



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS**

Faculdade de Educação

Curso de Especialização em Formação de Educadores Para a Educação Básica

Kellen Regina Faria de Sena

**Dançando com o 4º ano: uma Experiência com Exergame nas Aulas de  
Educação Física**

Belo Horizonte

2025

Kellen Regina Faria de Sena

**Dançando com o 4º ano: uma Experiência com Exergame nas Aulas de  
Educação Física**

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização apresentado como requisito parcial para a obtenção do título de Especialização em Processos de Aprendizagem e Ensino na Educação Básica, pelo Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Docência na Educação Básica - LASEB, da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Me. Amanda Vieira  
Mendes

Belo Horizonte

2025

S474d  
TCC

Sena, Kellen Regina Faria de, 1991-  
Dançando com o 4º ano [manuscrito] : uma experiência com  
exergame nas aulas de educação física / Kellen Regina Faria de Sena. --  
Belo Horizonte, 2025.  
41 p. : il., color.

Monografia -- (Especialização) - Universidade Federal de Minas  
Gerais, Faculdade de Educação.

Orientadora: Amanda Vieira Mendes Ramos.

Bibliografia: f. 40-41.

1. Educação. 2. Educação básica. 3. Educação física -- Estudo e  
ensino (Ensino fundamental). 4. Dança na educação. 5. Movimento  
(Dança). 6. Exercícios físicos. 7. Educação física para crianças. 8. Jogos  
eletrônicos. 9. Tecnologia educacional. 10. Itabirito (MG) -- Educação.

I. Título. II. Ramos, Amanda Vieira Mendes, 1989-.

III. Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de Educação.

CDD- 796.083

**Catálogo da fonte: Biblioteca da FaE/UFMG (Setor de referência)**

Bibliotecário: Ivanir Fernandes Leandro CRB: MG-002576/O



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
Curso de Especialização em Formação em Docência para  
Educação Básica

ATA DE DEFESA DO NONINGENTÉSIMO DÉCIMO PRIMEIRO TRABALHO FINAL DO CURSO DE  
ESPECIALIZAÇÃO EM FORMAÇÃO DE EDUCADORES PARA EDUCAÇÃO BÁSICA  
ÁREA DE CONCENTRAÇÃO PROCESSOS DE APRENDIZAGEM E ENSINO NA EDUCAÇÃO BÁSICA

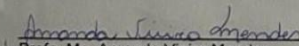
Aos doze dias do mês de julho do ano de dois mil e vinte e cinco, realizou-se, na Faculdade de Educação da Universidade Federal de Minas Gerais, a apresentação do trabalho final de conclusão do Curso de Especialização Formação em Docência para a Educação Básica – com o título “Dançando com o 4º ano: uma experiência com exergame nas aulas de educação física”, do(a) aluno(a) **Kellen Regina Faria de Sena**. A banca examinadora foi composta pelos seguintes professores: Amanda Vieira Mendes (orientador) e Jair Pedro da Fé Neto. Os trabalhos iniciaram-se às 8h30, atendendo a uma escala de apresentações definida pelo(a) orientador(a). Após a apresentação oral do trabalho, a banca examinadora fez uma arguição ao aluno(a). A banca se reuniu, em seguida, sem a presença do(a) aluno(a) e do público, para fazer a avaliação final. Em conclusão, a banca examinadora considerou o trabalho APROVADA. O resultado final do trabalho foi comunicado ao aluno(a), que deverá encaminhar à Secretaria do curso a versão final em meio digital para (laseb@fae.ufmg.br) e submeter o trabalho salvo em formato PDF de acordo com as orientações da Biblioteca universitária da UFMG, Repositório Institucional (www.repositorio.ufmg.br). Nada mais havendo a tratar, eu, Ana Maria de Castro Rocha, secretária do colegiado do curso, lavrei a presente ata que, depois de lida e aprovada, será por mim assinada e pelos demais membros presentes. Belo Horizonte 12 de julho de 2025.

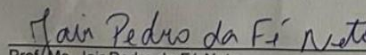
Documento assinado digitalmente  
gov.br  
KELLEN REGINA FARIA DE SENA  
Data: 05/08/2025 09:52:08 -0300  
verifique em <https://validar.itl.gov.br>

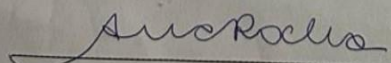
Aluno(a)

Kellen Regina Faria de Sena

Registro na UFMG 2024695374

  
Profa. Ms. Amanda Vieira Mendes  
Orientador(a)

  
Prof. Ms. Jair Pedro da Fé Neto  
Professor(a) Convidado(a)/avaliador(a)

  
Ana Maria de Castro Rocha  
Secretária do Colegiado de Curso de Especialização  
Em Formação em Docência para Educação Básica

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço, primeiramente, a Deus, por me conceder saúde, força e perseverança para superar os desafios e concluir mais esta etapa da minha vida.

Aos meus pais, pelo amor incondicional, pelo apoio constante e por sempre acreditarem no meu potencial. Ao meu marido, por sua paciência, compreensão e incentivo durante toda essa jornada. À minha família, que, com carinho e dedicação, cuidou do meu filho, permitindo que eu pudesse me dedicar plenamente ao curso de pós-graduação.

À Escola Municipal José Ferreira Bastos, onde atuei de 2022 a 2024, e à sua direção, pelo apoio e pela oportunidade de crescimento profissional. À Prefeitura de Itabirito, por disponibilizar gratuitamente o curso de pós-graduação, tornando possível a realização deste sonho.

À minha orientadora, Amanda, por sua paciência, dedicação e por não desistir de mim, mesmo nos momentos mais desafiadores. Sua orientação foi fundamental para a concretização deste trabalho.

## RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo buscar por diferentes estratégias que possam possibilitar o desenvolvimento das aulas de Educação Física, bem como o envolvimento dos estudantes. Ele foi desenvolvido na Escola Municipal José Ferreira Bastos, localizada na cidade de Itabirito, Minas Gerais. Participaram 25 alunos do quarto ano do ensino fundamental. O plano de ação se dedicou à mostrar a importância de se adotar estratégias diferenciadas para que os alunos se interessem em participar das aulas de educação física escolar. O objetivo do plano de ação foi mostrar como as tecnologias podem ser aliadas dos professores de educação física, melhorando a relação dos alunos com a prática de atividades físicas. Para a fundamentação teórica do plano foi realizada uma pesquisa bibliográfica em artigos e periódicos. O projeto foi aplicado na Escola Municipal José Ferreira Bastos em Itabirito MG, na turma do quarto ano do ensino fundamental com a participação de 25 alunos. Através de um jogo chamado Exergames, os alunos tiveram a oportunidade de realizar atividades diferenciadas com dança variadas. Para a fundamentação teórica foram consultados artigos e periódicos. Como resultado foi possível observar que a aula realizada com o uso da tecnologia conseguiu atingir os objetivos propostos.

**Palavras-Chave:** Dança; Educação Física Escolar; Exergames; Movimento Corporal; Tecnologia Educacional.

## ABSTRACT

This study aims to explore different strategies that can facilitate the development of Physical Education classes and student engagement. It was developed at the José Ferreira Bastos Municipal School, located in Itabirito, Minas Gerais. Twenty-five fourth-grade students participated. The action plan focused on demonstrating the importance of adopting differentiated strategies to encourage students to participate in physical education classes. The objective of the action plan was to demonstrate how technology can be an ally of physical education teachers, improving students' engagement with physical activity. The theoretical basis for the plan was based on bibliographic research in articles and journals. The project was implemented at the José Ferreira Bastos Municipal School in Itabirito, Minas Gerais, in a fourth-grade class with 25 students. Through a game called Exergames, students had the opportunity to participate in differentiated activities involving various dance styles. Articles and journals were consulted for the theoretical basis. As a result, it was possible to observe that the class conducted using technology achieved its proposed objectives.

