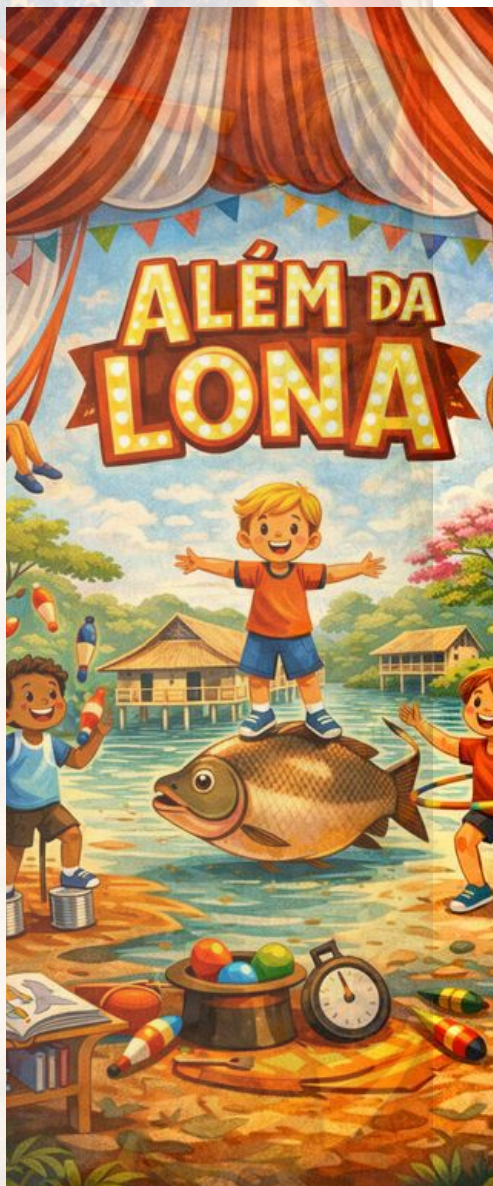
A disciplina se apoia em múltiplas abordagens jogos, esportes, danças e práticas de aventura para alcançar diferentes dimensões do desenvolvimento.

As atividades circenses, em especial, oferecem uma abordagem inovadora e acessível que:

- Desenvolve habilidades físicas e emocionais;
- Valoriza o erro como parte da aprendizagem;
- Cria um ambiente seguro, criativo e inclusivo.

Assim, a Educação Física se consolida como um espaço educativo dinâmico, onde o corpo, a cultura e o conhecimento se encontram.





As atividades circenses, como malabarismo, acrobacias e equilíbrio, são reconhecidas pela Base Comum Curricular (BNCC) como parte da ginástica geral. No campo da ginástica, a literatura especializada tem adotado o termo Ginástica para Todos (GPT) para designar práticas ginásticas de caráter inclusivo, participativo e não competitivo. Essa denominação foi oficialmente incorporada pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), substituindo o termo Ginástica Geral, anteriormente utilizado para se referir a esse conjunto de práticas. No entanto, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) mantém a nomenclatura Ginástica Geral (GG) ao tratar dessas manifestações no contexto da Educação Física escolar. Assim, neste trabalho opta-se por utilizar a terminologia presente na BNCC, considerando seu papel como documento normativo que



orienta a organização curricular da Educação Básica no Brasil, ao mesmo tempo em que se reconhece a atualização terminológica presente na literatura da área. Tais atividades promovem o aprendizado lúdico, a criatividade e a cooperação, rompendo com o foco competitivo dos esportes tradicionais. Estudos mostram que essas práticas aumentam a confiança, integração social e criatividade dos alunos. Além disso, são inclusivas e adaptáveis, permitindo a participação de todos, inclusive alunos com deficiência (Daolio, 2002). Ao estimular a consciência corporal e o trabalho em grupo, elas contribuem significativamente para o desenvolvimento integral dos estudantes.

2.2 Benefícios das Atividades Circenses para Alunos

As atividades circenses oferecem múltiplos benefícios:

- **Desenvolvimento motor:** Melhoram equilíbrio, coordenação, força e flexibilidade.
- **Habilidades sociais:** Fortalecem o trabalho em equipe, empatia e respeito.
- **Criatividade e expressividade:** Incentivam a exploração do movimento e da identidade pessoal.
- **Vivência cultural:** Conectam os alunos a diferentes tradições artísticas e expressões culturais.
- **Autoconfiança e autoestima:** Criam um espaço seguro para experimentação e superação.
- Essas práticas são, portanto, uma poderosa estratégia educativa, que prepara os alunos para uma vida mais criativa, colaborativa e consciente culturalmente.



