

# **O LÚDICO NA EDUCAÇÃO FÍSICA: ATIVIDADES ALTERNATIVAS UTILIZANDO MATERIAIS RECICLADOS**

Geraldo Sérgio Brunelli Carreta  
geraldobrunellicaretta@gmail.com

## **RESUMO**

Este relato de experiência refere-se a um projeto desenvolvido durante aulas de educação física, envolvendo turmas do ensino fundamental - séries iniciais - de uma escola localizada no município de Venda Nova do Imigrante, região serrana do estado do Espírito Santo, Brasil. O objetivo do projeto foi aplicar alternativas metodológicas acessíveis para o ensino de educação física, com o auxílio de materiais reciclados e de baixo custo econômico, buscando potencializar a criatividade e colocar o estudante como agente transformador do seu desenvolvimento. Os materiais utilizados durante as atividades foram confeccionados pelo autor e estudantes, no decorrer das aulas de educação física, buscando envolvê-los desde o processo de criação até a prática. As atividades realizadas proporcionaram aos estudantes o desenvolvimento da coordenação motora, força, concentração, equilíbrio, trabalho em equipe, memorização visual, socialização, entre outros objetivos que são almejados com aulas de educação física, de forma lúdica, acessível e alternativa às metodologias tradicionais.

**Palavras-chaves:** Educação Física; Metodologia Alternativa; Ensino Fundamental

## **ABSTRACT**

This experience report refers to a project developed during physical education classes, involving elementary school classes - early grades - at a school located in Venda Nova do Imigrante, a mountainous region in the state of Espírito Santo, Brazil. The objective of the project was to apply accessible methodological alternatives for teaching physical education, using recycled materials and of low economic cost, seeking to enhance creativity and place the student as a transforming agent in their development. The materials used during the activities were made by the author and students, during physical education classes, seeking to involve them from the creation process to practice. The activities carried out provided students with the development of motor coordination, strength, concentration, balance, teamwork, visual memorization, socialization, among other goals that are pursued with physical education classes, in a playful, accessible and alternative to traditional methodologies.

**Keywords:** Physical Education; Alternative Methodology; Elementary School

É comum surgirem dúvidas do professor em relação a seus métodos de ensino. Da Silva Machado et al. (2010, p. 130) chama atenção para uma importante reflexão sobre o panorama atual da prática pedagógica em educação física dentro das escolas, onde muitos professores resumem sua ação a observar os seus alunos na quadra, enquanto eles realizam atividades que eles mesmos escolheram ou, então, aquelas que são possíveis em função do tipo de equipamento e material existente na escola. De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais:

O processo de ensino e aprendizagem em Educação Física, portanto, não se restringe ao simples exercício de certas habilidades e destrezas, mas sim de capacitar o indivíduo a refletir sobre suas possibilidades corporais e, com autonomia, exercê-las de maneira social e culturalmente significativa e adequada. (PCNs/ MEC, BRASIL, 1997, p. 28, vol. 7)

Acredito que não há prática/metodologia certa ou errada, no entanto, e o não entendimento e/ou má aplicação de determinadas metodologias, algo fora do contexto, podendo perder toda sua funcionalidade e objetividade. A incerteza ou a falta de exatidão nos métodos, pode nos levar a caminhos incertos, mas também pode nos levar a caminhos ainda não percorridos, ou melhor, pouco visitados. A exatidão dos métodos, nos dá segurança e a certeza de estar fazendo a coisa certa naquele momento, mas ao mesmo tempo pode trazer limitação, o melhor método, pode ser o não mais adequado. Garcia e Miranda (2021, p.13) colaboram com esta ideia ao analisarem as principais metodologias adotadas em aulas de educação física no Brasil:

É bem mais enriquecedor para o pensamento crítico e para o desenvolvimento da área mantermos uma postura que nos leve a compreender que nada é irreprochável e infalível, tudo está suscetível a possuir falhas. Nosso foco precisa se direcionar não só em aprendermos a analisar as possibilidades contributivas, mas também reconhecemos as limitações de cada teoria, abordagem, metodologia, etc. Desse modo, nos afastaremos de dogmas e, por conseguinte, manteremos nossa capacidade crítica.

Bracht (2010) ressalta que o entendimento do conteúdo da educação física foi marcado até recentemente pela ideia de atividade, no caso uma atividade física. Atualmente compreende-se que a educação física não se refere a apenas submeter os alunos a uma atividade física, mas, introduzi-los ao universo cultural que envolve o corpo em movimento. Buscando métodos alternativos, visando algo diferente do tradicional, o

qual sempre fui muito crítico, por considerar engessados, os quais, podem retirar das crianças sua capacidade imaginativa.

