



**Inclusão
na escola**

COLETÂNEA DE
**JOGOS E
BRINCADEIRAS
INCLUSIVAS**

**POSSIBILIDADES DE VIVÊNCIAS
NAS ESCOLAS DO RECIFE**

Secretaria de
Educação



Prefeito do Recife
João Henrique de Andrade Lima Campos

Vice-prefeita do Recife
Isabella Menezes de Roldão Fiorenzano

Secretário de Educação do Recife
Frederico da Costa Amancio

Secretária Executiva de Gestão Pedagógica
Ana Coelho Vieira Selva

Gerente Geral de Desenvolvimento da Educação
Alison Fagner de Souza e Silva

Gerente Geral de Educação Integral
Neuza Pontes

Gerente de Apoio Pedagógico
Alexsandra Félix

Gerente de Educação Especial
Adilza Gomes

Gerente do Programa Primeiras Letras
Ana Valéria Aguiar

Gerente de Alfabetização e Letramento, Educação Infantil e Anos Iniciais
Ana Cristina Avellar

Gerente dos Anos Finais
Ivanildo Luis Barbosa

Gestor da Escola de Formação de Educadores do Recife Professor Paulo Freire
Henrique Nelson

Chefe de Divisão da Educação de Jovens e Adultos
Bruno Oliveira

Conteúdo
Comitê Paralímpico Brasileiro

Seleção e Revisão Pedagógica
Alison Fagner de Souza e Silva
Julia Calheiros Cartela de Araujo

Secretaria de
Educação



Prezados Educadores e Educadoras,

É com grande entusiasmo que apresentamos a Coletânea de Jogos e Brincadeiras que podem ser desenvolvidas com crianças e estudantes das diversas etapas e modalidades da Rede Municipal de Ensino do Recife. Este material resulta da curadoria dos Manuais de Iniciação ao Esporte Paralímpico, elaborados pelo Comitê Paralímpico Brasileiro e dirigidos pela Academia Paralímpica Brasileira.

Um dos principais objetivos deste material é promover a inclusão, potencializando a convivência e a colaboração no ambiente escolar. As atividades propostas não são restritas a estudantes com deficiências ou transtornos; elas foram pensadas para que crianças típicas e atípicas possam interagir, colaborar e, acima de tudo, se divertir juntas. Essa abordagem reforça a importância do convívio, do respeito e da valorização das diferenças.

Promover a inclusão é uma tarefa desafiadora, que exige mudança de paradigmas na sociedade. É essencial que todos os envolvidos – educadores, estudantes e familiares – compreendam que a inclusão é uma responsabilidade coletiva. Isso exige, especialmente de nós, educadores e educadoras, uma reflexão sobre a forma como nos relacionamos com a diversidade no espaço escolar. Ao selecionar atividades simples e acessíveis, podemos tornar esse desafio mais viável. As propostas contidas neste material podem ser realizadas em diversos espaços, desde salas de aula até áreas externas, utilizando materiais que são facilmente disponíveis.

Portanto, convidamos você a se engajar nessa proposta. Que tal explorar as atividades apresentadas e, principalmente, se divertir ao lado das crianças, jovens e adultos? Acreditamos que a prática inclusiva não apenas enriquece a experiência educativa, mas também contribui para a formação de cidadãos mais conscientes e respeitosos.



A coletânea que estamos apresentando é uma oportunidade para trabalhar com a corporeidade, o movimento, o lúdico e os jogos. Ao explorar esses elementos as crianças e estudantes têm a chance de se expressar, interagir e se conectar com os outros.

O material enfatiza a importância da integração e da inclusão, priorizando a diversidade das experiências. Nas salas de aula, cada estudante traz consigo suas habilidades, potenciais e características únicas e a proposta é que todos possam coexistir e aprender juntos, respeitando as diferenças e promovendo um ambiente de apoio mútuo.

As atividades elencadas a seguir estão articuladas ao Currículo da Rede Municipal, tanto na educação infantil quanto no ensino fundamental.

Na educação infantil, o brincar é reconhecido como um direito fundamental, essencial para o aprendizado e desenvolvimento da criança. As propostas contemplam a importância do brincar cotidiano, em diversas formas e contextos, envolvendo diferentes sujeitos. Essa diversidade amplia e enriquece o acesso das crianças a produções culturais, estimula sua imaginação, criatividade e, ainda, suas experiências emocionais, corporais, sensoriais, expressivas, cognitivas, sociais e relacionais.

No ensino fundamental, as atividades também se articulam com as diferentes modalidades do currículo, destacando os jogos e brincadeiras como elementos lúdicos e simbólicos.

É importante ressaltar que muitas dessas atividades já são realizadas no cotidiano escolar, tanto nas práticas mediadas pelos professores quanto nos momentos de lazer e diversão durante os intervalos ou fora do ambiente escolar.

Nesse sentido, que tal potencializar e enriquecer ainda mais esse repertório de brincadeiras para nossas crianças e estudantes?

Desejamos a todos uma boa leitura e uma rica experiência nas atividades!

Abraços,
Ana Selva
Secretária Executiva de Gestão Pedagógica

SUMÁRIO

Atividade 01 - JOGO DA VELHA.....	.08
Atividade 02- BATALHA NAVAL.....	.09
Atividade 03 - BOCHA BASQUETE.....	.10
Atividade 04 - CADA UM NO SEU QUADRADO.....	.11
Atividade 05 - BOCHA PESCARIA.....	.12
Atividade 06 - FLORESTA DOS BICHOS.....	.13
Atividade 07 - JOGO DA MEMÓRIA.....	.14
Atividade 08 - CAMPO MINADO.....	.15
Atividade 09 - CAMA DE GATO.....	.16
Atividade 10 - COELHO SAI DA TOCA.....	.17
Atividade 11 - CONES EM AÇÃO.....	.18
Atividade 12 - CORRIDA DA MATEMÁTICA.....	.19
Atividade 13 - CORRIDA POW (PEDRA, PAPEL E TESOURA).....	.20
Atividade 14 - ESTAFETAS COM BEXIGA DE ÁGUA.....	.21
Atividade 15 - JOGO DA VELHA HUMANO.....	.22
Atividade 16 - JOGO DO SUSHI.....	.23
Atividade 17 - CAÇA AO TESOURO.....	.24
Atividade 18 - QUEIMADA SENTADO.....	.25
Atividade 19 - JOGO DO BOBINHO.....	.26
Atividade 20 - ORIGEM X ALVO.....	.27
Atividade 21 - PEGA-PEGA SENTADO.....	.28
Atividade 22 - MÃE DA RUA.....	.29
Atividade 23 - ESCRAVO DE JÓ SENTADOS.....	.30
Atividade 24 - SINUCA ADAPTADA.....	.31
Atividade 25 - CONE PEGA BOLA.....	.32
Atividade 26 - ENTRAR NO ARCO.....	.33
Atividade 27 - PEGANDO BASTÕES.....	.34
Atividade 28 - PEGA BOLA (cabeça, ombro, joelho).....	.35
Atividade 29 - VÔLEI TÊNIS.....	.36
Atividade 30 - EQUILÍBRIO DE BEXIGA.....	.37
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	.38