A importância de planejar aulas de Educação Física com atividades circenses de forma organizada, criativa e inclusiva. Essas práticas, como malabares, acrobacias e equilíbrio, contribuem para o desenvolvimento motor, social e criativo dos alunos, conforme põe a BNCC.

- Objetivos claros devem ser definidos, alinhados às competências a serem desenvolvidas, como equilíbrio, coordenação, cooperação e expressão corporal.
- Planejamento de conteúdos deve incluir uma variedade de atividades, com progressão de dificuldade e momentos de reflexão.
- Organização do espaço é essencial, priorizando segurança e disposição adequada dos materiais, incentivando a movimentação e a interação entre os alunos.

- Adaptação à diversidade é necessária para atender alunos com diferentes níveis de habilidade, garantindo participação e acessibilidade.
- Ambiente de apoio favorece a confiança e o engajamento, sendo promovido por meio de dinâmicas colaborativas e cultura de respeito.
- Avaliação contínua permite acompanhar o progresso, fazer ajustes no planejamento e valorizar o processo de aprendizagem.

2.3 – Metodologias de Ensino para Atividades Circenses.

O ensino das práticas circenses pode ser potencializado por metodologias que priorizam a participação ativa, a segurança e o respeito à diversidade.



- Jogos circenses estimulam o aprendizado lúdico, promovendo coordenação, consciência corporal e cooperação.
- Demonstrações visuais ajudam na compreensão das técnicas, principalmente com alunos mais novos, aumentando a confiança e a motivação.
- Prática guiada permite que o professor oriente os alunos passo a passo, com segurança e feedback imediato.
- Adaptação às diferenças individuais é essencial, com ajustes nos equipamentos, desafios e organização dos grupos.

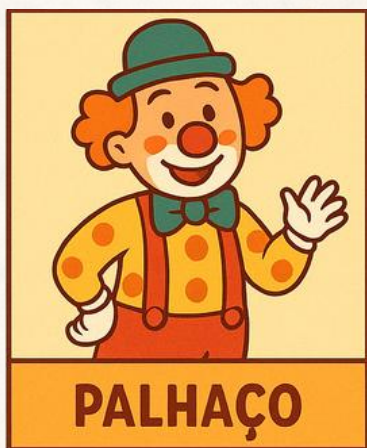
Avaliação formativa deve ser contínua e construtiva, baseada em observações, autoavaliações e reflexões, visando o desenvolvimento individual.





Propõe-se uma sequência didática com base nas práticas circenses, direcionada às aulas de Educação Física no Ensino Fundamental. A partir de uma abordagem lúdica, progressiva e inclusiva, as atividades são organizadas de forma intencional e pedagógica, visando o desenvolvimento integral dos alunos. A sequência contempla habilidades motoras, cognitivas, afetivas e sociais, alinhadas à Base Nacional Comum Curricular (BNCC), promovendo a vivência de experiências corporais significativas, criativas e cooperativas.

Ao integrar elementos como o malabarismo, o equilíbrio e as acrobacias, a proposta valoriza o protagonismo dos alunos, o trabalho em grupo e o respeito às diversidades, tornando a aprendizagem mais engajadora, prazerosa e transformadora.





SEQUÊNCIA DIDÁTICA

Ano: 3º ano do Ensino Fundamental I

Duração: 50 minutos

Tema: Acrobacias – Conhecendo o mundo das atividades circenses

Unidade Temática: Ginástica

Habilidade: EF03EF06 – Identificar e experimentar elementos das ginásticas de forma lúdica e criativa.

AULA 1 – TEÓRICA: "O MUNDO MÁGICO DO CIRCO"

OBJETIVO:

Apresentar aos alunos a história do circo e seus elementos principais, despertando o interesse e a imaginação para as práticas corporais circenses.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Breve história do circo
- Profissões do circo (palhaço, malabarista, equilibrista, acrobata)
- Elementos do espetáculo (música, figurino, maquiagem, objetos).