**Keywords:** Dance; School Physical Education; Exergames; Body Movement; Educational Technology.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Prova Prática .....	29
Figura 2 - Avaliação Bimestral.....	30
Figura 3 - Trabalho Avaliativo.....	31
Figura 4 - Trabalho avaliativo .....	32
Figura 5 - Jogo de Dança .....	33
Figura 6 - Roda de Conversa .....	34

## SUMÁRIO

1.	MEMORIAL.....	10
2.	APRESENTAÇÃO DA TEMÁTICA.....	13
3.	JUSTIFICATIVA.....	15
4.	OBJETIVO .....	17
5.	REFERENCIAL TEÓRICO.....	18
6.	PLANEJAMENTO DO PLANO DE AÇÃO .....	20
7.	ETAPAS DO PLANO.....	21
7.1.	Recursos Utilizados .....	22
7.2.	Crerios de Avaliação.....	22
7.3.	Identificação do Campo de Intervenção.....	23
7.4.	Temática do Plano de Ao.....	23
7.5.	Diagnóstico do Contexto de Atuação.....	24
7.6.	Caracterização do Contexto e dos Participantes .....	25
7.7.	Estratégia de Diagnóstico .....	25
8.	APÓS O PLANO DE AO DESENVOLVIDO, REGISTRANDO O DESENVOLVIMENTO E REFLETINDO SOBRE ELE. ....	28
9.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
10.	REFERÊNCIAS.....	38

## 1. MEMORIAL

Sou Kellen Regina Faria de Sena, tenho trinta e dois anos. Meus pais são de origem humilde e simples, cresceram morando no aglomerado Cabana do Pai Tomás.

Nasci na maternidade São Sebastião, localizada no bairro conhecido como Barro Preto, em Belo Horizonte. Desde que saí da maternidade fui recebida como uma princesinha, cheia de mimos, que enchia a casa de alegria e felicidade. Sempre fui amada por toda família.

Minha mãe sonhava em ser médica, mas este sonho cada vez distanciava mais. Precisava trabalhar, então cursou técnico em contabilidade, o qual facilitava arrumar um emprego imediato. Trabalhou por algum tempo no ramo, mas sempre questionava que queria trabalhar na área da saúde. Com muita luta e garra, ela conseguiu fazer o curso de Patologia Clínica. Conseguiu emprego nesta área e trabalha até hoje no ramo. Conseguiu também este ano terminar o curso superior de Ciências Biológicas.

Meu pai fez o segundo grau cursando técnico em contabilidade. Não trabalhou especificamente na área, mas aproveitou o conhecimento adquirido para gerenciar uma rede de restaurante na Savassi por dezessete anos. Hoje, ele trabalha como motorista levando funcionários para trabalhar na companhia Vale em Itabirito.

Foi passando o tempo e chegou a minha vez de ingressar na escola, meus pais escolheram uma escola, onde o Projeto Político Pedagógico atendesse às expectativas deles. Estudei o primeiro, o segundo e terceiro período nesta escola, cujo nome não esqueço; Instituto Educacional Mickey. Foram três anos de muita alegria. Gostava muito da escola, dos professores e dos colegas. No ano seguinte mudei para uma escola enorme. Ficava fascinada com a piscina, com a quadra de futebol, com os professores. Era o Colégio Salesiano, onde cursei o primeiro e o segundo ano. Quantas lembranças maravilhosas das aulas de dança, das festas, das aulas de natação e das diferentes modalidades esportivas que vivenciei. Lá tudo era belo!

Tive que sair dessa escola, porque meus pais conseguiram comprar um apartamento em Venda Nova e mudei para outra escola. Fui estudar no Instituto Educacional Padre Angélico Lipáni, onde as professoras eram freiras. Gostei muito

desta escola também. Lá aprendi a cuidar dos animais, das plantas. Era uma beleza aprender e valorizar os seres vivos. Nesta escola cursei o terceiro e o quarto ano. Tudo parecia tranquilo. Meus pais ficaram preocupados e sofriam muito com a distância da casa para o trabalho e do trabalho para casa, especialmente na época das chuvas. A mobilidade era muito difícil. Surgiu nessa época, mais um problema na minha família. Minha mãe engravidou e não havia ninguém que pudesse cuidar do meu irmão. Minha tia Fátima aceitou cuidar dele, mas ela morava em Betim. Meus pais alugaram o apartamento e mudamos para Betim.

Foi nessa época que tive minha primeira experiência em escola pública. Estudei por uma semana na Escola Estadual Renato Azeredo. Foi um período desafiador. Eu estava acostumada com o ambiente de uma escola particular, mais estruturada e organizada, e naquela instituição, até as carteiras eram escassas. Além disso, notei que alguns alunos tinham comportamentos difíceis, o que tornava o ambiente um pouco mais agitado.

Meus pais ouvindo meu relato, logo não me deixaram voltar naquela escola. Foram procurar ajuda para conseguir outra escola para mim.

Conversaram com um vereador conhecido da família, que não recordo o nome, ele se prontificou em arrumar uma vaga na Escola Municipal Margarida Soares Guimarães. Nesta escola consegui me adaptar melhor. Era mais organizada, e os alunos eram mais interessados. Estudei a quinta, sexta, sétima e oitava série. Lá consegui fazer muitas amizades e quando saí, senti muitas saudades.

Cursei o ensino médio na Escola Estadual Afonso Pena, na mesma cidade. Foi nessa escola que descobri que tinha uma afinidade pela área da Educação Física. Eu me inspirei na professora que ministrava suas aulas com muita dedicação e competência, para escolher essa disciplina como profissão.

Ao terminar o ensino médio, minha família mudou para a cidade de Itabirito, por causa de uma doença em um membro da na família. Todos se uniram para cuidar da minha avó materna.

Essa mudança causou-me muita angústia e sofrimento. Fiquei longe das minhas amigas que as consideravam como entes da minha família. Sempre queria continuar a estudar, ingressar na faculdade e realizar meu sonho de ser professora de Educação Física.

Um belo dia fui informada da abertura das inscrições para o vestibular na Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) no ano de 2010. Procurei fazer

minha inscrição rapidamente. No dia marcado fiz a prova do vestibular. Para alegria de todos fui aprovada.

Voltei a morar em Belo Horizonte novamente, na casa de uma tia paterna. Consegui um emprego no serviço de *telemarketing*. Trabalhar e estudar era cansativo. Apesar das dificuldades, venci os obstáculos graças a Deus e a minha família que sempre me deu suporte e não me deixaram desistir.

Quando estava nos últimos períodos da faculdade, pedi demissão no emprego e retornei para Itabirito. Fui privilegiada, porque a prefeitura do município disponibilizava transporte para estudantes em outra cidade. Assim, consegui concluir o curso.

Fui aprovada no processo seletivo e consegui contrato para trabalhar como professora de Educação Física. Trabalhei com muita alegria e dedicação. O contrato terminou e procurei outro emprego. Trabalhei em um estabelecimento comercial da cidade. Depois de algum tempo consegui uma vaga na escola, através do processo seletivo, e pedi demissão do emprego.

O tempo foi passando e entre uma conversa e outra, encontrei um rapaz bacana. Encantei com ele, namorei e casei num espaço de tempo de três anos. Deste casamento fui agraciada com um filho maravilhoso. Ele é a razão do meu viver.

Mesmo com a responsabilidade de cuidar do meu filho querido, minha joia preciosa, continuo trabalhando como professora. Sou grata a Deus, a meus pais e ao meu marido por me fortalecer e acreditar que tudo o que almejamos podemos conseguir com sucesso.

Este ano de dois mil e vinte e cinco ainda continuo trabalhando numa escola municipal de Itabirito contratada, e sonho trabalhar nessa escola efetivada.

Houve grandes mudanças. Passei no concurso, mas não sei se ainda vão me chamar, pois estou depois dos números das vagas. Tive que sair da escola onde eu trabalhava por causa do concurso. A prefeitura pediu para eu cobrir a vaga de uma professora que teve que se ausentar devido a problemas de saúde. Por enquanto, estou lá, até que alguém assuma a vaga.