**Inclusão
na escola**

JOGOS E BRINCADEIRAS INCLUSIVAS

Secretaria de
Educação



Atividade 01

JOGO DA VELHA

MATERIAL: canchas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha) e fita crepe.

O professor desenhará um "Jogo da velha" no centro da quadra onde os alunos irão jogar entre si (vermelho vs azul) de forma alternada.

1º Etapa - Com uma fita crepe o professor desenha um jogo da velha na quadra.

2º Etapa - O professor divide os alunos entre time azul e time vermelho.

3º Etapa - Os alunos jogam de forma alternada, quem conseguir alinhar as bolas de bocha com a mesma cor nos quadrantes, ganha o jogo.

Variação: O professor poderá diminuir o tamanho do "Jogo da velha" e alterar o posicionamento aumentando o grau de dificuldade de acordo com a evolução da precisão do aluno, por exemplo, no fundo da quadra.



Figura 01 - Dois alunos cadeirantes posicionados separadamente na quadra de bocha paralímpica jogam o jogo da velha adaptado.

Foto: Ale Cabral.

Atividade 02

BATALHA NAVAL

MATERIAL: canchas de bocha quadriculada (ou outro objeto parecido com a bocha), bolas de bocha e folhas de sulfite.

O objetivo do jogo é afundar o maior número possível de embarcações. O professor deverá utilizar uma quadra de bocha quadriculada com fita crepe dividida em 18 quadrados onde em cada quadrado o professor irá colocar figuras de embarcações que ocuparão um ou até três quadrados na quadra, colocando folhas em branco e bomba. A cada embarcação afundada, o aluno irá ganhar uma bola e a cada bomba o aluno irá perder uma bola. Cada aluno começa o jogo com seis bolas.

1º Etapa - Quadricular a quadra com fita crepe.

2º Etapa - Distribuir as figuras de embarcações em locais estratégicos pela cancha.

3º Etapa - Entregar as bolas da bocha para os alunos, cada aluno começará com seis bolas.

Regras do jogo

Se o aluno lançar a bola em alguma embarcação, representa que a embarcação será afundada e o aluno ganhará uma bola extra de bocha.

Se o aluno lançar a bola e acertar uma bomba, o aluno além de perder a bola que foi lançada ele também perderá outra bola de bocha que o professor irá recolher do aluno.

Se o aluno lançar a bola em uma página em branco representa que ele acertou a água e o aluno perderá a bola de bocha lançada.

Ganha o jogo quem afundar o maior número de embarcações.



Figura 02 - Desenhos impressos representando objetos do jogo batalha naval.
Foto: Ale Cabral.



Figura 03 - cinco alunos cadeirantes dispostos separadamente nos boxes da quadra de bocha paralímpica jogando batalha naval adaptada.
Foto: Ale Cabral.

Atividade 03

BOCHA BASQUETE

MATERIAL: canchas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha), bolas de bocha, bolas brancas, fita crepe.

Os alunos deverão acertar a bola branca com as bolas azuis e vermelhas. As bolas brancas ficarão a uma distância de três metros do box. O objetivo é cruzar a linha de chegada empurrando a bola branca. O professor poderá ir aumentando a distância gradualmente.

1º Etapa - O professor distribui pela cancha alguns recipientes, sejam eles baldes, cestos, caixas, o que o professor achar conveniente.

2º Etapa - Os alunos têm que acertar as bolas de bocha dentro dos recipientes.

3º Etapa - O professor dificulta a atividade mudando os recipientes de lugar.



Figura 04 - Um aluno cadeirante ao lado direito do box de jogo, no centro, alguns cestos estão posicionados na quadra, o aluno arremessa a bola de bocha dentro do cesto, jogando bocha basquete numa quadra de bocha.

Foto: Ale Cabral.

Atividade 04

CADA UM NO SEU QUADRADO

MATERIAL: bolas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha) e fita crepe.

O professor fará um quadrado com fita crepe em um local estratégico da cancha e, de forma alternada, os alunos lançarão a bola de bocha colorida com o intuito de acertar dentro do quadrado. O exercício pode ser alterado aumentando ou diminuindo o quadrado de acordo com o grau de dificuldade do aluno.

Os alunos realizarão lançamentos de bolas coloridas de forma alternada em distâncias variadas, podendo ser de três, cinco e oito metros, com objetivos de alvo quadrados de 70, 50, 30 centímetros quadrados.

1º Etapa - Com fita crepe, o professor faz um quadrado em locais estratégicos da cancha.

2º Etapa - De forma alternada os alunos devem lançar as bolas de bocha dentro do quadrado.

O exercício pode ser alternado aumentando ou diminuindo o quadrado de acordo com o grau de dificuldade do aluno.