DESENVOLVIMENTO:

1. Acolhimento e Roda de Conversa (10 min):

Perguntar aos alunos:



- "Você já foi ao circo?"
- "O que viu lá?"
- "O que mais gostou?"

Atividade Ilustrativa (20 min):

Entregar uma folha com o contorno de uma lona de circo.

Os alunos devem desenhar os artistas e números que mais gostaram do vídeo ou da conversa.

ENCERRAMENTO E SOCIALIZAÇÃO (5 MIN):

Alunos que quiserem podem apresentar seus desenhos e contar por que escolheram aquele artista.

MATERIAIS:

- Imagens e vídeos de espetáculos circenses.
- Folhas com contorno de lona de circo.
- Lápis de cor, canetinhas, giz de cera.

AVALIAÇÃO:

- Participação nas conversas.
- Criatividade e envolvimento nos desenhos.
- Interesse demonstrado nos conteúdos apresentados.



MATERIAS DE APOIO AULA 01

★ A HISTÓRIA DO ★ CIRCO



Há muito, muito tempo atrás...
Na Roma Antiga, as pessoas já
faziam grandes festas em lugares
enormes chamados circenses.
Lá tinha corridas de cavalos
e apresentações com animais.



Mas o circo como conhecemos hoje
nasceu na Inglaterra, no ano de 1768.
Um homem chamado Philip Astley
gostava de mostrar truques com
cavalos e pensou: "E se eu juntar
acrobatas, malabaristas e
palhaços num lugar redondo
para todo mundo ver?"
Assim nasceu o circo moderno!



Quando o circo chegou ao Brasil,
no século 19, ele foi ganhando a nossa cara:
Vieram os palhaços brasileiros,
como o famoso Piolin.
O circo passou a ter música,
dança, brincadeiras e alegria
em cada cidade que visitava.



E hoje? Muitos circos não
usam mais animais.
Eles misturam dança,
teatro, música e tec-
nologia, como faz o



O circo continua sendo
um lugar de magia,
arte e diversão!



MATERIAS DE APOIO AULA 01

PROFISSÕES DO CIRCO



PALHAÇO



MALABARISTA



EQUILIBRISTA



ACROBATA



MATERIAS DE APOIO AULA 01

★ ELEMENTOS DO ★ ESPETÁCULO DE CIRCO

MÚSICA



FIGURINO



MAQUIAGEM



OBJETOS





MATERIAS DE APOIO AULA 01





AULA 2 – TEÓRICA: "DESCOBRINDO O MALABARISMO"

OBJETIVO:

- Conhecer o que é malabarismo e sua importância no universo circense.
- Explorar os materiais utilizados pelos malabaristas.
- Estimular a curiosidade e a percepção de habilidades motoras, como lançar e pegar objetos.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Definição de malabarismo
- Coordenação motora e concentração
- Objetos utilizados no malabarismo (bolinhas, argolas, bastões)

DESENVOLVIMENTO:

Acolhimento e Roda de Conversa (10 min):

- Perguntar:
 - • "Vocês já viram alguém fazendo malabarismo?"
 - • "O que é preciso para fazer isso?"

Exibir vídeo ou imagens de malabaristas em ação, destacando a coordenação e criatividade.





MATERIAL DE APOIO AULA 02

MATERIAIS UTILIZADOS PELOS MALABARISTAS



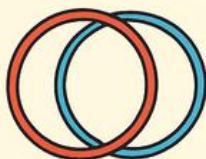
Bolas de malabares

São os materiais mais tradicionais e utilizados para iniciar no malabarismo. Geralmente feitas de tecido, borracha ou plástico, são preenchidas com areia, arroz ou sementes, o que facilita o controle durante o lançamento.



Claves

Parecem pequenas maçãs e são projetadas para girar no ar. Exigem muita coordenação e precisão.



Aros (ou argolas)

Feltos de plástico leve, são lançados e girados no ar, criando movimentos circulares, no eixo visual.



Lençóis

Coloridos, leves e macios, deszem lentamente quando lançados, e que permitem prender os iniciantes.



Devil stick (bastão do diabo)

Composto por um bastão central manipulado com a ajuda de duas baquetas. Permite realizar giros, lançamentos e equilíbrios.



Diaboló

Objeto em forma de carretel que gire em uma corda presa à duas baquetas. Pode ser lançado, equilibrado e manipulado de diferentes maneiras.