Após compartilhar minha trajetória pessoal e profissional, que me levou à escolha da Educação Física como área de atuação e paixão, apresentarei agora a temática que norteia este trabalho, contextualizando os motivos que me levaram a desenvolver esta proposta pedagógica.

## 2. APRESENTAÇÃO DA TEMÁTICA

A proposta deste trabalho parte da intenção de integrar a dança ao uso de tecnologias digitais nas aulas de Educação Física, por meio da utilização dos exergames — jogos eletrônicos que exigem movimento corporal para interagir com o conteúdo. Tal abordagem busca atender às demandas da cultura digital contemporânea, ao mesmo tempo em que valoriza as práticas corporais escolares como linguagem de expressão e construção de sentidos.

Neste contexto, entende-se tecnologia digital não apenas como sistemas computacionais que processam informações binárias, mas como o conjunto de recursos interativos e pedagógicos baseados em meios digitais — como vídeos, softwares, aplicativos e jogos — que promovem a aprendizagem, a ludicidade e o engajamento dos estudantes. Segundo Valente (2010), essas tecnologias representam novas formas de ensinar e aprender, ressignificando o papel do professor e do aluno no processo educativo. Quando aplicadas à Educação Física, elas se tornam mediadoras potentes do conhecimento em movimento.

De acordo com Betti e Zuliani (2014), as tecnologias digitais no ensino da Educação Física ampliam o repertório pedagógico e permitem a articulação entre corpo, cultura e aprendizagem crítica. Baracho et al. (2012) destacam que os exergames, em especial, favorecem o engajamento dos alunos e despertam o interesse por meio da interatividade, possibilitando vivências corporais significativas mesmo em espaços escolares com limitações físicas. Já para Gonçalves e Silva (2022), o uso de jogos digitais no ensino da dança possibilita à criança experimentar diferentes estilos e ritmos, promovendo não apenas o desenvolvimento motor e rítmico, mas também a valorização estética e cultural do movimento.

Ao propor essa articulação entre dança e tecnologia digital por meio do uso do exergame, este trabalho busca contribuir para uma Educação Física mais conectada à realidade dos alunos, sem perder de vista os fundamentos pedagógicos da área. Conforme Kunz (2016), é essencial que o uso da tecnologia esteja a serviço de uma abordagem crítica e emancipatória, em que o “se movimentar” se torne um ato de autonomia, expressão e aprendizagem.

Nesse sentido, a proposta aqui apresentada visa mostrar que os recursos digitais, quando utilizados com intencionalidade pedagógica, são mais do que ferramentas de entretenimento: são caminhos possíveis para transformar o ensino

da dança em uma experiência interativa, significativa e integradora.

A seguir, apresento a justificativa que fundamenta a escolha dessa proposta e demonstra sua relevância no cenário educacional atual.

### 3. JUSTIFICATIVA

A escolha por desenvolver um plano de ação com foco na dança, por meio da utilização de exergames, partiu da compreensão de que o movimento corporal é uma linguagem essencial para a construção de significados, expressão de sentimentos e afirmação cultural.

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2017) reconhece a dança como uma das principais práticas corporais a serem abordadas na Educação Física no Ensino Fundamental, destacando seu valor como manifestação artística, cultural e social, e não apenas como atividade física.

De acordo com a BNCC, a área da Educação Física tem como objetivo proporcionar aos alunos experiências que valorizem o corpo em movimento como meio de expressão, interação e conhecimento de si e do outro. A dança, nesse sentido, é compreendida como uma linguagem que permite aos alunos explorar o espaço, o tempo, o ritmo e suas próprias emoções, além de possibilitar o contato com diversas culturas e tradições. A prática da dança contribui diretamente para o desenvolvimento de competências como a percepção rítmica, a criatividade, o senso estético e a valorização da diversidade cultural.

Ao integrar o uso dos exergames — jogos digitais que exigem movimento corporal para interação — às aulas de dança, estabeleci uma ponte entre o universo digital, que faz parte do cotidiano dos estudantes, e os saberes escolares. Tal proposta dialoga diretamente com o que a BNCC propõe quando afirma que é necessário valorizar os repertórios culturais dos alunos e aproximar a escola dos contextos socioculturais em que eles estão inseridos. O uso de tecnologias digitais, portanto, não é apenas um recurso lúdico, mas uma estratégia pedagógica que potencializa a construção do conhecimento por meio do corpo em movimento.

Entre as habilidades da BNCC que fundamentam esta proposta, destacam-se:

<b>HABILIDADES BNCC</b>	<b>COMPETÊNCIAS BNCC</b>
EF15EF05 – Experimentar e fruir, de forma espontânea e dirigida, diferentes ritmos e sons corporais nas práticas de dança.	Competência 1 que prevê a valorização do conhecimento corporal e cultural.
EF15EF06 – Criar e recriar movimentos e gestos da dança com base nas experiências vividas, em diferentes espaços e tempos.	Competência 3 que trata da valorização da cultura digital.
EF15EF09 – Estabelecer relações de	Competência 8 que envolve o conhecimento

respeito com os colegas nas situações de prática da dança e em apresentações.	e o cuidado de si.
	Competência 9 que destaca a empatia, o respeito e a valorização da diversidade.

Fonte (criado pela autora, 2025)

Essas habilidades reforçam que a dança deve ser trabalhada como expressão cultural e estética, integrando-se ao desenvolvimento integral do estudante. Além disso, o uso de jogos digitais estimula o engajamento e a participação ativa dos alunos, respeitando os princípios da inclusão e do protagonismo infantil.

A dança, enquanto linguagem corporal, está imersa em significados sociais, culturais e de gênero. Para Silva (2009), o corpo é construído socialmente e atravessado por normas que envolvem gênero, etnia, classe e cultura. Dessa forma, é fundamental que o ensino da dança na escola não apenas reproduza padrões estéticos dominantes (como os oriundos do ballet clássico ou da cultura midiática), mas que também abra espaço para manifestações culturais diversas, como danças de matriz afro-brasileira, indígena, urbana e popular, valorizando o pluralismo cultural e combatendo estereótipos.

Segundo Barreto (2010), é papel da escola criar oportunidades para que os alunos entrem em contato com diferentes expressões culturais e desenvolvam uma compreensão crítica e respeitosa da diversidade. Isso inclui permitir que os estudantes expressem sua identidade corporal, reconheçam as contribuições de diferentes povos e rompam com visões estigmatizadas de corpo, dança e movimento. Essa abordagem está alinhada à proposta da BNCC (2017), que destaca a valorização da diversidade e do respeito às diferenças como princípios orientadores do currículo.

Por fim, este trabalho busca mostrar que é possível abordar os conteúdos da Educação Física de forma inovadora, significativa e coerente com a realidade dos alunos, sem perder de vista os fundamentos pedagógicos e culturais da área. A dança, quando associada ao uso de exergames, revela-se uma prática potente para promover o movimento, o conhecimento do corpo, a vivência estética e o reconhecimento das múltiplas expressões culturais presentes na escola e fora dela.

Diante das razões expostas, torna-se necessário explicitar com clareza quais são os objetivos centrais desta proposta pedagógica, os quais apresento a seguir.

#### **4. OBJETIVO**

Buscar por diferentes estratégias que possam possibilitar o desenvolvimento das aulas de Educação Física, bem como o envolvimento dos estudantes.

Com o objetivo bem definido, é fundamental agora apresentar os fundamentos teóricos que sustentam esta proposta, bem como os autores que embasam o uso da tecnologia e da dança na Educação Física.

## 5. REFERENCIAL TEÓRICO

De acordo com BARACHO et al. (2012), o uso de jogos eletrônicos com interação corporal nas aulas de Educação Física ainda é algo recente, mas costuma despertar maior entusiasmo e engajamento por parte dos alunos. Apesar de ser uma proposta inovadora, diversos professores demonstram interesse em incorporar esse tipo de recurso às suas práticas pedagógicas, tanto para estimular a participação dos estudantes quanto para integrar elementos da cultura digital ao conteúdo escolar.

