



**Apostilas de
Educação**

EDUCAÇÃO FÍSICA

**2º ANO - ENSINO MÉDIO
1º BIMESTRE**





Apresentação

Esta apostila foi elaborada para auxiliar os professores de Educação Física no ensino do 2º ano do Ensino Médio, durante o 1º bimestre, abordando o eixo temático “Cultura Corporal e Saúde”. Com um enfoque interdisciplinar e reflexivo, este material propõe uma abordagem que valoriza a vivência das práticas corporais, a compreensão de seus aspectos históricos e culturais, e a análise crítica sobre os impactos da mídia, da globalização e da mercantilização do esporte.

Cada plano de aula contém textos informativos, questões abertas e exercícios de fixação com respostas, além de atividades práticas, favorecendo a participação ativa dos alunos e a construção de um conhecimento significativo. Os temas trabalhados incluem jogos tradicionais e sua relação com a cultura corporal, a influência da mídia na construção dos padrões estéticos e no consumo de produtos fitness, e a importância do lazer e do autocuidado na promoção da saúde.

Além disso, exploramos a ginástica em suas vertentes competitiva e não competitiva, a influência da língua inglesa nos esportes e os impactos da esportivização na formação de atletas. Também comparamos esportes internacionais e nacionais, incentivando reflexões sobre as adaptações culturais das modalidades esportivas em diferentes países.

O objetivo desta apostila é proporcionar aulas dinâmicas e interativas, que ampliem a visão dos alunos sobre a cultura corporal, estimulando não apenas o desenvolvimento motor, mas também o pensamento crítico e a valorização da diversidade.

apostilasdeeducacao.com



Conteúdo

1º Bimestre: Cultura Corporal e Saúde

- Jogos Tradicionais e Cultura Corporal
- A Influência da Mídia nas Práticas Corporais
- O Lazer e a Qualidade de Vida
- Ginástica: Competitiva x Não Competitiva
- Saúde e Autocuidado: Construindo Hábitos Saudáveis
- Esportes de Rede/Parede e Campo/Taco
- A Influência da Língua Inglesa nos Esportes
- Esportivização e seus Impactos
- Esportes Internacionais x Nacionais
- A Cultura do Corpo e os Padrões Estéticos



Habilidades

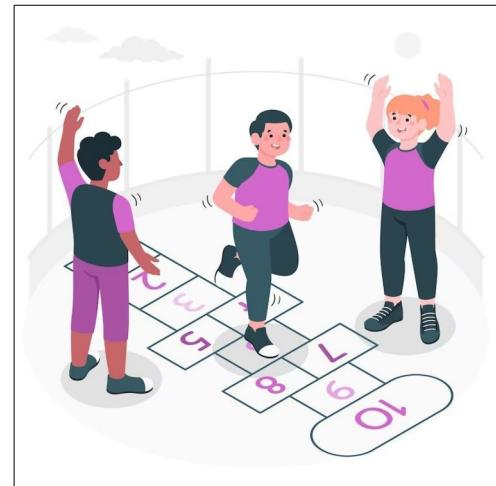
(EM13LGG201) Utilizar as diversas linguagens (artísticas, corporais e verbais) em diferentes contextos, valorizando-as como fenômeno social, cultural, histórico, variável, heterogêneo e sensível aos contextos de uso.

(EM13LGG302) Posicionar-se criticamente diante de diversas visões de mundo presentes nos discursos em diferentes linguagens, levando em conta... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

EDUCAÇÃO FÍSICA	
2º ANO - ENSINO MÉDIO	
1º BIMESTRE	
TEMA	AULA
Cultura Corporal e Saúde	Jogos Tradicionais e Cultura Corporal
Nome:	Turma:

Os jogos tradicionais são manifestações culturais que refletem a identidade, os costumes e a história de diferentes povos. Eles surgiram de necessidades sociais, rituais e práticas de lazer, transmitindo valores e influenciando a cultura corporal das sociedades ao longo do tempo. A origem histórica dos jogos remonta às civilizações antigas, como Egito, Grécia e Roma, onde atividades lúdicas estavam presentes tanto no contexto recreativo quanto em... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

Na Idade Média, muitos jogos foram reprimidos devido à influência da Igreja, mas continuaram sendo praticados em feiras populares e festividades. Durante a modernidade, com o avanço da industrialização, as brincadeiras tradicionais perderam espaço para novas formas de entretenimento, mas ainda assim, permaneceram enraizadas na cultura popular. No século XX, a valorização das práticas culturais impulsionou... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**



Cada cultura desenvolveu seus próprios jogos com base nas condições geográficas, nos materiais disponíveis e nas tradições locais. No Brasil, por exemplo, a capoeira surgiu como uma forma de resistência dos escravizados africanos, mesclando luta e dança. Já a peteca, de origem indígena, evoluiu para se tornar um esporte competitivo. Em outros países, o cricket se consolidou como um dos jogos mais populares na Inglaterra e nas ex-colônias britânicas, enquanto... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

A adaptação dos jogos tradicionais também ocorre em razão das mudanças sociais e tecnológicas. Regras foram padronizadas para transformar algumas dessas práticas em esportes, como ocorreu com o futebol e o basquete. Outros jogos, por sua vez, passaram por adaptações regionais, mantendo sua essência, mas incorporando novas dinâmicas para se adequar às diferentes culturas e públicos. Dessa forma, os jogos tradicionais

permanecem como importantes elementos da... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

Questões

1. Explique como os jogos tradicionais refletem a identidade cultural de um povo.

2. Quais fatores históricos contribuíram para o surgimento e disseminação dos jogos tradicionais ao redor do mundo?

3. Como os jogos tradicionais foram adaptados e transformados em esportes ao longo da história? Cite exemplos.



4. Compare um jogo tradicional brasileiro com um jogo tradicional de outro país, destacando semelhanças e diferenças em suas regras e objetivos.

