

## Plano de Aula: Brincadeiras Inclusivas na Educação Física

**Público-alvo:** Ensino Fundamental I e II

**Duração:** 50 minutos

**Objetivo Geral:** Promover a inclusão e a participação ativa de todos os alunos, independentemente de suas habilidades físicas ou cognitivas, por meio de brincadeiras adaptadas.

**Habilidades da BNCC:** (EF12EF01) Explorar e reconhecer diferentes formas de movimento e brincadeiras considerando a diversidade dos participantes.

### 1. Introdução (10 minutos)

- Apresentação do tema: Explicar a importância da inclusão nas aulas de Educação Física e como todos podem brincar juntos.
- Perguntar aos alunos: "O que é inclusão para vocês?" e "Como podemos adaptar jogos para que todos participem?"

### 2. Desenvolvimento (30 minutos)

#### Atividade 1: Queimada Adaptada (15 minutos)

- Regras tradicionais da queimada, mas com adaptações:
  - Quem for queimado pode continuar jogando de uma "zona segura" (exemplo: sentado em um círculo).
  - Alunos com mobilidade reduzida podem participar como "lançadores" ou "defensores" com bolas menores e mais leves.

#### Atividade 2: Corrida Cooperativa (15 minutos)

- Em duplas ou trios, os alunos devem completar um percurso segurando um objeto entre eles (exemplo: bola, bambolê, elástico).
- Os alunos com deficiência visual podem ter um guia para ajudar no trajeto.
- O objetivo não é a velocidade, mas a cooperação e o trabalho em equipe.

### 3. Encerramento (10 minutos)

- Rodada de conversa: "O que aprendemos hoje?"
- Reflexão sobre como as adaptações ajudaram na participação de todos.
- Sugestão para os alunos criarem suas próprias brincadeiras inclusivas para a próxima aula.

**Recursos necessários:** Bolas leves, cones, bambolês, elásticos.

**Avaliação:** Participação, envolvimento e respeito às regras adaptadas.

