

Plano de Aula

Prática 02: Jogos Cooperativos: Valorizando o Coletivo

Público-alvo: Ensino Médio – turmas mistas (15 a 18 anos)

Duração: 50 minutos

Número estimado de alunos: 40 a 45

Aula 2 de sequência prática

Objetivos

- Desenvolver a empatia, cooperação e o respeito mútuo através de práticas corporais coletivas.
- Promover igualdade de participação entre meninos e meninas nas aulas práticas.
- Estimular a superação de estereótipos de desempenho e competitividade.

Conteúdo

- Jogos cooperativos e adaptados.
- Práticas corporais em grupo que não envolvam competição direta.
- Valorização do coletivo e da diversidade de ritmos, corpos e habilidades.

Habilidades da BNCC

EFEMG01: Participar de práticas corporais com diferentes finalidades, respeitando as regras e os colegas.

EFEMG04: Analisar criticamente as manifestações de desigualdade de gênero e promover ações equitativas nas práticas corporais.

Metodologia

Vivência prática com jogos adaptados cooperativos, que exigem união, comunicação, respeito ao tempo de todos e participação igualitária. A proposta evita vencedores e perdedores, reforçando a ideia de que “todos ganham juntos”.

Etapas da Aula (50 min)

Etapa	Tempo	Descrição
1. Acolhida e introdução	5 min	Breve conversa sobre o conceito de jogo cooperativo. Rodinha rápida: “Como você se sente quando perde ou ganha um jogo?”
2. Aquecimento lúdico	10 min	Jogo da “Teia de Corpo”: todos seguram uma corda elástica formando um círculo; devem movimentá-la juntos sem deixar cair uma bola no centro.
3. Jogo 1 – O túnel humano	10 min	Em grupos, os alunos formam túneis humanos e devem cooperar para passar todos os colegas por dentro do túnel sem encostar.
4. Jogo 2 – Corrida das cores	15 min	Times mistos devem, juntos, formar com seus corpos formas/cores indicadas pela professora (ex: um coração com todos os corpos no chão). Criatividade e diálogo são valorizados.
5. Fechamento e avaliação	10 min	Roda de partilha: “Foi difícil jogar sem competição?” “Você sentiu que todos participaram igualmente?” Reflexão oral e registro escrito: “Qual foi meu papel no grupo?”

Avaliação

Participação ativa e colaborativa.

Capacidade de comunicação e respeito às diferenças.

Reflexão final escrita/oral sobre o trabalho em grupo.

Relação com a pesquisa

- Estratégia prática que rompe com a lógica da competição e exclusão.
- Estimula o protagonismo de meninas, especialmente aquelas com histórico de insegurança corporal.
- Promove pertencimento, escuta e empatia – valores essenciais destacados em sua dissertação.