Freire (1991) aborda sobre o mundo da fantasia presente no aspecto motor da criança correndo de forma veloz ou até mesmo manipulando de forma mais refinada algo de seu interesse, a imaginação de utilizar objetos simples como uma caixa de papelão transformada em castelo, essas são características que carrego comigo até hoje, o que influenciou muito em minha vida profissional, guardo a criança criativa e inquieta para sempre dentro de mim. No mesmo sentido, Bezerra et al. (2020, p. 20), afirmam que “um importante método para o professor interessado em gerar mudanças em sua prática docente, pode ser encontrado na proposta do lúdico (...), reafirmando assim nossa posição metodológica nas aulas”. Santos (2010, p.08) reafirma a importância do lúdico no processo de aprendizagem onde “na história humana, se percebe a importância do brincar no desenvolvimento humano (...) crianças e adultos, quando brincam e jogam, penetram no mundo das relações sociais, desenvolvendo senso de iniciativa e auxílio mútuo”.

Objetivando a construção de um trabalho que mostrasse outras possibilidades, algo que explorasse a imaginação criativa, tirando as crianças do lugar de meros coadjuvantes, e, os tornando agentes transformadores do seu desenvolvimento, busquei nos materiais reciclados o apoio para que isso fosse possível. Com isso, as aulas se tornaram espaços de criação, onde o brinquedo e a participação ativa das crianças na confecção dos mesmos, pôde contribuir com a potencialização da criatividade e expressão corporal das mesmas. Esses espaços criativos, onde foi possível proporcionar a confecção de brinquedos a partir de materiais reciclados, a criança era convocada à livre criatividade e a vivência coletiva, fortalecendo valores fundamentais para sua formação como sujeito ativo no seu processo de desenvolvimento, assim como distrito nas atividades a seguir.

### **Arco e flecha**

O arco e flecha foi confeccionado a partir do limpador de para-brisa de automóveis, onde o limpador é utilizado juntamente com balões canudos para impulsionar as flechas. As flechas são feitas de palitos de churrasco ou bambu, lembrando a importância de encapar a ponta com fita adesiva. Os alvos podem ser feitos de isopor, mais precisamente com bandejas de pizza. O objetivo atribuído a essa atividade é trabalhar a coordenação motora fina, força, precisão e a concentração dos alunos.

Figuras 1 e 2: Arco e flecha feito com limpador de para-brisa e alvo feito de papelão.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Carrolinho**

Procurando a simplicidade, mas de uma forma bem lúdica, essa atividade buscou resgatar as brincadeiras de rua e explorar as habilidades manipulativas. As crianças conduziam com auxílio de ripas de madeira os carrinhos feitos de rolo de papelão através de caminhos/ruas de uma cidade construída com materiais alternativos/Sucatas. Buscou-se explorar habilidades manipulativas, concentração e coordenação motora fina.

Figura 3: Carrolinho na prática.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Chinelão reciclado**

Os chinelões são feitos de rolos de lona plástica em sua base; cordas de varal amarradas em cabos de vassoura, para a execução dessa atividade são necessários três participantes pisando no mesmo chinelão e segurando em suas cordinhas, mantendo o equilíbrio. o professor explica que o objetivo do time será dar volta completa no espaço destinado ao jogo sem sair de cima dos chinelões. Feito isso, entregam o chinelão para o outro time que terá a mesma missão e o jogo continua até que todos tenham vivenciado o passeio com o chinelão. Busca-se facilitar a coordenação global de duas pessoas, equilíbrio, incentivar a cooperação e reforçar o trabalho em equipe.

Figura 4: Chinelão reciclado de rolos de lona plástica.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Curling adaptado**

Nesse jogo é preciso fazer no chão vários círculos com giz em ordem crescente e numerá-los da pontuação maior, no centro, e ir decrescendo a pontuação para os círculos maiores, faça uma linha de onde os alunos deverão lançar o curling feitos com a parte superior de galões pet de 20 litros, pintados com tinta guache, com o objetivo de acertar sempre o centro do círculo. Nessa atividade é trabalhada a coordenação motora ampla, noções lógicas matemáticas, força, precisão e controle do tônus muscular.