Segundo JUNIOR (2015), o jogo é uma ferramenta muito divertida, que faz parte da vida social de todos os seres humanos, de forma alegre, prazerosa e lúdica. Os jogos estão presentes em vários setores da sociedade (formal ou informal).

De acordo com RIBEIRO (2010), tudo o que faz com que desperte a curiosidade dos alunos pode ser considerada uma ferramenta essencial ao ambiente escolar, pois será fonte de recurso à educação. A curiosidade e o prazer contribuem para o desenvolvimento da aprendizagem, e que possivelmente limitam os modelos tradicionais de escola atual. Torna-se indispensável que o aluno tenha vontade em querer aprender.

Utilizar as tecnologias digitais nas aulas de educação física é algo interessante, porque as mesmas podem aproximar mais a Educação Física da realidade que os alunos vivem e irão contribuir no desenvolvimento das habilidades dos mesmos (PAVANELLI-ZUBLER e JESUS, 2016).

Apesar dos inúmeros benefícios, como a personalização do aprendizado, o aumento do engajamento dos alunos e a possibilidade de monitoramento mais preciso do progresso a implementação de algumas tecnologias nas aulas de Educação Física pode apresentar desafios. O custo dos dispositivos e a necessidade de espaço adequado para jogar são considerações importantes. Além disso, os professores precisam de formação adequada para utilizar qualquer tipo de tecnologia de forma eficaz e segura.

As tecnologias têm sido apontadas pelos estudiosos como sendo um diferencial a ser utilizado na educação. Quando se trata de aulas de educação física, várias são as opções a serem utilizadas pelos professores. De acordo com Brandt (2019), a utilização de recursos tecnológicos nas aulas de Educação Física é uma estratégia que tem se mostrado eficaz para unir a teoria com a prática,

proporcionando aos estudantes uma vivência mais completa e enriquecedora.

Os exergames têm se mostrado uma alternativa interessante para auxiliar os professores de Educação Física no desenvolvimento das aulas, especialmente por despertarem o interesse dos alunos e promover uma participação mais ativa. Eles possibilitam vivências lúdicas e significativas de conteúdos como esportes, lutas, danças e ginástica, de forma alinhada às diretrizes dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Além disso, representam uma solução viável para escolas que enfrentam limitações estruturais ou condições climáticas desfavoráveis, permitindo a continuidade das práticas corporais em ambientes fechados e com o suporte da tecnologia.

Embasada nas teorias apresentadas, a proposta pedagógica foi então planejada com foco na prática, considerando as possibilidades reais do ambiente escolar. No tópico seguinte, apresento o planejamento do plano de ação.

## 6. PLANEJAMENTO DO PLANO DE AÇÃO

Este plano de aula foi desenvolvido durante o segundo bimestre de 2024 com o objetivo de proporcionar aos alunos do 4º ano do Ensino Fundamental uma vivência educativa, divertida e interativa com a dança, utilizando recursos tecnológicos como o Xbox e o jogo “Just Dance”. A proposta busca unir movimento, cultura, expressão corporal e ludicidade ao processo de ensino-aprendizagem, promovendo o desenvolvimento motor, rítmico, criativo e social das crianças ao longo do bimestre letivo.

Com duração de 23 aulas de 50 minutos cada, o plano foi avaliado em um total de 25 pontos, distribuídos em atividades práticas, avaliações teóricas e participação nas dinâmicas. A cada etapa, os alunos foram incentivados a refletir sobre a dança como manifestação cultural e expressão pessoal, ao mesmo tempo em que exploram os benefícios da atividade física para a saúde e bem-estar.

Os estilos de dança trabalhados com os alunos foram definidos com base em três critérios principais: a acessibilidade para execução por crianças de 9 a 10 anos, a diversidade rítmica e cultural, e a representatividade dentro do universo musical conhecido pelos estudantes. A proposta inicial envolveu estilos como hip hop, samba, funk, quadrilha e pop, com abertura para que os próprios alunos sugerissem ritmos.

Reconhecendo a importância das danças de matriz afro-brasileira e indígena no contexto escolar, busquei incluir no plano de aula, ainda que de forma introdutória, vivências com a dança primitiva e a capoeira, com o objetivo de apresentar essas manifestações culturais aos alunos e despertar sua curiosidade. Essas experiências foram realizadas como momentos de experimentação e conhecimento, sem aprofundamento técnico, mas com foco no reconhecimento da diversidade corporal e cultural presente na dança. Além disso, durante as rodas de conversa, os alunos demonstraram interesse em conhecer outros estilos, como danças orientais, o que reforça a necessidade de ampliar ainda mais o repertório cultural das aulas em futuras intervenções, valorizando diferentes expressões artísticas e promovendo uma abordagem mais crítica, inclusiva e representativa da pluralidade existente na escola e na sociedade.

## 7. ETAPAS DO PLANO

Quadro etapas do plano de aula

<p><b>Aula 1</b></p>	<p><b>Introdução à Dança e aos Exergames</b></p>	<p>A aula inicial contextualiza o tema por meio de uma brincadeira lúdica de “viagem no tempo”, apresentada aos alunos diferentes estilos de dança, desde a pré-história até os dias atuais. É também o momento de introduzir o conceito de exergames e promover a integração da turma.</p>
<p><b>Aulas 2 a 4</b></p>	<p><b>Introdução à Dança e aos Exergames</b></p>	<p>São abordados fundamentos como ritmo, coordenação e movimentos corporais básicos. Os alunos iniciam o contato com o “Just Dance”, explorando danças simples como forma de adaptação e familiarização com o recurso tecnológico.</p>
<p><b>Aulas 5 a 7</b></p>	<p><b>Ritmo e Expressão Corporal</b></p>	<p>O foco passa a ser a percepção rítmica e a expressão através do corpo, com utilização de músicas variadas. Os alunos refletem sobre como a dança pode ser uma forma de expressar sentimentos e emoções.</p>
<p><b>Aulas 8 a 10</b></p>	<p><b>Explorando Estilos de Dança</b></p>	<p>Diferentes estilos de dança, como Hip Hop, Samba, Dança de Rua e Quadrilha, são apresentados tanto na teoria quanto na prática com os exergames. As crianças são incentivadas a identificar o estilo com o qual mais se identificam e justificar suas escolhas.</p>
<p><b>Aulas 11 a 13</b></p>	<p><b>Trabalho Teórico em Sala (Valor: 5,0 pontos)</b></p>	<p>Momento dedicado à pesquisa e aprofundamento teórico. Os alunos respondem a um questionário baseado em textos sobre dança, estilos, história e elementos corporais. A correção coletiva permite sanar dúvidas e reforçar conteúdos.</p>
<p><b>Aulas 14 a 16</b></p>	<p><b>Revisão e Preparação para Apresentação (Valor: 7,0 pontos)</b></p>	<p>Os alunos formam grupos e ensaiam coreografias para a apresentação final. Durante os ensaios, há revisões de conceitos e ajustes técnicos, visando melhorar a performance e aumentar a</p>

		confiança dos participantes.
<b>Aulas 17 e 18</b>	<b>Apresentação Final</b>	Os grupos apresentam suas danças utilizando o Xbox,
<b>Aula 19</b>	<b>Danças Brasileiras</b>	<b>Regionais</b>
<b>Aula 20 – Criando</b>	<b>Movimentos pontos)</b>	<b>(Valor: 3,0</b>
<b>Aulas 21 e 22</b>	<b>Avaliação Reflexão pontos)</b>	<b>Bimestral e (Valor: 8,0</b>
<b>Aula 23</b>	<b>Conclusão e Encerramento (Va</b> Para finalizar, uma aula livre de dança com músicas escolhidas pelos alunos promove um momento descontraído de celebração do aprendizado. Uma roda de conversa permite que cada um compartilhe sua experiência com a dança e os jogos, e o caderno é avaliado para verificação do conteúdo registrado.	Para finalizar, uma aula livre de dança com músicas escolhidas pelos alunos promove um momento descontraído de celebração do aprendizado. Uma roda de conversa permite que cada um compartilhe sua experiência com a dança e os jogos, e o caderno é avaliado para verificação do conteúdo registrado.