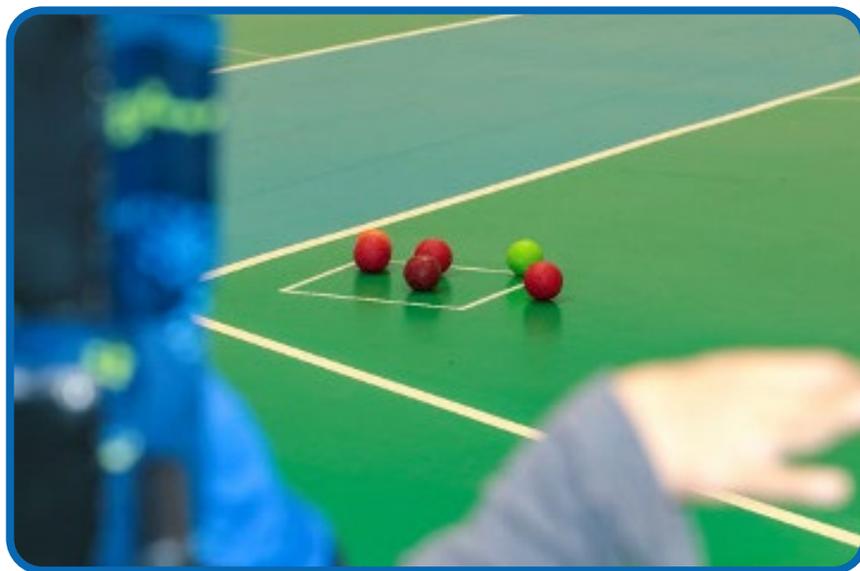


Figura 05 - Algumas bolas de bocha paralímpica dentro e uma bola fora de um quadrado demarcado com fita no solo.
Foto: Ale Cabral.

Atividade 05

BOCHA PESCARIA

MATERIAL: bolas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha) e peixes de plásticos.

O professor posicionará alguns peixes de plástico em frente à linha "V" na cancha de bocha, e os alunos deverão acertá-los com a bola de bocha. Ganha quem acertar o maior número de peixes. A brincadeira pode ser variada espalhando os peixes pela cancha, aumentando o grau de dificuldade.

1ª Etapa - O professor distribui alguns peixes de plástico em frente a linha "V" na cancha de bocha.

2ª Etapa - O professor distribui algumas bolas de bocha para os alunos.

3ª Etapa - Os alunos devem lançar as bolas de bocha em direção dos peixes, quem acertar o maior número de peixes ganha o jogo.

Varição: a brincadeira pode ser variada, espalhando os peixes pela cancha, aumentando o grau de dificuldade.



Figuras 06 e 07 - Na foto 06, duas bolas azuis e uma vermelha no solo próximo a alguns objetos, ao fundo 5 alunos cadeirantes. Na foto 07, um objeto em forma de peixe e uma bola azul de bocha paralisada colada ao objeto.
Fotos: Ale Cabral.

Atividade 06

FLORESTA DOS BICHOS

MATERIAL: bolas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha), figuras de animais, cones, sistema com sons de animais (celular).

O professor posicionará cones com figuras de animais na linha "V" da quadra de bocha, e os alunos deverão ficar posicionados na área de lançamento (box).

O professor irá reproduzir o som do animal usando um celular ou algum outro sistema de som, com o objetivo de o aluno associar o som com a figura que estará no cone. Assim que o aluno identificar, ele deverá acertar o cone com a figura do animal.

1º Etapa - O professor posiciona cones com figuras de animais na linha "V" da quadra de bocha.

2º Etapa - Os alunos devem ficar posicionados na área de lançamento (box).

3º Etapa - O professor reproduz o som do animal usando um celular ou algum outro sistema de som, com o intuito do aluno identificar o som com a figura que está no cone.

4º Etapa - Assim que o aluno associa o som, ele deve acertar o cone com a figura do animal.



Figura 08 - Dois alunos cadeirantes se olhando e a frente uma caixinha de som e alguns cones com figuras de animais impressas e fixadas.
Fotos: Ale Cabral.

Atividade 07

JOGO DA MEMÓRIA

MATERIAL: bolas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha), figuras de animais, sistema com sons de animais (celular), quadra de bocha quadriculada.

O professor marcará a quadra com vários quadrados e dentro de cada um deles serão colocados pares de figuras de animais. Os alunos terão três minutos ou o tempo que o professor achar melhor, de acordo com o grau de dificuldade dos alunos, para memorizar os pares. Após o final do tempo, o professor virará as figuras para que a imagem não fique visível. Os alunos deverão acertar as bolas nos quadrados que contenham as figuras pares. Vence quem acertar o maior número de pares.

1º Etapa - O professor quadricula com fita crepe a cancha de bocha.

2º Etapa - Em cada quadrado é posta, pelo professor, uma figura de animais que contenham pares.

3º Etapa - Os alunos têm três minutos ou o tempo que o professor achar melhor de acordo com o grau de dificuldade dos alunos para memorizar os pares.

4º Etapa - Após o final do tempo o professor vira as figuras para que as imagens não fiquem visíveis.

5º Etapa - Os alunos devem acertar as bolas de bocha nos quadrados que contenham as figuras pares.

Vence quem acertar o maior número de pares.

Figura 09 e 10 - Diversas figuras impressas, espalhadas por quadrados demarcados dentro da quadra de bocha paralímpica. Professor virando uma figura impressa após o aluno ter acertado a mesma.
Fotos: Ale Cabral.



Atividade 08

CAMPO MINADO

MATERIAL: bolas de bocha (ou outro objeto parecido com a bocha) e garrafa pet.

O professor posicionará algumas bolas coloridas pela cancha de bocha. Cada bola colorida terá uma pontuação e próximo a essas bolas coloridas serão posicionadas algumas garrafas pet, ou algum material que possa servir de obstáculo. Os alunos terão que aproximar as bolas de bocha na bola colorida (laranja, verde, roxa, etc) sem tocar nos obstáculos. Caso o aluno acerte os obstáculos, não contará o ponto e ele perderá a bola arremessada. Quem conseguir o maior número de pontos ganha.

1º Etapa - São posicionadas pelo professor algumas bolas de bocha coloridas.

2º Etapa - Como obstáculo são posicionadas garrafas pet de 500ml próximo das bolas de bocha.

3º Etapa - É estipulada uma pontuação para cada bola de bocha colorida.

4º Etapa - Os alunos posicionados no box devem estar com seis bolas de bocha cada um.

5º Etapa - Os alunos devem aproximar as bolas de bocha das bolas coloridas espalhadas pela cancha sem tocar nos obstáculos (garrafa pet).

