

## Plano de Aula

### Aula 10: Projeto “Minha Voz no Esporte”

**Título alternativo:** “Minha Voz no Esporte – Histórias que se Encontram”

**Ano/Série:** Ensino Médio

**Duração:** 50 minutos

**Aula 10 da sequência didática sobre Gênero e Esporte**

**Tema transversal:** Protagonismo, Equidade de Gênero, Cultura Corporal

**Área(s):** Educação Física / Língua Portuguesa / Projeto de Vida

#### Objetivo Geral

Estimular estudantes a refletirem e narrarem suas experiências pessoais com a Educação Física e o esporte, promovendo escuta ativa, empatia e valorização da diversidade de trajetórias entre meninas e meninos.

#### Conteúdo

- Narrativas sobre vivências com o esporte na escola e na vida
- Reflexões sobre oportunidades, barreiras, medos e conquistas
- A escrita como forma de expressão e construção de identidade
- Escuta e respeito às diferentes realidades de gênero

#### Habilidades da BNCC

##### Língua Portuguesa – Ensino Fundamental

EF15LP10: Produzir e revisar narrativas pessoais com base em experiências reais vividas.

##### Educação Física – Ensino Médio

EFEMG04: Analisar criticamente as manifestações corporais e esportivas como práticas sociais, históricas e culturais.

#### Competências Gerais da BNCC Trabalhadas

**Autoconhecimento e Autocuidado** – Refletir sobre a própria história corporal e esportiva.

**Comunicação** – Expressar-se com sensibilidade e respeito.

**Empatia e Cooperação** – Ouvir com atenção experiências diversas, acolhendo sentimentos e percepções.

**Responsabilidade e Cidadania** – Valorizar a equidade de gênero como prática cotidiana e coletiva.

#### Metodologia

Aula centrada na produção de narrativas autorais (em formato de carta ou memória), com partilhas em um sarau escolar. Meninas e meninos são convidados a escrever e compartilhar suas vivências com a Educação Física e o esporte, destacando suas visões, percepções e sentimentos. A escuta mútua será incentivada como ferramenta de empatia e transformação.

#### Etapas da Aula (50 minutos)

Etapa	Tempo	Atividade	Recursos
1. Acolhida e provocação inicial	5 min	Leitura de uma carta de uma atleta (ex: Marta, Joanna Maranhão). Pergunta disparadora: “Como o esporte impacta a vida de meninas e meninos?”	Texto impresso ou vídeo
2. Escrita de relatos	20 min	Cada estudante escreve uma carta ou memória com o tema: “Minha história com o esporte e a Educação Física”.	Papel, caneta ou celular

Etapa	Tempo	Atividade	Recursos
3. Organização do sarau	5 min	Preparação do espaço em roda. Estudantes escolhem se desejam ler ou ouvir os relatos dos colegas.	Sala organizada
4. Sarau “Histórias que se Encontram”	15 min	Leitura voluntária dos relatos por meninas e meninos. Escuta sensível. Comentários breves de apoio ao final de cada leitura.	Produções dos alunos
5. Encerramento coletivo	5 min	Roda de conversa com a pergunta: “O que aprendemos ao ouvir histórias diferentes das nossas?”	Roda de diálogo

### Recursos e Materiais Sugeridos

Papel A4, canetas, lápis

Dispositivos móveis (para quem quiser digitar)

Trechos de depoimentos de atletas inspiradoras e inspiradores

Ambiente acolhedor (sala em círculo, música suave, decoração temática opcional)

### Avaliação Formativa

Participação na escrita e/ou escuta ativa

Clareza e sensibilidade na produção textual

Postura de acolhimento e respeito durante o sarau

Capacidade de reconhecer e valorizar realidades diferentes da sua