Fonte (criado pela autora, 2025)

### 7.1. Recursos Utilizados

Os recursos utilizados na aplicação do plano de ação incluem: Console Xbox com sensor Kinect; Jogo "Just Dance" ou similar; Tela interativa (TV); sala ampla e segura para as práticas; materiais de apoio teórico sobre os estilos de dança; Caixa de Som.

### 7.2. Critérios de Avaliação

Para avaliar o plano de ação foram observados os pontos mais relevantes como: Participação e engajamento nas aulas teóricas e práticas; Desenvolvimento de habilidades motoras e rítmicas; Coreografias e expressão corporal; Trabalho individual, prova parcial, trabalho em grupo, avaliação bimestral e o caderno.

Após a descrição das etapas do plano de ação e seus fundamentos pedagógicos, será feita uma análise mais detalhada do contexto de aplicação, com a caracterização da escola e dos participantes.

### **7.3. Identificação do Campo de Intervenção**

Escola Municipal José Ferreira Bastos

Etapa: Ensino Fundamental / Turma: 4º ano /Modalidade: Educação Física /Participantes: entre 20 a 25 alunos.

### **7.4. Temática do Plano de Ação**

A educação física escolar é de total importância no desenvolvimento dos alunos. A prática regular de exercícios físicos é fundamental para a saúde integral dos alunos. O professor que leciona a disciplina de educação física escolar, precisa se empenhar para que os alunos se interessem pelas aulas e possam participar de forma efetiva.

Para melhorar a relação dos alunos com as aulas de educação física, o professor pode se valer de estratégias que incentivem esses alunos a participar com interesse destas aulas. Uma estratégia que tem sido bastante defendida pelos estudiosos de nossa educação se refere ao uso das tecnologias como jogos digitais que despertam o gosto dos alunos.

Por isso, entendemos que as tecnologias digitais devem estar a serviço da concepção de ensino que se defende, no nosso caso, entendemos que elas devem contribuir para o “se movimentar”, conceito constituinte da abordagem crítico-emancipatória (KUNZ, 2016).

Para que estas tecnologias possam ter o retorno esperado nas aulas de educação física, é preciso que os professores saibam escolher qual jogo usar e entender sua importância no processo de ensino aprendizagem.

## 7.5. Diagnóstico do Contexto de Atuação

A escolha da temática da dança com o uso dos exergames surgiu a partir do desejo de inovar nas aulas de Educação Física e de aproximar os conteúdos escolares da realidade vivida pelos alunos dentro e fora da escola. Não se tratou de uma resposta a um suposto desinteresse nas aulas, mas sim de uma tentativa intencional de dialogar com o universo cultural e digital que muitas crianças conhecem e vivenciam.

Durante as rodas de conversa e as observações realizadas no início do plano de ação, percebi que alguns estudantes já tinham contato com jogos digitais de dança em seus lares, por meio de consoles como o Xbox, vídeos no YouTube ou aplicativos de celular. Para esses alunos, o uso dos exergames nas aulas trouxe uma identificação imediata, gerando entusiasmo e motivação. Por outro lado, também foi possível notar que uma parte da turma nunca havia tido contato com esse tipo de recurso, o que tornou a proposta ainda mais significativa, por possibilitar uma vivência nova, acessível e mediada pelo espaço escolar.

Ao trazer essa temática para as aulas, procurei garantir que todos os estudantes tivessem as mesmas oportunidades de experimentar algo que unisse movimento, música, ludicidade e tecnologia. A dança, nesse contexto, foi compreendida como uma linguagem expressiva e cultural, que promove o autoconhecimento, o respeito à diversidade e a valorização das manifestações artísticas presentes no cotidiano das crianças. Ao utilizar os exergames como ferramenta pedagógica, a proposta não apenas ampliou o repertório motor e cultural dos alunos, mas também fortaleceu a socialização e a autoestima dos participantes. A iniciativa teve como foco integrar diferentes formas de aprender e se expressar, respeitando as singularidades dos estudantes e promovendo um ambiente seguro e acolhedor para todos.

Essa escolha também encontra respaldo na Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2017), que reconhece a dança como uma das principais práticas corporais a serem desenvolvidas na Educação Física escolar, destacando seu valor estético, cultural e social. Além disso, a BNCC aponta a importância da cultura digital como parte do processo formativo dos estudantes e defende a valorização dos saberes que os alunos já trazem de seus contextos socioculturais.

O plano de ação foi realizado na Escola Municipal José Ferreira Bastos na

etapa dos anos Iniciais do ensino fundamental I. Os participantes foram os alunos e a professora. A Escola Municipal José Ferreira Bastos, integrante da rede municipal de ensino de Itabirito, está localizada à rua Coronel Afonso de Moura Castro, 225, bairro Bela Vista. Atende alunos do Ensino Fundamental do 1º ao 9º ano. Toda a equipe de liderança cursou o ensino superior e 53 professores possuem licenciatura ou curso de Pedagogia. A escola tem dois Projetos especiais que são: o Projeto de Literatura e o de Empreendedorismo. Os trabalhos realizados durante os projetos são apresentados à comunidade escolar em Feiras e a instituição desenvolve ainda o Projeto da Fanfarra há 10 anos. A escola tem 21 salas de aula, uma quadra aberta, biblioteca, sala multimídia comportando até 47 pessoas, laboratórios de informática e ciências, cozinha, refeitório, salas de reforço, camarim. A secretaria da escola está totalmente informatizada. Total de alunos 1020.

#### **7.6. Caracterização do Contexto e dos Participantes**

O presente Plano de Ação será implementado no contexto da disciplina de Educação Física, no Ensino Fundamental I, especificamente com alunos do 4º ano. A proposta tem como foco o ensino da dança utilizando exergames, como o jogo "Just Dance" no Xbox, para proporcionar uma experiência interativa e lúdica aos estudantes.

Os participantes foram aproximadamente 20 a 25 alunos, com idades entre 9 e 10 anos. Esses estudantes possuem diferentes habilidades motoras e experiências prévias com a dança e o uso de tecnologias em contexto educacional. A turma apresenta um perfil diversificado, com alunos que possuem facilidade para atividades rítmicas e outros que demonstram dificuldades na expressão corporal e coordenação motora. Dessa forma, o plano de aula busca atender a todos, promovendo inclusão e estimulando o desenvolvimento motor e cognitivo dos estudantes.

#### **7.7. Estratégia de Diagnóstico**

Para compreender melhor o contexto da turma e identificar possíveis desafios e potencialidades, realizei um diagnóstico inicial por meio de duas estratégias principais: a observação direta das aulas e a realização de uma roda de conversa

com os alunos. Ambas as ações foram fundamentais para mapear o nível de engajamento da turma, as interações sociais entre os colegas, bem como suas percepções sobre a dança e o uso de tecnologias digitais em sala.

Durante as primeiras aulas, dediquei atenção especial às dinâmicas de grupo, observando como os alunos se relacionavam entre si durante as atividades físicas, quais apresentavam maior iniciativa e quais se mostravam mais retraídos. Também levei em conta aspectos como o domínio dos movimentos corporais, o senso de ritmo e coordenação, além do interesse demonstrado pelas práticas corporais propostas. Notei que, em atividades mais tradicionais, como circuitos motores e jogos coletivos convencionais, o engajamento era irregular: alguns alunos participavam ativamente, enquanto outros demonstravam certo desinteresse ou dificuldade em acompanhar os colegas.

A roda de conversa foi conduzida em um momento mais descontraído, no final de uma das aulas, com os alunos sentados em semicírculo. Iniciei a conversa a partir de uma pergunta simples, mas estratégica: “Quem aqui já dançou em casa com algum jogo, aplicativo ou vídeo de dança?” Essa pergunta abriu espaço para que os alunos compartilhassem suas experiências pessoais com a dança e a tecnologia, e rapidamente surgiram relatos sobre o uso de jogos como Just Dance, vídeos do YouTube, e brincadeiras em festas com coreografias famosas.