Poi

Conjunta de bolinhas presas a cordas que giram em movimentos circulares e coreográficos. São muito usados em danças e apresentações com música.



Pratos giratórios

Pratos de plástico equilibrados e girados em uma vareta. Além de trabalhar a coordenação, é um efeito visual divertido e chamativo.



Tochas de fogo

Versão das claves adaptadas para apresentações com fogo. Exigem muita prática e segurança, sendo utilizadas apenas por malabaristas.



MATERIAL DE APOIO AULA 02





AULA 03: PRÁTICA - CRIANDO E BRINCANDO COM O MALABARISMO

OBJETIVO:

- Criar materiais de malabarismo utilizando recursos simples.
- Praticar movimentos básicos de malabarismo.
- Desenvolver habilidades motoras e trabalho em equipe.

DURAÇÃO: 50 minutos

DESENVOLVIMENTO:

1. Acolhimento e aquecimento (10 minutos)
 - Propor um jogo de "lança e pegar" uma bola imaginária, em dupla ou trio.
2. Construção dos materiais de malabarismo (15 minutos)
 - Materiais:
 - Meias ou velhas .
 - Arroz ou farinha
 - Sacolas plásticas.

PASSO A PASSO

1. **Se usar meias:** encha uma meia com arroz ou amarre a ponta.
2. **Se usar bexigas:** encha uma pequena bexiga com arroz ou farinha, amarre e envolva com bexiga outra para reforçar.
3. **Cada aluno** cria 2 ou 3 bolinhas de malabarismo.



PRÁTICA DOS MOVIMENTOS BÁSICOS (20 MINUTOS)

Movimentos simples:

Lançar e pegar com uma bolinha.

Alternar lançamentos com duas bolinhas, sem cair.

DESAFIO EM CIRCUITO (15 MINUTOS)

Organizar um circuito com obstáculos simples, onde os alunos devem lançar e pegara bolinha se desviando dos obstáculos.

ENCERRAMENTO (10 MINUTOS)

Roda de conversa: "Como foi a atividade de hoje? Foi difícil ou fácil? O que aprenderam hoje? "

Agradecimento pela participação.

MATERIAIS:

- Meias/balões.
- Arroz ou farinha.
- Sacos plásticos e tesouras (uso supervisionado).
- Papéis e lápis de cor para a aula teórica.

AValiação:

- Participação e interesse nas atividades teóricas e práticas.
- Observação da evolução nas habilidades motoras.
- Relatos espontâneos alunos dos alunos sobre como dificuldades e conquistas durante o desenvolvimento das aulas.



AULA 04 TEÓRICA – ACROBACIAS E O MUNDO DO CIRCO.

OBJETIVO:

- Compreender o que são acrobacias circenses.
- Reconhecer a importância da cooperação, confiança e segurança nas acrobacias.
- Relacionar a prática de acrobacias ao trabalho em equipe e à expressão corporal.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Origem e função das acrobacias no circo.
- Tipos de acrobacias (solo, em dupla, em grupo).
- Segurança nas práticas acrobáticas.

DESENVOLVIMENTO:

1. Acolhida (5 min): Roda de conversa sobre o que os alunos sabem sobre o circo.

Apresentação do conteúdo (10 min):

Exibição de imagens e vídeos curtos de acrobacias circenses.

1. Discussão orientada (15 min):

- O que é uma acrobacia?
- O que é necessário para praticar com segurança?
- Como as acrobacias trabalham o corpo e a mente?

2. Atividade reflexiva (15 min):



- Dividir a turma em duplas ou trios e entregar fichas com perguntas para responderem juntos, como:
 - O que mais chamou atenção nas acrobacias?
 - O que você acha que precisa para conseguir fazer uma acrobacia?
- **Socialização (5 min): Compartilhar as respostas com a turma.**

MATERIAIS:

- Cartazes com imagens de acrobatas.
- Vídeos curtos de apresentações circenses com foco em acrobacias.
- Quadro branco e pincel.
- Fichas com perguntas para debate.

AValiação:

- Participação nas discussões.
- Clareza nas respostas das fichas.
- Interesse e envolvimento na atividade.