Regras do jogo

Caso o aluno acerte o obstáculo (garrafas), será computado -1 ponto para ele. Quem conseguir aproximar mais bolas de bocha das bolas coloridas ganha o jogo, somando o maior número de pontos.



Figura 11 - Dois alunos cadeirantes dentro do box de jogo, observando o resultado de uma atividade em que tinham que acertar as bolas em alvos que eram garrafinhas pet.

Fotos: Ale Cabral.

Atividade 09

CAMA DE GATO

MATERIAL: cordas ou barbantes.

Em um percurso de 10 metros, o professor deve elaborar uma cama de gato com barbantes amarrados em uma grade ou algum outro objeto que poderá se entrelaçar aos barbantes, variando as posições (horizontal, vertical, transversal). Os alunos devem realizar a travessia para o outro lado, passando pela cama de gato.

Adaptações

Deficientes físicos: cadeirantes devem realizar a atividade fora da cadeira de rodas.

Deficientes visuais: realizam a atividade sem guia.

Deficientes intelectuais: podem executar a atividade explicando a atividade e demonstrando-a para que eles possam ter maior compreensão.

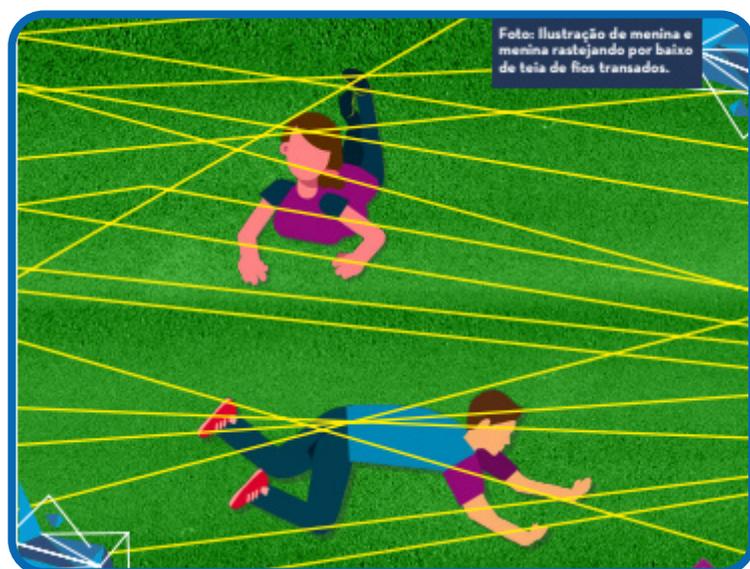


Figura 12 - Exemplo de uma cama de gato.

Atividade 10

COELHO SAI DA TOCA

Dividir os alunos em 3 grupos: duas crianças ficam de mãos dadas, formando a toca, e a terceira fica no meio representando o coelho. As "tocas" devem estar espalhadas pelo local da brincadeira. Devem ficar duas ou mais crianças sem toca, no centro do espaço onde estão espalhadas as tocas.

Quando tudo estiver pronto, alguém diz: "Coelhinho, sai da Toca!". E todos têm que mudar de toca. As crianças que estão no centro têm que tentar ocupar as tocas que ficam vazias enquanto as demais procuram uma nova toca. Quem ficar sem toca, vai para o centro e a brincadeira recomeça.

Adaptações

Deficientes físicos: cadeirantes conseguem realizar a atividade normalmente.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia ou sinais sonoros que identificam o lugar onde está a toca.

Deficientes intelectuais: podem executar a atividade, explique a atividade demonstrando-a para que eles possam ter maior compreensão.

Atividade 11

CONES EM AÇÃO

MATERIAL: cones.

As crianças serão posicionadas em duas filas, na frente delas serão colocados vários cones enfileirados, na primeira parte da atividade os alunos irão correr derrubando a fileira de cones até derrubar o último. Após derrubar todos os cones, a criança deverá bater na mão do colega que está aguardando na fila, este irá correr levantando todos os cones e baterá na mão do outro aluno, que irá correr para derrubar novamente os cones e assim sucessivamente, até o último da fila completar a atividade. E os professores deverão observar qual equipe terminará primeiro.

Adaptações

Deficientes físicos: cadeirantes conseguem realizar a atividade normalmente.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia, antes de iniciar a atividade deixe que o aluno toque os cones para localizar a distância em que estão um do outro.

Deficientes intelectuais: também podem executar a atividade, explique a atividade mostrando para que eles possam ter maior compreensão.



Figura 13 e 14 - Crianças vivenciando os cones em ação.

Atividade 12

CORRIDA DA MATEMÁTICA

MATERIAL: folha sulfite com contas de matemática.

Os alunos serão posicionados em três fileiras (dependendo da quantidade de alunos pode ser alterado para duas fileiras ou apenas uma), em um percurso de 20 metros, demarcado pelo professor, estará ao final desse percurso folhas de sulfite com algumas contas de matemática, o aluno sairá correndo até o local onde ficará o professor, que irá pegar uma folha e fazer a pergunta, um exemplo: um mais um, o aluno dará a resposta se ele acertar correrá de volta para a fila possibilitando a saída do outro colega, se o aluno errar deverá pagar um mico que o professor escolher depois que o fizer poderá voltar a sua equipe para que o próximo saia, quem não souber a resposta também pagará um mico, eles executarão essa atividade até que todos tenham ido e os papéis tenham acabado, no total teremos 21 papéis, 7 para cada equipe, (contando com três equipes).

Adaptações

Deficientes físicos: conseguem realizar a atividade normalmente.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia ou chamador.

Deficientes intelectuais: eles também podem executar a atividade, explique a atividade demonstrando-a para que eles possam ter maior compreensão, (deficientes intelectuais mais severos não conseguem realizar a atividade, pois não conseguem realizar as contas).



Figura 15 - Demonstração da atividade.

Atividade 13

CORRIDA POW (PEDRA, PAPEL E TESOURA)

O professor deve distribuir os alunos(as) em 4 estafetas, posicionando as mesmas em distância iguais de no mínimo 15 metros, as distribuições dos estafetas devem se assemelhar a um quadrado (cada extremidade terá uma fila). O professor irá informar quais as filas irão disputar o *jockey pow*, com isso, ao sinal do professor o primeiro do estafeta corre em direção a outra, quando ele encontrar o outro, o mesmo deve disputar o *jockey pow*, quem vencer continua correndo e quem perder volta para o fim da estafeta. A estafeta do aluno que perdeu deve imediatamente liberar mais um corredor para uma nova disputa com o mesmo adversário.