Muitos relataram que se divertem dançando em casa, especialmente quando estão com amigos ou familiares. Um aluno comentou que “é mais legal dançar com videogame porque parece que a gente está num jogo de verdade”, enquanto uma aluna disse que “na escola é mais difícil dançar porque dá vergonha”. Esses relatos chamaram minha atenção para o fato de que, embora a dança esteja presente na vida cotidiana das crianças, ela nem sempre é percebida como uma atividade confortável ou acessível dentro do ambiente escolar.

Essas falas ajudaram a evidenciar algumas questões centrais para o planejamento das aulas seguintes. Identifiquei um baixo engajamento em aulas de Educação Física da forma que são aplicadas no momento, especialmente aquelas que não envolvem música, ritmo ou elementos mais lúdicos. Também ficou evidente a necessidade de criar um ambiente mais acolhedor e seguro emocionalmente, no qual os alunos sintam-se à vontade para se expressarem corporalmente sem medo do julgamento dos colegas. Outro ponto observado foi o entusiasmo com a tecnologia e como ela poderia ser uma aliada para aumentar a motivação dos

estudantes.

Com base nesse diagnóstico, o plano de ação foi elaborado com o intuito de enfrentar esses desafios de maneira propositiva, oferecendo aulas mais dinâmicas, interativas e próximas do universo cultural e digital dos alunos. A proposta é fazer com que a tecnologia, muitas vezes vista como distração, torne-se uma ponte para o aprendizado significativo, despertando o interesse, promovendo a expressão corporal e ampliando o repertório cultural dos estudantes.

Com o contexto bem delineado e as estratégias previamente estabelecidas, passo agora a relatar o desenvolvimento das aulas, os resultados observados e as reflexões construídas ao longo da aplicação do plano de ação.

## **8. APÓS O PLANO DE AÇÃO DESENVOLVIDO, REGISTRANDO O DESENVOLVIMENTO E REFLETINDO SOBRE ELE.**

O plano de ação foi desenvolvido durante a segunda etapa do ano de 2024. O desenvolvimento das aulas ocorreu de maneira bastante fluida e envolvente, conforme o planejado, proporcionando aos alunos momentos de interação, aprendizado e descoberta. A proposta foi estruturada para equilibrar teoria, prática e o uso de tecnologia, criando uma experiência dinâmica que dialogasse com o universo dos estudantes.

Iniciamos com uma abordagem teórica, em que apresentei a história da dança, desde suas origens em rituais antigos até sua transformação em diferentes manifestações culturais ao longo do tempo. Essa introdução gerou curiosidade imediata. Alguns alunos fizeram perguntas que revelaram grande interesse, como: “Será que naquela época eles dançavam com instrumentos como a gente usa hoje?” Ou “Tinha dança em todos os países?”. As falas demonstraram o quanto estavam atentos e interessados em entender a dança como algo vivo, presente em várias culturas e épocas.

Na sequência, realizamos uma aula prática que chamei de “viagem no tempo”. A proposta era que os alunos pudessem vivenciar, por meio do movimento, diferentes estilos de dança que marcaram momentos históricos, como danças tribais, clássicas, populares e urbanas. À medida que a música mudava, mudava também a postura corporal, o ritmo e a intenção do movimento. Foi uma aula leve, divertida e cheia de descobertas. Uma aluna comentou sorrindo: “Essa parte da dança antiga parece aquelas novelas de época!”, enquanto outro disse: “Gostei mais do funk, parece o que a gente vê nos vídeos do TikTok”. Esses comentários mostraram que a atividade estava se conectando com referências que faziam parte do repertório dos próprios alunos.

Dando continuidade ao processo, cada grupo sorteou um estilo de dança para pesquisar. A atividade foi recebida com entusiasmo. Muitos alunos trouxeram informações além do solicitado, enriquecendo a troca em sala. Um grupo que pesquisou sobre o samba contou: “A gente descobriu que ele começou nos terreiros e depois virou coisa de escola de samba. É muito mais antigo do que a gente pensava!”. A pesquisa ampliou o entendimento e reforçou o protagonismo dos estudantes na construção do próprio conhecimento.

Após esse período de estudo e prática, realizamos uma avaliação prática em que os alunos apresentaram pequenos trechos coreografados inspirados no estilo que haviam pesquisado. A avaliação considerou ritmo, coordenação, criatividade e envolvimento com o grupo. Foi um momento de muita expressão e, para alguns, superação. Alunos mais tímidos se permitiram aparecer, e houve uma atmosfera de respeito e apoio coletivo. Um dos alunos, que no início do projeto demonstrava resistência em participar das aulas de dança, surpreendeu ao final: “Eu achava que ia ser chato dançar, mas agora acho até legal. A gente se mexe e nem vê o tempo passar”.

**Figura 1 - Prova Prática**

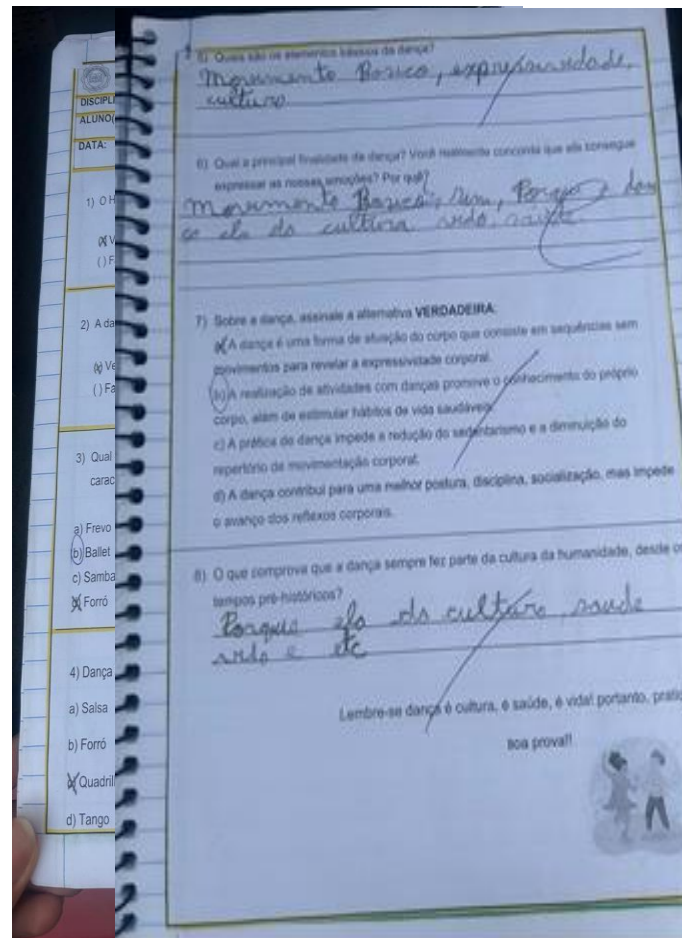
ESCOLA MUNICIPAL JOSÉ FERREIRA BASTOS AVALIAÇÃO PARCIAL - 2º BIMESTRE - 4º ANO		
DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA	PROFESSOR(A): KELLEN	Examine esta Avaliação e assinale o desempenho do (a) meu (minha) filho (a). / / 2024
ALUNO(A): Guilherme	VALOR: 7,0 pontos	NOTA: 4,0
DISCIPLINA: DANÇA AVALIAÇÃO PRÁTICA		
O QUE ESTÁ SENDO AVALIADO:	VALOR:	NOTA:
ATENÇÃO	1,0 PONTO	1
POSTURA	1,0 PONTO	1
MOVIMENTO CORPORAL	1,0 PONTO	1
MOVIMENTOS RITMADOS	1,0 PONTO	0
COORDENAÇÃO MOTORA	1,0 PONTO	0
PARTICIPAÇÃO	1,0 PONTO	1
FLEXIBILIDADE	1,0 PONTO	0
TOTAL:		4,0

