

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.