MATERIAL DE APOIO AULA 04

TIPOS DE ACROBACIAS



SOLO



DUPLA

GRUPO





MATERIAL DE APOIO AULA 04

TIPOS DE ACROBACIAS



Solo



Dupla



Grupo



AULA 5 PRÁTICA: VIVÊNCIA DAS ACROBACIAS CIRCENSES

OBJETIVO:

- Vivenciar de forma segura e divertida diferentes formas de acrobacias.
- Desenvolver equilíbrio, força, flexibilidade e cooperação.
- Estimular a confiança e o trabalho em grupo.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Acrobacias básicas de solo e em duplas.
- Princípios de segurança e apoio mútuo.
- Coordenação e consciência corporal.

DESENVOLVIMENTO:

Aquecimento (10 min): • Brincadeira "Siga o equilibrista" (andar em linha reta, pular com um pé só, caminhar agachado etc.). • Alongamentos dinâmicos.

Vivência das acrobacias (30 min):

Individual: • Rolamento para frente, Estrela (com ajuda), Equilíbrio em um pé (desafio do tempo).

Duplas: • Ponte com apoio do colega, Equilíbrio espelhado (imitar as posições do colega), Pirâmides simples (como subir de joelhos nas costas do colega agachado).



Obs: Todas as atividades devem ser feitas com supervisão e em ambiente seguro.

Relaxamento (5 min):

- Deitar de barriga para cima e fazer respiração profunda com música tranquila.
- Agradecimento coletivo (roda de palmas e palavras positivas).

Fechamento (5 min):

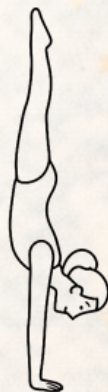
- Conversa breve: Como foi a experiência? O que foi mais fácil ou mais difícil?

MATERIAIS:

- Colchonetes ou tatames.
- Fitas adesivas para marcações no chão.
- Cone ou bambolês.
- Música ambiente.

AValiação:

- Participação e engajamento nas atividades.
- Demonstração de cuidado com os colegas.
- Superação de desafios individuais.





AULA 6 – TEÓRICA: CONHECENDO A BOCA DO PALHAÇO

OBJETIVO:

- Compreender o que é a atividade "Boca do Palhaço", sua origem no universo circense.
- Desenvolver a atenção, criatividade e noções de mira e coordenação viso motora.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Origem da "boca do palhaço" como jogo popular presente em festas e espaços circenses.
- Relação com o palhaço como personagem simbólico do circo.
- Função lúdica e de precisão do jogo.

DESENVOLVIMENTO:

1. Roda de conversa inicial (10 min):

- Você já brincou de “boca do palhaço”?
- Onde foi? Como funcionava?
- O que é preciso para acertar a boca do palhaço?

2. Apresentação visual (10 min):

- Mostre imagens da “boca do palhaço” em festas e circos.
- Apresente a ideia da mira e da pontuação como forma de desafio e diversão.



3. Criação coletiva (20 min):

- Os alunos desenham uma “boca do palhaço” em papel com espaço para pontuação e decoram ao seu gosto.
- Pode-se propor uma votação para escolher qual será usada na aula prática.

4. Encerramento (10 min):

- Mostre como o personagem palhaço é importante para o circo: ele diverte, cria jogos, interage com o público e ajuda todos a se sentirem bem.
- Reforce que a atividade prática será inspirada nesses desenhos criados por eles!

MATERIAIS:

- Imagens de referência.
- Papéis, lápis de cor, canetinhas.
- Quadro branco.

AValiação:

- Participação nas conversas e criações.
- Criatividade na elaboração dos desenhos.
- Interesse e compreensão da proposta.





MATERIAL DE APOIO AULA 06

BOCA DO PALHAÇO

ORIGEM



A brincadeira da boca do palhaço surgiu ligada ao universo circense.

COMO É A BRINCADEIRA

O munando um painel ou caixa com a imagem de um palhaço, geralmente com a boca aberta formando um buraco,



OBJETIVOS DA ATIVIDADE

- Desenvolver a coordenação visomotora (olhar, calcular e lançar)
- Estimular a atenção e a concentração
- Trabalhar a noção de pontuação e desafio
- Promover a socialização e criatividade



MATERIAIS QUE PODEM SER USADOS

- Painel de papelão ou madeira com o desenho do palhaço

RELAÇÃO COM O CIRCO

O jogo representa o palhaço como personagem principal, trazendo alegria e descontração.

Faz parte do lado lúdico e interativo do espetáculo circense, em que o público também se envolve.