ESCOLA MUNICIPAL JOSÉ FERREIRA BASTOS AVALIAÇÃO PARCIAL - 2º BIMESTRE - 4º ANO		
DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA	PROFESSOR(A): KELLEN	Examine esta Avaliação e assinale o desempenho do (a) meu (minha) filho (a). / / 2024
ALUNO(A): Vasconcelos dos Santos	VALOR: 7,0 pontos	NOTA: 7,0
DATA: 15/05	Assinatura do responsável	
DISCIPLINA: DANÇA AVALIAÇÃO PRÁTICA		
O QUE ESTÁ SENDO AVALIADO:	VALOR:	NOTA:
ATENÇÃO	1,0 PONTO	1
POSTURA	1,0 PONTO	1
MOVIMENTO CORPORAL	1,0 PONTO	1
MOVIMENTOS RITMADOS	1,0 PONTO	1
COORDENAÇÃO MOTORA	1,0 PONTO	1
PARTICIPAÇÃO	1,0 PONTO	1
FLEXIBILIDADE	1,0 PONTO	1
TOTAL:		7,0

**Fonte:** Acervo pessoal da professora

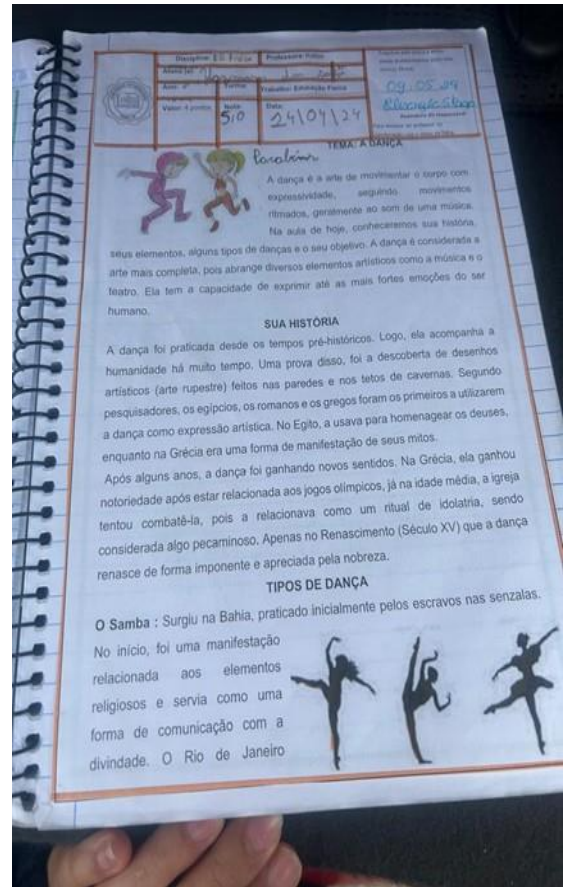
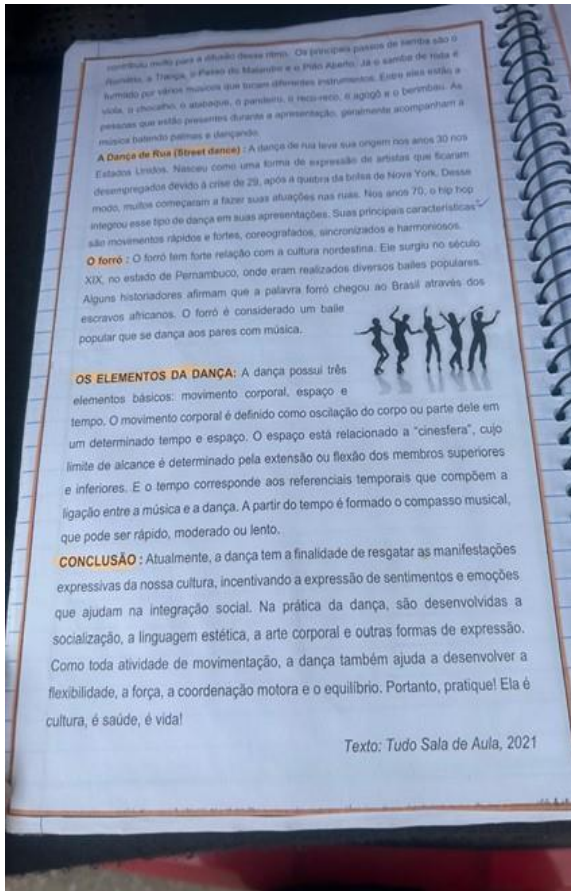
A prova teórica foi aplicada para consolidar os conteúdos aprendidos. Ela foi pensada com questões contextualizadas, ligadas às experiências vividas em sala. A maioria dos alunos conseguiu expressar com clareza o que aprendeu, utilizando exemplos reais das aulas, o que reforçou a eficácia da abordagem adotada.

Figura 2 - Avaliação Bimestral



Fonte: Acervo pessoal da professora

Figura 3 - Trabalho Avaliativo



Fonte: Acervo pessoal da professora

Figura 4 - Trabalho avaliativo

**ATIVIDADE SOBRE O QUE VOCÊ APRENDEU**

1. Segundo o texto, a dança está relacionada principalmente com

a) o sedentarismo humano.  
 b) a monotonia corporal.  
 c) a mobilidade do corpo.  
 d) a liberdade de expressão.

2. Assinale a alternativa **FALSA**:

a) A expressividade é um componente da prática de dança.  
 b) A dança é considerada a arte mais completa da humanidade.  
 c) Há danças que não exigem o movimento corporal, como o samba.  
 d) A música pode se relacionar diretamente com a dança.

3. Segundo o texto, o que comprova que a dança sempre fez parte da cultura da humanidade, desde os tempos pré-históricos? Arte rupestre

4. Quais os povos que primeiro utilizaram a dança em suas culturas?  
Os egípcios, os samaritanos e os gregos

5. Sobre a dança, assinale a alternativa **VERDADEIRA**:

a) A dança é uma forma de atuação do corpo que consiste em sequências sem movimentos para revelar a expressividade corporal.  
 b) A realização de atividades com danças promove o conhecimento do próprio corpo, além de estimular hábitos de vida saudáveis.  
 c) A prática de dança impede a redução do sedentarismo e a diminuição do repertório de movimentação corporal.  
 d) A dança contribui para uma melhor postura, disciplina, socialização, mas impede o avanço dos reflexos corporais.

6. Associe os termos abaixo às suas respectivas características:

(A) Idolatria. ✓  
 (B) Renascimento. ✓  
 (C) Senzalas. ✓  
 (D) Romário. ✓  
 (E) Cinesfera. ✓  
 (F) Pernambuco. ✓

Fonte: Acervo pessoal da professora

O trabalho foi avaliado em 5 pontos. Ao longo do projeto, entre uma etapa e outra, integrei o uso do Xbox com o jogo Just Dance como estratégia lúdica para trabalhar ritmo e coordenação. A tecnologia foi recebida com entusiasmo. As aulas em que o console foi utilizado tornaram-se momentos muito esperados pela turma. O envolvimento aumentou visivelmente, e a participação se tornou mais espontânea. Uma aluna comentou: “Parece que a gente tá brincando, mas no final a gente aprendeu um monte de passos novos”. O jogo não apenas reforçou os movimentos estudados como também favoreceu a socialização e o trabalho em equipe.

**Figura 5 - Jogo de Dança**

**Fonte:** Acervo pessoal da professora

Finalizamos com uma roda de conversa para refletir sobre todo o percurso vivido. Cada aluno teve a oportunidade de compartilhar sua opinião. Muitos disseram que gostariam de continuar com aulas parecidas, com mais estilos de dança e talvez até apresentações para outras turmas. Uma das sugestões mais citadas foi trazer danças de outros países e culturas. Um aluno disse: “Podia ter dança do Japão, da Índia, ia ser legal aprender coisa nova”.

**Figura 6** - Roda de Conversa

**Fonte:** Acervo pessoal da professora

Essa escuta ao final da sequência foi essencial para perceber o quanto a dança pode ser uma ponte entre o conhecimento, a cultura e o prazer em aprender. Sempre gostei de trabalhar a dança na escola. No início, as crianças ficam um pouco envergonhadas, mas logo vão se soltando. E esse é justamente o objetivo: que elas consigam se soltar cada vez mais e sejam mais comunicativas com os colegas.