O objetivo é impedir que o corredor do outro estafeta chegue até a sua, para vencê-lo você deve ganhar no *jockey pow*. O professor deve trocar as filas que vão disputar, fazendo com que os alunos corram em variadas direções. Para dificultar também podem ser adicionados obstáculos e barreiras no percurso.

Adaptações

Deficientes intelectuais: podem executar a atividade, explique demonstrando-a para que eles possam ter maior compreensão, (deficientes intelectuais mais severos não conseguem realizar a atividade, pois não conseguem entender a atividade atrapalhando sua realização).

Deficientes físicos: conseguem realizar a atividade normalmente.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia ou chamador.



Figura 16 - Crianças na Corrida Pow.

Atividade 14

ESTAFETAS COM BEXIGA DE ÁGUA

MATERIAL: bexigas de festa.

1º Etapa - Posicionar duas filas, uma de frente para a outra: os alunos deverão levar a bexiga para a outra fila utilizando uma das mãos, mas é proibido agarrar a bexiga, a condução tem que ser feita com a palma da mão.

2º Etapa - Posicionar duas filas, uma de frente para outra: os alunos, em duplas, deverão conduzir a bexiga para a outra fila utilizando a barriga como apoio.

3º Etapa - Formar uma fila. Cada aluno deverá percorrer, com uma bexiga em mãos, uma distância de 10m, na maior velocidade possível, chegando ao ponto final, que será demarcado com um cone, e deverá sentar em cima da bexiga até a estourar.

Obs: o professor deve colocar água dentro das bexigas antes de encher, depois passar para os alunos.

Adaptações

Deficientes físicos: conseguem realizar a atividade normalmente.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia ou chamador.

Deficientes intelectuais: realizam a atividade, a explicação da atividade deve ser demonstrada antes dos alunos iniciarem a mesma.



Figura 17 - Crianças na corrida com a bexiga.

Atividade 15

JOGO DA VELHA HUMANO

MATERIAL: 18 bambolês

Posicione nove bambolês em forma de jogo da Velha, em um percurso de 20 metros.

Posicione os alunos em duas ou três fileiras (a melhor opção sempre será deixar os alunos menos tempo esperando para fazer).

Ao sinal do professor o aluno sairá e entrará dentro do bambolê proporcionando que o próximo saia e entre em outro bambolê para formar o jogo, quem formar primeiro ganhará a primeira rodada.

Sugerimos realizar quatro rodadas, poderão ser utilizados dezoito bambolês, ou seja, nove bambolês para a equipe um e nove para a equipe dois, formando dois jogos para facilitar a atividade deixando a brincadeira mais dinâmica.

Adaptações

Deficientes físicos: conseguem realizar a atividade.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade com guia.

Deficientes intelectuais: conseguem realizar a atividade, a explicação da atividade deve ser demonstrada antes dos alunos iniciarem a mesma. (A demonstração deve ser feita mais de uma vez para melhor compreensão).



Figura 18 - Duas equipes vivenciando o jogo da velha humana.

Atividade 16

JOGO DO SUSHI

MATERIAL: Cabos de vassoura e bolinhas pequenas.

O professor vai organizar duas fileiras, o primeiro aluno da fileira estará com dois cabos de vassoura nas mãos, o desafio será ele equilibrar uma bolinha entre os dois cabos de vassoura. Ele terá que percorrer um percurso de 10, 20 ou 30 metros sem derrubar o objeto, ele terá que carregar na ida e na volta do percurso, quando chegar novamente em sua fileira ele passará os cabos equilibrando o objeto para o próximo da fileira sem deixar que o objeto caia no chão, ganha a fileira que terminar o percurso primeiro.

Adaptações

Deficientes físicos: conseguem realizar a atividade.

Deficientes visuais: conseguem realizar a atividade sem guia. (Se o aluno quiser poderá fazer com guia).

Deficientes intelectuais: conseguem realizar a atividade, a explicação da atividade deve ser demonstrada antes dos alunos iniciarem a mesma. (A demonstração deve ser feita mais de uma vez para melhor compreensão).



Figura 19 - Demonstração da utilização com os cabos de vassouras.

Atividade 17

CAÇA AO TESOURO

MATERIAL: quadra, bolinhas com guizo e sacolinhas plásticas.

O professor pode realizar em um espaço similar a quadra oficial de goalball, com marcações adaptadas formando um campo demarcatório para deslocamento dos alunos. O objetivo da atividade é localizar as bolinhas com guizo, que estarão dispostas em pontos variados da quadra, sobre as linhas em alto-relevo. Ao sinal do professor os alunos poderão deslocar-se pelas linhas, procurando o máximo de bolinhas que localizarem, e assim, terminará a atividade quando todas as bolinhas forem localizadas.

Obs: para esta atividade é importante a utilização da venda (óculos de proteção). A formação por duplas deverá ser estimulada para facilitar a localização de acordo com a deficiência.

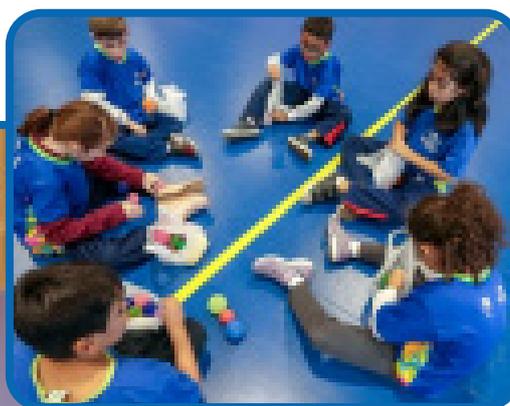


Figura 20 e 21 - Figura 20 momento de vivência do jogo. Figura 21 organização do jogo.

Atividade 18

QUEIMADA SENTADO

MATERIAL: bola, óculos de proteção ou venda de pano e marcações.