AULA 7 – PRÁTICA: BRINCANDO COM A BOCA DO PALHAÇO

OBJETIVO:

- Vivenciar a atividade “boca do palhaço”, desenvolvendo a coordenação motora ampla, a mira, a precisão e o espírito de cooperação.

DURAÇÃO: 50 minutos

DESENVOLVIMENTO:

Aquecimento temático (10 min):

- "Rir é o melhor aquecimento": imitar palhaços andando, tropeçando com cuidado, rindo, girando.
- Alongamento com caretas.

Explicação da atividade (5 min):

- Cada aluno tem 3 chances para acertar a boca do palhaço com as bolinhas.
- Se acertar dentro da boca: 10 pontos!
- Alvos ao redor: 5 ou 1 ponto.
- O importante é participar e se divertir!

3. Desenvolvimento (30 min):

- Revezamento por turmas (ex: 3 alunos por vez).



- Os colegas torcem e ajudam a contar os pontos.
- Pode-se criar times (Equipe do Narigão, Equipe da Gravata Engraçada, etc.).

3. Encerramento e reflexão (5 min):

- Roda de conversa rápida: O que foi mais fácil? Como foi sua pontaria? Como você se sentiu jogando com os colegas?

MATERIAIS:

- Painel com desenho da boca do palhaço (cartolina ou papelão com orifício na boca).
- Bolinhas leves (meia, espuma ou papel amassado).
- Fitas no chão para marcar a linha de arremesso.
- Cartazes de pontuação.

AVALIAÇÃO:

- Participação e entusiasmo durante a brincadeira.
- Colaboração e respeito com os colegas.
- Desenvolvimento da coordenação motora e mira.





AULA 08 – TEÓRICA: "EXPLORANDO O EQUILIBRISMO"

OBJETIVO:

- Apresentar o equilibrismo como elemento do circo.
- Identificar os diferentes tipos de atividades de equilíbrio.
- Estimular o interesse por essa prática corporal.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Conceito de equilibrismo
- Instrumentos do equilíbrio (corda, rola-rola, monociclo)
- Importância do foco e da concentração.

DESENVOLVIMENTO:

1. Roda de Conversa (10 min):

- Perguntar: "O que você imagina que é equilibrismo?"
- "Você já tentou andar em uma linha no chão sem cair?"

2. Exibição de vídeo/imagens (10 min):

- Mostrar diferentes formas de equilibrismo (circo tradicional, artistas de rua, vídeos infantis).

2. Explanação (15 min):



- Conversar sobre como o corpo precisa se concentrar, manter o foco e controlar os movimentos para se equilibrar.

3. Atividade ilustrativa (10 min):

- Desenho: os alunos desenharam um equilibrista em ação (em corda, monociclo, etc.).

4. Socialização (5 min):

- Compartilhar os desenhos e conversas sobre o que aprenderam.

MATERIAIS:

- Vídeos e imagens de artistas equilibristas.
- Papel, lápis de cor, canetinhas.

AValiação:

- Participação nas conversas.
- Criatividade e empenho na atividade artística.
- Demonstração de compreensão do tema.



MATERIAL DE APOIO AULA 08

EXPLORANDO O EQUILIBRISMO

O QUE É?

Arte do circo em que o artista precisa manter o corpo firme para não cair.



INSTRUMENTOS DO EQUILÍBRIO

- Corda bamba
- Rola-rola
- Monociclo



O QUE É IMPORTANTE?

- FOCO
- CONCENTRAÇÃO
- Concentração
- Controle do corpo



NO DIA A DIA TAMBÉM USAMOS EQUILÍBRIO:

- Andando de bicicleta
- Brincando de amarelinha
- Caminhando em uma linha no chão



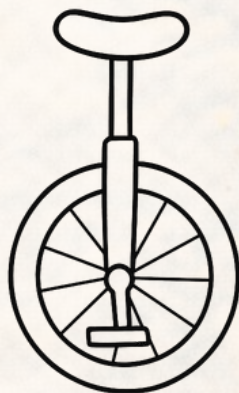
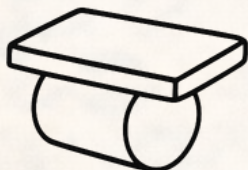
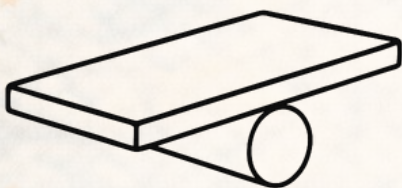
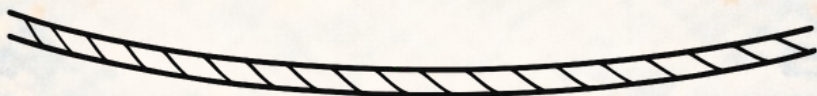
O EQUILIBRISMO ENSINA:

Com paciência e treino, conseguimos realizar coisas incríveis!