Figuras 5 e 6: Curling feito com galão pet de 20 litros.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Prancha do equilíbrio**

Nessa atividade os alunos terão como objetivo equilibrar-se por um tempo determinado pelo professor. A prancha feita a partir de rolo de lona plástica e madeirite de construção, foi fixada com parafusos para que não haja acidentes com as crianças. Pode ser realizado em duplas, uma segura nas mãos da outra ou individual. Essa atividade busca trabalhar o equilíbrio estático, atenção, concentração e força.

Figura 7: Prancha de equilíbrio feita com rolo de lona e madeirite de construção.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Caixa surpresa**

Para essa atividade é recomendado dividir a turma em dois grandes grupos, que deverão ficar a uma distância de 5 metros deitados com a barriga no chão, e de modo que não consigam ver a caixa feita de papelão. Escolha um aluno do time oposto para ficar dentro da caixa. Isso feito, peça para que um aluno do outro time tente adivinhar, pelo contato visual, quem está dentro da caixa. Caso ele não consiga, pode receber ajuda dos colegas de equipe, ou pode tocar o aluno que está na caixa através de buracos que ficam tapados por um pedaço de pano ou TNT preto. Quem adivinhar marca pontos para sua equipe e o jogo continua normalmente. São trabalhados durante a atividade a memorização visual, observação, atenção, concentração e sentido tátil-sinestésico.

Figura 8: Caixa surpresa, feita de papelão e pintada com tinta guache.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Cobrinha ecológica**

A cobrinha ecológica é confeccionada com tampinhas de garrafa pet, corda de varal e uma garrafa de pet de 250 ml para ser a cabeça da cobrinha. Primeiro fure o fundo e a tampa da garrafa pet de 250 ml, passe a corda de varal e depois comece a passar a tampinhas furadas. De um nó na corda antes da cabeça da cobrinha e outro no final do rabinho para que fique firme. A brincadeira da cobrinha é uma excelente atividade ao ar

livre, esse jogo adequa-se a alunos com idades superiores a 4 anos. A atividade é simples, basta pedir para um aluno segurar em uma ponta (a cabeça da cobrinha) e outro aluno segurar na outra ponta (rabo da cobrinha), as demais crianças irão brincar saltando por cima da cobrinha, com saltos de diferentes formas. Evite superfícies lisas, prefira gramados, terra, ou superfícies bem ásperas para que as crianças não deslizem. Busca-se desenvolver a coordenação motora, equilíbrio, socialização, concentração, lateralidade e atenção.

Figura 9: Cobrinha ecológica feita de tampas e garrafa pet.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Fórmula barril**

Para a construção da fórmula barril, foram utilizadas bombonas plásticas 240 litros, tinta esmalte sintético para pintar os barris, tinta spray para os acabamentos e bolas de basquete utilizadas para confecção dos capacetes.

Nessa atividade é proposto o trabalho com o automobilismo de uma forma lúdica e criativa. Os alunos foram divididos em equipes, McLaren, Williams e Ferrari. Cada equipe é composta por um número igual de participantes, algumas crianças foram selecionadas para serem os organizadores das equipes e da prova, sempre revezando essas crianças com as demais. A organização no grid de largada foi feita através do “zerinho ou um”, quem saísse primeiro, ocupava a melhor posição no Grid. Após a bandeirada, cada criança percorreu o trajeto rolando o barril, dando uma volta completa na pista, e logo após passou a vez ao próximo membro da sua equipe. Vence a brincadeira a equipe que completar todas as voltas.

Figura 10: Materiais confeccionados para a fórmula barril.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Disco voador**

A atividade foi desenvolvida com intuito de buscar as crianças em sala de aula, ou seja, transportá-las dentro do disco voador até o local onde as práticas de educação física aconteciam. Ludicidade, arrebatamento para um mundo imaginário onde a educação infantil habita, um lugar mágico e cheio de faz de contas. A proposta foi trabalhar a imaginação criativa, onde as crianças se tornavam viajantes no espaço, alienígenas, astronautas, conhecendo galáxias e cantos onde só nossa imaginação pode nos levar. Dentro da nave construída a partir de uma caixa d'água de 500 litros sobre um madeirite com rodinhas de silicone, foram colocadas almofadas e revistas gibis para estimular a leitura. A Imaginação criativa, explorada através de atividades de faz de contas e estímulo à leitura foram as propostas trabalhadas durante a atividade.