5. Qual a importância dos jogos tradicionais na sociedade contemporânea? Eles ainda desempenham um papel significativo no lazer e na educação física? Justifique.



Respostas

1. Os jogos tradicionais refletem a identidade cultural de um povo porque carregam valores, histórias e práticas específicas da... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
2. Fatores históricos como migrações, colonizações, guerras e trocas comerciais influenciaram o surgimento e... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
3. Os jogos tradicionais foram adaptados para se tornarem esportes à medida que suas regras foram padronizadas, tornando-os mais... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
4. A peteca, jogo tradicional brasileiro, tem semelhanças com o badminton, um jogo popular na Ásia. Ambos utilizam um volante que... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**
5. Os jogos tradicionais ainda desempenham um papel importante na sociedade contemporânea, pois promovem a socialização, o lazer e... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

Exercícios de Fixação

1. Complete as lacunas com as opções: *identidade, industrialização, resistência, rituais, lúdicas*.

Os jogos tradicionais são expressões do(a) _____ cultural e surgiram de práticas sociais e _____. Com o avanço do(a) _____, muitas dessas manifestações perderam espaço, mas continuam representando formas de e preservação da memória coletiva.

- ## 2. Analise o caso:

Em uma escola do interior, os alunos decidiram resgatar brincadeiras antigas de suas famílias, como corrida de saco, amarelinha e cabo de guerra. Durante o processo, perceberam que os jogos variavam conforme a origem das famílias — indígenas, africanas e europeias — e que cada grupo tinha regras e formas diferentes de jogar. Com base nesse caso, explique como os jogos tradicionais contribuem para valorizar a diversidade cultural e fortalecer laços comunitários.

- 3. Relacione as colunas corretamente, considerando a origem e a característica principal de cada jogo:**

Coluna A

Coluna B

1. Capoeira () Prática indígena brasileira que se tornou esporte.
 2. Beisebol () Mistura de luta e dança criada como resistência à escravidão.
 3. Peteca () Jogo britânico praticado com taco e bola em campo oval.
 4. Cricket () Esporte popularizado nos Estados Unidos e no Japão.

4. Observe o quadro e preencha com as *consequências* das transformações sofridas pelos jogos tradicionais ao longo da história.

Causas	Consequências
1. Avanço da industrialização e surgimento de novas formas de lazer	
2. Diversidade cultural e adaptações regionais	

5. Nos últimos anos, muitos jovens têm substituído brincadeiras de rua e jogos tradicionais por práticas digitais, como videogames e redes sociais. Imagine que você faz parte de um projeto escolar cujo objetivo é resgatar os jogos tradicionais. Elabore uma proposta de campanha com o nome, o público-alvo e as estratégias para incentivar a participação dos alunos nessas práticas culturais.



Respostas

1. identidade / ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

2. Os jogos tradicionais funcionam como instrumentos de valorização da diversidade porque refletem diferentes origens étnicas e... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

3.

1– Mistura de luta e dança criada como resistência à escravidão;

2– ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

4.

1. Avanço da industrialização e surgimento de novas formas de lazer → ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**

5. Exemplo:

A campanha poderia se chamar “*Brincar é Cultura!*”, voltada a estudantes do Ensino Médio. As ações incluiriam uma semana temática com... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais: apostilasdeeducacao.com**



Atividade Prática: Circuito de Jogos Tradicionais Multiculturais

Objetivo: Proporcionar aos alunos a vivência de diferentes jogos tradicionais do Brasil e do mundo, promovendo a reflexão sobre suas origens, regras e valores culturais.

Materiais necessários:

- Petecas (para o jogo de peteca)
- ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
- Bolas leves e raquetes (para cricket adaptado)
- ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
- Espaço amplo para movimentação

Desenvolvimento:

1. **Divisão de grupos:** A turma será dividida em cinco grupos. Cada grupo passará por diferentes estações, onde experimentará um jogo tradicional.
2. **Estações do circuito:**
 - **Peteca (Brasil – Indígena):** Os alunos jogam peteca, tentando mantê-la no ar pelo maior tempo possível, adaptando regras para duplas e equipes.
 - ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
 - **Cricket (Inglaterra):** Versão simplificada do cricket será praticada, utilizando cones como base e bola leve para facilitar a adaptação.
 - ... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
 - **Capoeira (Brasil – Afro-brasileira):** Introdução aos movimentos básicos da capoeira, como ginga, esquivas e ataques leves em duplas.
3. **Rodízio de estações:** Cada grupo permanecerá em uma estação por... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com
4. **Discussão final:** Após a vivência, os alunos... **Esta é a amostra da apostila. Saiba mais:** apostilasdeeducacao.com

Conclusão: O circuito permite que os alunos experimentem jogos de diferentes culturas, compreendam suas adaptações e valorizem as práticas tradicionais como parte do patrimônio cultural global. Além de ser uma experiência dinâmica e interativa, reforça a importância do respeito à diversidade e ao conhecimento histórico das manifestações lúdicas ao redor do mundo.



Para esta apostila completa (96 páginas), acesse:

<https://apostilasdeeducacao.com/2025/02/10/educacao-fisica-2o-ano-1o-bimestre-ensino-medio/>