MATERIAL DE APOIO AULA 08





AULA 09– PRÁTICA: "CAMINHANDO NO FIO DA IMAGINAÇÃO".

OBJETIVO:

- Vivenciar atividades de equilíbrio corporal.
- Desenvolver concentração, postura e controle corporal.
- Trabalhar o equilíbrio dinâmico e estático de forma lúdica.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Caminhada em linha reta
- Equilíbrio sobre corda no chão ou fita
- Desafios motores de equilíbrio.

DESENVOLVIMENTO:

1. **Aquecimento (10 min):** o Jogo do “Siga o mestre” com foco em equilíbrio (parar em um pé só, andar sobre linhas, equilibrar objetos na cabeça).
2. **Vivência (25 min):** o Caminhar sobre linhas no chão (pode ser fita adesiva ou corda). o Criar desafios: andar de costas, com olhos semiabertos, carregando um objeto leve. o Montar um pequeno circuito com equilíbrio de diferentes formas.
3. **Desafio em duplas (10 min):** Um aluno segura a mão do outro para equilibrar juntos. Depois trocam de posição.



4. Encerramento e relaxamento (5 min): Deitados no chão, respiração guiada para acalmar o corpo após a atividade.

MATERIAIS:

- Fitas adesivas largas, cordas, cones, objetos leves (livros, almofadas pequenas).
- Música calma para o relaxamento.

AVALIAÇÃO:

- Participação ativa nas atividades.
- Superação de desafios com empenho.
- Cooperação nas atividades em dupla.





AULA 10 –TEÓRICA/PRÁTICA : "CONFECCIONANDO O PÉ DE LATA".

OBJETIVO:

- Ensinar os alunos a construírem o brinquedo "pé de lata" de forma criativa e segura.
- Estimular a coordenação motora e o reaproveitamento de materiais recicláveis.
- Antecipar a vivência prática de equilíbrio com uso do brinquedo.

DURAÇÃO: 50 minutos

CONTEÚDO:

- Materiais recicláveis e sua reutilização
- Construção artesanal de brinquedos
- Preparação para o equilíbrio com o pé de lata

DESENVOLVIMENTO:

1. Introdução e Apresentação (10 min):

Conversa sobre brinquedos e o uso de materiais recicláveis. Mostrar imagens ou vídeos de pés de lata em uso.

2. Demonstração Passo a Passo (30 min):

- Apresentar os materiais: duas latas iguais (ex: leite em pó), barbante ou corda resistente, prego, martelo (uso do adulto), fita adesiva colorida, tesoura sem ponta.



- Demonstrar como fazer os furos.
- Ensinar como passar o barbante e prender bem.
- Propor enfeites com colagens ou desenhos.

3. Conversa Final (10 min):

Explicar os cuidados no uso do pé de lata.

Iniciar a pratica do pé de lata em sala com os alunos.