Figura 11: Nave espacial de caixa d'água.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Golfeboll**

Atividade trabalhada como conteúdo Esportes, mais especificamente os esportes de precisão, usando o futebol como atrativo para chamar a atenção para a atividade. O campo foi marcado com um elástico, podendo ser adaptado ao espaço disponível, mas de



preferência em gramados para melhor fixação dos jogadores. As traves, jogadores e os tacos foram confeccionados com cabos de vassoura e bolinhas de papel machê. Cada criança tinha o direito de dar duas tacadas, sempre com o objetivo de fazer o gol no adversário. As regras como o lateral e escanteio foram adaptadas para serem o mais próximo possível do jogo de futebol oficial. As habilidades manipulativas de rebater com precisão, onde o foco na atenção e concentração foi primordial foram os objetivos almejados para a atividade.

Figuras 12 e 13: Golfeboll construído com materiais alternativos.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Basquetebol com cesta móvel**

Pensando em um jogo que explorasse a movimentação dos alunos em quadra com e sem a bola, buscando sempre a melhor posição para o passe e arremesso, criamos o Basquetebol com cesta móvel. O jogo ficou bem dinâmico e divertido, buscamos ressignificar o basquete, mas não esquecendo os princípios básicos do esporte. As regras foram adaptadas para alunos do ensino fundamental 1 (5º ano), prezando sempre o passe, não correr com a bola em mãos, não empurrar, agarrar os colegas e não socar e arrancar a bola quando estiver em posse do time oposto. O condutor da cesta (produzida a partir de bombonas de 200 litros, madeirite e rodinhas de silicone na base para locomoção), não pode intervir nos arremessos, cabe a ele somente fugir o tempo todo. O condutor foi trocado de 5 em 5 minutos. A atividade busca trabalhar a movimentação dos alunos em quadra com e sem a bola em mãos, trabalho em equipe e iniciação ao basquetebol.

Figura 14: Cestas de basquete feitas de bombonas de 200 litros.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **Surfe na roça**

O Surfe na roça foi uma tentativa de aproximar as práticas corporais de aventura a realidade dos alunos, já que a grande maioria nunca havia ido à praia, pois a escola se localiza na zona rural do estado do Espírito Santo e a realidade econômica de grande parte dos alunos não permitia que isso acontecesse. Conceituamos o esporte, confeccionamos nossas pranchas utilizando madeirite de construção, rodinhas de silicone e ripas de madeira para fixá-las e fizemos a prática da modalidade do Surfe individual, uma criança em cima da prancha e outra empurrava, e também a modalidade do Surfe Stand-up. Os remos foram confeccionados com bambus, fixados com pedaços de borracha nas pontas para ajudar na movimentação das pranchas. O objetivo da atividade é conceituar e adaptar o Surfe à realidade dos alunos, equilíbrio e força na movimentação das pranchas.

Figura 15: Alunos durante a prática do surfe na roça.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### Prato chinês

Trabalhando as atividades circenses durante o trimestre, o Prato Chinês foi uma ideia de reaproveitar materiais que iriam ser jogados no lixo da escola. Esses materiais eram tampas de lixeiras e cabos de vassoura, que foram pintados e adaptados à atividade proposta. As tampas possuem ótimos encaixes para os cabos de vassoura, tornando a brincadeira mais inclusiva e atrativa para as crianças. Buscou-se conceituar e praticar as atividades circenses, coordenação motora, atenção, concentração e equilíbrio.

Figura 16: Tampas de lixeiras modificadas em pratos chineses.



Fonte: Geraldo Sérgio Brunelli Carreta.

### **REFERÊNCIAS**

BEZERRA, Marcos Antonio Araújo et al. A importância do lúdico nas aulas de educação física no processo de ensino aprendizagem nas séries iniciais. **Humanum Sciences**, v. 2, n. 1, p. 18-24, 2020.

BRACHT, Valter. A educação física no ensino fundamental. **Anais... I Seminário nacional: currículo em movimento–Perspectivas Atuais. Belo Horizonte**, 2010.

DA SILVA MACHADO, Thiago et al. As práticas de desinvestimento pedagógico na Educação Física escolar. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, v. 16, n. 2, p. 129-147, 2010.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física**. São Paulo: Scipione, 1991.

GARCIA, Silas Alberto; MIRANDA, Made Júnior. Didática, metodologia e Educação Física no Ensino Fundamental: Um diálogo epistemológico com as abordagens pedagógicas. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 8, pág. e40710817521-e40710817521, 2021.

NACIONAIS, Parâmetros Curriculares. apresentação dos temas transversais. **Secretaria de Educação Fundamental, Brasília: MEC/SEF**, 1997.