Sempre busquei trazer coisas diferentes para os meus alunos. Como a escola não possuía nenhum tipo de console, eu mesmo levei meu Xbox para a sala de aula, a fim de trabalhar a disciplina de dança. Foi uma experiência muito tranquila. Como já trabalhava com essas turmas há três anos, as aulas fluíam naturalmente.

Eles ficaram super animados! Terminavam uma dança e já queriam começar outra. Apenas um aluno, no início, se mostrou um pouco resistente. No entanto, percebi que essa resistência estava relacionada a questões familiares e não exatamente à aula em si. Com o tempo, ao ver todos participando, esse aluno também pediu para participar.

O mais interessante foi que todos compreenderam que aquele momento fazia parte da aula. Tanto que a avaliação prática foi realizada utilizando o console, com critérios bem definidos para a avaliação. Antes da prova, o momento com o Xbox funcionava como treino. Ao final de cada apresentação, todos batiam palmas para

os colegas, valorizando e incentivando cada participante.

A análise da prática pedagógica não apenas cumpriu seu objetivo pedagógico, como também deixou marcas positivas na relação dos alunos com o próprio corpo, com a turma e com o ato de aprender.

A experiência vivida com os alunos durante o desenvolvimento do projeto foi rica e transformadora. Na seção final deste trabalho, apresento minhas considerações a respeito de todo o processo, destacando os aprendizados pessoais e profissionais obtidos.

## 9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao concluir este trabalho, não posso deixar de refletir sobre a grande jornada que percorri até aqui — uma jornada que foi muito além do campo acadêmico e que atravessou minha história de vida, minhas relações familiares, meus desafios pessoais e minhas aspirações profissionais. Ao desenvolver o plano de ação “Dançando com o 4º ano”, utilizando o exergame como recurso pedagógico nas aulas de Educação Física, pude não apenas aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo do curso de pós-graduação, mas também reafirmar minha paixão pela educação e pela transformação que ela pode gerar na vida das crianças.

Meu objetivo com esse trabalho era claro: repensar as aulas de Educação Física a partir de uma abordagem mais inovadora, lúdica e significativa para os alunos. Queria mostrar que, mesmo com limitações estruturais, é possível reinventar o espaço escolar com criatividade e compromisso. E acredito que consegui. As aulas, de certa forma, se tornaram mais atrativas, os alunos passaram a demonstrar maior interesse e engajamento, inclusive aqueles que antes se mostravam tímidos ou resistentes às atividades corporais. Ver essa mudança acontecer diante dos meus olhos foi uma das maiores recompensas dessa caminhada.

Este projeto também me proporcionou a oportunidade de problematizar uma questão que me atravessa cotidianamente: o desafio de conciliar as exigências da vida acadêmica com as demandas familiares. Como mãe, professora e estudante, enfrentei dias exaustivos, noites mal dormidas e momentos em que pensei em desistir. A sobrecarga emocional e física foi real. Mas, ao mesmo tempo, esse processo me fortaleceu.

Descobri em mim uma força que eu desconhecia, e percebi que, apesar das dificuldades, posso (e devo) continuar buscando meu crescimento pessoal e profissional sem abrir mão dos afetos e da minha presença na vida do meu filho.

No âmbito acadêmico, esta pós-graduação representou muito mais do que um título. Ela foi um divisor de águas na minha trajetória docente. Ampliou minha visão pedagógica, me apresentou autores e referenciais teóricos fundamentais, e, acima de tudo, me fez enxergar o potencial da tecnologia como aliada na construção de uma Educação Física mais inclusiva, dinâmica e atual. Aprendi que a escola não pode ser um espaço de repetição, mas sim de criação, de escuta e de acolhimento da diversidade dos corpos e das experiências dos alunos.

Profissionalmente, esse curso me proporcionou novos conhecimentos, mais segurança para inovar nas práticas pedagógicas e fundamentar minhas decisões com base na teoria. Isso refletiu diretamente na minha atuação docente, na forma como planejo, avalio e interajo com meus estudantes. Sinto que cresci, que me tornei uma educadora mais sensível às necessidades da turma e mais consciente do meu papel social.

Essa pós-graduação representou, para mim, um sonho realizado. Quando olho para trás e vejo a trajetória da menina que sonhava em ser professora e que precisou vencer tantas barreiras para chegar até aqui, sinto um orgulho imenso. Essa conquista não é apenas minha; ela também é dos meus pais, que sempre acreditaram em mim, do meu marido, que me apoiou incondicionalmente, e do meu filho, que é a minha maior motivação.

Reflito que a dança, os jogos, os movimentos e as trocas vivenciadas ao longo deste projeto foram mais do que estratégias didáticas — foram caminhos de expressão, pertencimento e transformação. Considero que aprimorar a prática pedagógica é um compromisso contínuo, e essa experiência me ensinou que inovar na educação exige coragem, escuta e sensibilidade.

Levo comigo a certeza de que cada passo dado neste percurso foi necessário para me tornar a profissional e a mulher que sou hoje. E sigo confiante de que ainda há muito a aprender, ensinar e dançar ao lado das crianças que me inspiram diariamente.

## 10. REFERÊNCIAS

- BAUMGART DC, Sandborn WJ. **Crohn's disease**. Lancet. 2012.
- BARACHO, A. F. O.; GRIPP, F. J.; LIMA, M. **Os exergames e a educação física escolar na cultura digital**. Revista Brasileira, Ciência e Esporte, Florianópolis, v. 34, n. 1, p. 111-126, jan./mar. 2012.
- BETTI, M.; ZULIANI, L. R. **Tecnologias digitais e Educação Física: desafios e possibilidades**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 28, n. 1, p. 171187, 2014.
- BRANDT, Léocla Vanessa. **Relato de Experiência sobre o uso da tecnologia nas aulas de Educação Física de uma pública de Santa Maria/RS**. Revista compartilhando saberes. Nº 1, p. 01 a 08. 2019.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 1997.
- FERREIRA, J. P.; ALMEIDA, M. A.; COSTA, L. S. **Uso de tecnologias na Educação Física Escolar: uma revisão sistemática**. Revista Movimento, v. 26, n. 4, p. e26034, 2020.
- GONÇALVES, R. P.; SILVA, M. A. **Exergames e Educação Física: Uma nova abordagem para o ensino do movimento**. Revista Brasileira de Educação Física, v. 27, n. 3, p. 45-58, 2022.
- KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 8. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2016
- JUNIOR, C. M. L. **Pedagogia dos jogos eletrônicos: proposta metodológica para o ensino na educação física escolar**. 2015. Dissertação (Pós-Graduação em Ensino Formação Docente Interdisciplinar) – Universidade Estadual do Paraná – Campus de Paranavaí, 2015.
- PAVANELLI-ZUBLER, É. P.; JESUS, D. M. **As TDIC e seus usos no espaço das escolas públicas: o que dizem os professores?** *Calidoscópico*, v. 14, n. 3, p. 448457, 2016.
- RIBEIRO, M. **A escola, o videogame e o prazer**. In: VI SEMINÁRIO DE JOGOS ELETRÔNICOS, EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO: CONSTRUINDO NOVAS
- TRILHAS, 2010. Universidade do Estado da Bahia: [s.n.], p. 1-9, 2010.
- SILVA, R.; ANDRADE, L. **Tecnologia e Educação Física: O Impacto dos Aplicativos no Desenvolvimento Motor de Crianças**. *Revista Brasileira de Educação Física Escolar*, 2020.

SILVA, R. P.; SOUZA, C. A. **Recursos tecnológicos e suas contribuições para a Educação Física na escola.** Cadernos de Educação, v. 61, p. 90-105, 2018.

VALENTE, José Armando. **Tecnologia digital na educação: conceitos e possibilidades.** Campinas: Unicamp, 2010.