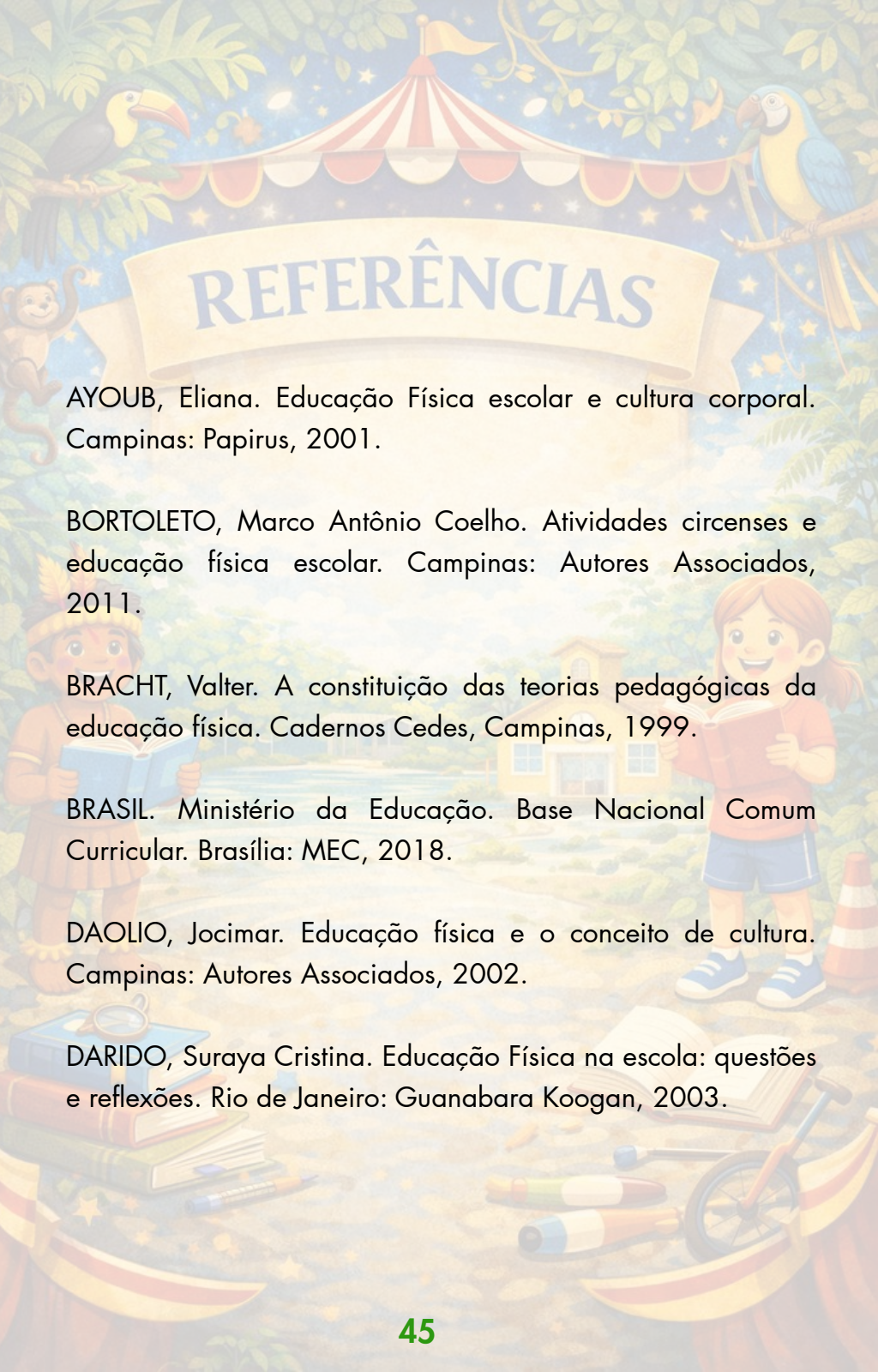
MATERIAIS:

- Latas vazias (iguais), barbante ou corda grossa, fita adesiva, cola, tesoura sem ponta, materiais para decoração (papel colorido, canetinha, adesivos).

AVALIAÇÃO:

- Participação atenta durante a confecção.
- Interesse e envolvimento na construção do brinquedo.
- Apresentação do pé de lata confeccionado como resultado da atividade.





REFERÊNCIAS

AYOUB, Eliana. Educação Física escolar e cultura corporal. Campinas: Papyrus, 2001.

BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Atividades circenses e educação física escolar. Campinas: Autores Associados, 2011.

BRACHT, Valter. A constituição das teorias pedagógicas da educação física. Cadernos Cedes, Campinas, 1999.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.

DAOLIO, Jocimar. Educação física e o conceito de cultura. Campinas: Autores Associados, 2002.

DARIDO, Suraya Cristina. Educação Física na escola: questões e reflexões. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

CHEGAMOS AO FINAL DESTA JORNADA!

Esperamos que este e-book tenha inspirado novas ideias, ampliado olhares e mostrado que o circo é muito mais do que espetáculo: é aprendizado, é movimento, é cultura, é transformação!

Que as atividades circenses
continuem ocupando espaço
nas aulas de Educação Física
e na vida das nossas crianças!

ATÉ A PRÓXIMA!