Duas equipes ficarão uma de frente para a outra, a uma distância de 9m, delimitadas por linhas paralelas. Essas linhas serão utilizadas como limites de distância entre as equipes para a tentativa de queima, e para fugir da bola que virá proveniente de um arremesso rasteiro. Todos os alunos de uma equipe que fujam da bola deverão estar sentados ou em posição de defesa. Ao comando de queima, um aluno de posse de bola vai rolar a bola em direção à equipe contrária, e os alunos da equipe, ao perceberem a aproximação da bola deverão deslocar o corpo para o lado direito ou esquerdo, fugindo da mesma. Os alunos queimados permanecem no jogo, mas a cada queima a equipe soma seu ponto.

Obs: para essa atividade é importante a utilização da venda (óculos de proteção).



Figura 22 - momento de vivência do jogo.

Atividade 19

JOGO DO BOBINHO

MATERIAL: quadra e bola.

O professor deve posicionar os alunos em círculo, utilizando até mesmo marcações da quadra, e um aluno ao centro desse círculo. Ao sinal do aluno que está de posse de bola, por meio do comando de chamamento do nome de outro aluno que está no círculo (que deve responder com "duas palmas"), será executado um passe para o mesmo que, nesse momento, deverá ser interceptado pelo aluno central.

Varição: pode alterar o aluno do meio, conforme um "combinado", ou mesmo quando esse aluno central retomar a posse de bola, pelo aluno que tentou o passe.

Obs: experimentar com vários tipos de bolas e distâncias.



Figura 23 -
momento de
vivência do jogo.

Atividade 20

ORIGEM X ALVO

MATERIAL: quadra e bola.

Realizar arremessos orientados pelos professores, conforme localização pré-estabelecida e estímulos sonoros, e posteriormente por meio de distribuição dos espaços numéricos (origem de 1 a 6 = trave de 9m dividida em 6 espaços de 1,5m, partindo da ala direita para a ala esquerda), para a execução de tarefas (desafios) passadas aos alunos para determinado alvo; ou seja, partindo de uma posição determinada (origem), executar o lançamento em determinado alvo pedido, em direção à meta adversária.

Variação: deixar os alunos indicarem a origem e o alvo.

Obs: fazer a conferência com o aluno sobre sua execução e passar o feedback ao mesmo, para sua ampla assimilação.



Figura 24 - Arremessos orientados. Seis alunos divididos em 2 colunas com 3 cada. Os primeiros de cada coluna empurram a bola para frente.
Foto: **Ale Cabral**.

Atividade 21

PEGA-PEGA SENTADO

MATERIAL: Corda, jornal, sacola, pedaço de pano.

Adaptação: Brincar sentado, deixando todos na mesma condição.

Pega-pega tradicional com apenas um pegador: Escolher um pegador para iniciar a brincadeira. Utilizar das variações colocando mais pegadores, por exemplo: dois ou três pegadores.

Pega o rabo do gato: Escolher um pegador, os demais alunos terão um rabo colocado no elástico nos shorts a mostra e terão que fugir do pegador.

Variações: Esse rabo, pode ser por exemplo: uma corda, jornal, sacola, um pedaço de pano. O pegador tem como objetivo pegar o rabo de alguém, ao pegar o rabo ele é imune e o aluno que foi pego torna-se o pegador e a brincadeira continua.

Atividade 22

MÃE DA RUA

MATERIAL: Bolinhas coloridas, uma sacola.

Adaptação: Se deslocar sempre sentado durante a atividade.

Dividir a turma em dois grupos para cada lado da quadra ou espaço delimitado com apenas um pegador que estará com uma sacola.

Cada aluno receberá uma bolinha de uma cor e cada cor valerá um ponto, bolinhas distribuídas aleatoriamente, por exemplo: (azul 1, vermelho 2, amarelo 3, verde 4, laranja 5).

A cada rodada muda-se a numeração das bolinhas sem os alunos saberem o valor das cores. O professor apenas revela o valor de cada bolinha no final da rodada.

O pegador tem como objetivo fazer o maior número de pontos durante o jogo, pegando apenas a bolinha que está com o adversário antes que o mesmo atravesse o campo.

Quem estiver com ou sem bolinhas não poderá ficar parado, tem que atravessar para o lado oposto.

O pegador terá um tempo determinado pelo professor para pegar as bolinhas. (MAPA DO BRINCAR, 2019)

Atividade 23

ESCRAVO DE JÓ SENTADOS

MATERIAL: Bolas, chapéu chinês ou qualquer outro objeto que possa deixar a bola parada em cima.

Adaptação: Os alunos terão que executar o deslocamento sentados, tirando e colocando a bola do lugar conforme os comandos da música.

Os alunos formam uma roda gigante, à frente de cada aluno terá um chapéu chinês com uma bola em cima.

Os alunos devem estar atentos para se deslocar para a lateral sentado, em direção ao jogador a sua direita, assim que iniciar a música.

O jogo musical será feito com o próprio corpo em deslocamento sentado.

Sendo assim é importante ensinar a atividade por etapas.

Primeiramente todos os alunos devem aprender a música e depois os momentos em que vai se deslocar, enquanto cantam a música.

Ensino por etapas:

Escravos de Jó, jogavam caxangá (Conforme o ritmo da música o aluno se deslocará para o lugar do amigo que estará à sua direita. Na palavra "caxangá" o aluno para em frente a bola).

Tira (Ao parar na frente da bola, pegar a bola e se levantar acima da cabeça mostrando que a retirou do lugar).

Põe (Colocar a bola em cima do chapéu chinês novamente).

Deixa ficar (Apenas fingir pegar a bola e apenas tocar na bola).

Guerreiros com guerreiros, fazem (Mudar o sentido, deslocar-se para esquerda)

Zigue (Deslocar-se para trás uma vez).

Zigue (Deslocar-se para trás uma vez).

Zá (No momento que falar "zá", será o momento de se deslocar para frente até pegar a bola e levantar a mesma acima da cabeça e assim será o ganhador da rodada). (HONORA; FRIZANCO, 2016)



Figura 25 - Crianças sentadas em círculo para iniciar a atividade.

Atividade 24

SINUCA ADAPTADA

MATERIAL: Bolas de vôlei, bastão e arco.

Adaptação: Pode ser utilizado qualquer tipo de bola (média ou pequena), cabo de vassoura e giz para desenhar o círculo no chão.

Formar um círculo com os alunos e a frente de cada um colocar arcos, onde eles terão que estar mais ou menos com 1m a 1,50m de distância de cada aluno.

Os alunos terão que ficar deitados de bruços a frente do seu arco para poder executar a ação de rebater na bola.

Durante o jogo serão distribuídos quatro bastões, onde será feito o revezamento deles para poder ocorrer o início da jogada pela sequência determinada pelo professor.

Cada aluno terá direito no máximo a duas tentativas de rebater na bola com o bastão para conseguir acertar a bola dentro do arco.

O objetivo da atividade é fazer com que os alunos consigam ter a precisão de rebater com o bastão a bola para dentro do arco sem deixar que ela saia para poder pontuar durante sua jogada.



Figura 24 - Oito alunos deitados de bruços no chão da quadra de vôlei em círculo e ao centro oito bambolês coloridos em círculo, quatro alunos com um bastão segurando pelas mãos e uma bola de vôlei na frente de um aluno.

Atividade 25

CONE PEGA BOLA

MATERIAL: Raquete, mesa, bolas e cones pequenos

Os alunos estarão dispostos em filas atrás da mesa, o professor será responsável por lançar as bolas para que eles peguem com o fundo dos cones (primeiro com as duas mãos, depois com a mão de jogo no cone).

Para implementar dificuldade e aumentar a movimentação dos alunos, podem ser colocadas metas para cada fase da atividade, tais como: a cada bola arremessada, o aluno tem que se movimentar até certo ponto pré-estabelecido. Para cada bola arremessada, o aluno pode realizar uma prenda, tais como agachamento, polichinelo etc.

O importante é manter o aluno em movimento, acostumando o mesmo para a movimentação do tênis de mesa e deixando-o mais atento, aperfeiçoando seu tempo de reação (NAKASHIMA, 2006).



Figura 27 - Aluna segura cone de cabeça para baixo e tenta acertar onde colocar o cone para que a bola caia dentro.

Atividade 26

ENTRAR NO ARCO

MATERIAL: Arcos coloridos

Cada aluno ficará de costas para arcos coloridos. Ao sinal do professor, terão que se virar e adentrar o arco da cor solicitada o mais rápido possível, explorando a tomada de decisão e a movimentação. O professor pode aumentar a dificuldade explorando exercícios quando a cor solicitada não existir, ao haver a cor, eles tomam a posição, e quando não houver também terão que pensar rapidamente para realizar a ação combinada.

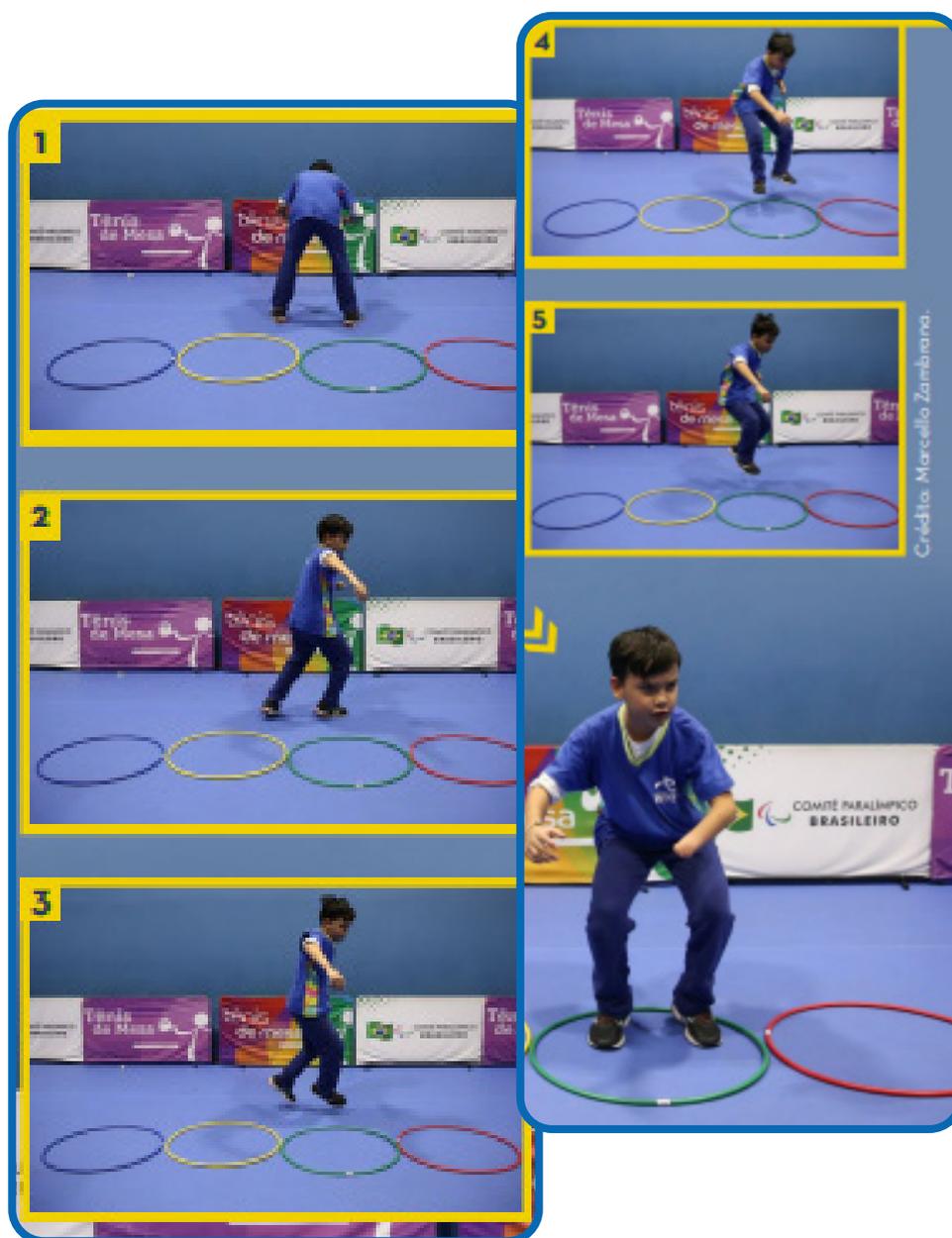


Figura 28 e 29 - Os movimentos da criança a partir do comando do professor de entrar no arco verde.

Atividade 27

PEGANDO BASTÕES

MATERIAL: Bastões de peso

Dispostos em grupos (duplas, trios, quartetos etc) cada aluno terá a posse de um bastão, de frente uns para os outros e equilibrando o bastão em pé apoiado no chão. Terão que soltar o seu bastão e pegar o do colega, sem permitir que ele caia no chão (todos realizam essa ação simultaneamente).

Para dificultar pode-se ir aumentando as distâncias entre os alunos (HONORA, 2016).



Figura 30 - Sete alunos em roda, com as pernas afastadas, acabam de soltar seus bastões e se preparam para pegar o bastão do companheiro ao lado.

Atividade 28

PEGA BOLA (cabeça, ombro, joelho)

MATERIAL: Bola

Sentados em duplas, uns de frente para os outros, os alunos seguirão uma série aleatória de comandos do professor, até que o mesmo grite "bola". Só com esse comando poderão pegar a mesma. Exemplo de comandos: mãos na cabeça, mãos na perna, mãos no joelho, mãos na nuca, mãos na cabeça, mãos na cintura, mãos no pé, mãos na cabeça, mãos na bola (HONORA, 2016).



Figura 31 - Aluna sentada no chão com as pernas afastadas de frente para um aluno sentado no chão seguindo o comando do professor.

Atividade 29

VÔLEI TÊNIS

MATERIAL: Raquete, mesa, arcos e bexiga

Alunos divididos em duplas, com uma divisória qualquer entre eles (banco, mesa etc).

Os alunos terão que, com a raquete, não permitir que a bexiga caia do seu lado. Após aperfeiçoar esse movimento, para gerar mais controle, fazer o mesmo exercício, porém agora para passar a bexiga para o outro lado ela deve passar por dentro de um arco que ficará amarrado ou na mão de um terceiro aluno (MACHADO, 2007).

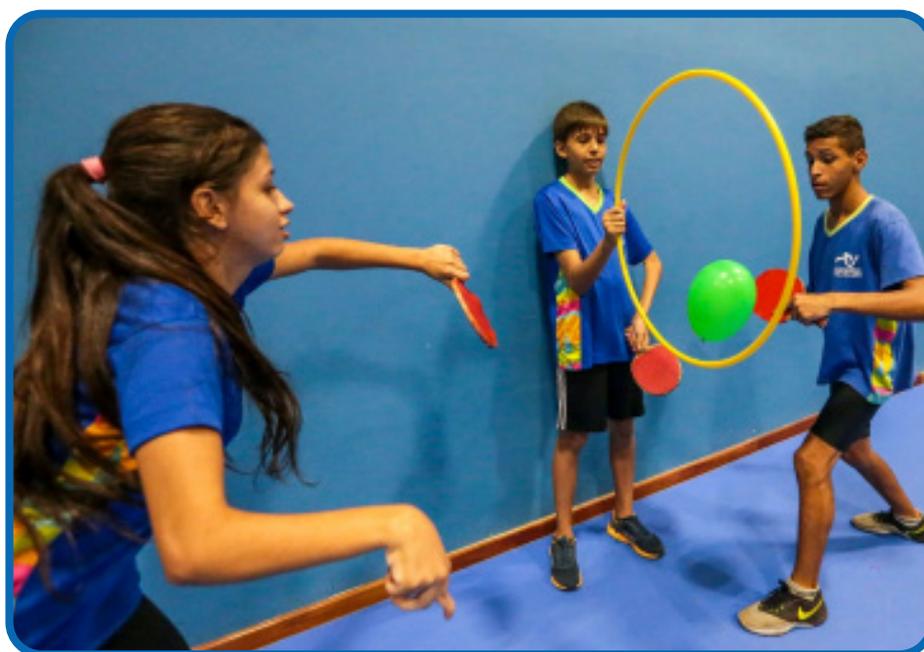


Figura 32 - Uma aluna segura a raquete com sua mão esquerda, no centro um aluno segura um arco na vertical, do outro lado um aluno segurando a raquete com sua mão esquerda se prepara para rebater uma bexiga por dentro do arco para a aluna.

Atividade 30

EQUILÍBRIO DE BEXIGA

MATERIAL: Raquete e bexiga

Com bexiga e raquete em mãos, os alunos irão tentar equilibrar a bexiga na raquete sem deixar a mesma cair, e sem o auxílio das outras partes do corpo. Caso os alunos façam com facilidade, irão implementar dificuldades, como: andar até certo ponto, passar por obstáculos etc. Fazer o mesmo quicando a bexiga.

Adaptações: Alunos com maior dificuldade, iniciar o exercício fazendo apenas com a mão (NAKASHIMA, 2006).



Figura 33 - Um aluno em pé, segurando uma raquete com uma bexiga e posicionado dentro de um bambolê sobre o chão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FREITAS, Henrique. **Manual Iniciação ao esporte paralímpico [livro eletrônico]: atletismo** / Henrique Gavini Freitas ...[et al.]; colaboradores Evelyny Arruda Vieira; Glauciene Veras da Silva. -- São Paulo, SP : Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB, 2021.

NOVAES, Danilo Ribeiro. **Manual Iniciação ao esporte paralímpico [livro eletrônico] : vôlei sentado** / Danilo Ribeiro Novaes; Marco Aparecido Pereira da Costa. -- São Paulo, SP : Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB, 2021.

VIANA, Walas Carvalho. **Manual Iniciação ao esporte paralímpico [livro eletrônico] : bocha** / Walas Carvalho Viana, Fernanda Bravo Talhateli. -- São Paulo, SP : Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB, 2021.

SUZUKI, Hugo. **Manual Iniciação ao esporte paralímpico [livro eletrônico]: tênis de mesa** / Hugo Suzuki, Lucas Borba. -- São Paulo, SP : Comitê Paralímpico Brasileiro - CPB, 2021.



Quer saber mais?[?]

Acesse o link ou QRCode a seguir para conferir todos os manuais com essas e outras atividades:

<https://www.educacaoparalimpica.org.br/>



Secretaria de
Educação

