

**#ESCOLASEMMUROS  
EM CASA TAMBÉM SE APRENDE**

# *Educação Física*

## *4ºAno*

*(HCEFo4EFo9T) Identificar as diferentes habilidades motoras básicas envolvidas nas danças.*

*A dança é uma manifestação artística que caracteriza-se pelo uso do corpo para realizar movimentos ritmados, geralmente com o auxílio de sons ou de músicas. Essa é uma atividade que pode ser praticada por crianças, jovens, adultos e idosos, de forma individual ou coletiva.*



*Habilidades motoras  
são potencialidades  
desenvolvidas com a  
prática.*

*As danças em geral  
desenvolvem várias  
habilidades motoras!*



## *Coordenação Global*

*Realizar vários movimentos ao mesmo tempo, como por exemplo:  
Movimentos de braços e pernas*

## *Esquema corporal*

*Através desta habilidade motora, percebemos nosso corpo, suas partes  
e como funcionam.*



*Estruturação espacial*

*Realizar movimentos com relação aos objetos e às pessoas que estão à sua volta, como por exemplo dançar com um par e não pisar no pé dele.*

*Orientação temporal*

*Realizar movimentos dentro de um ritmo.*

*Lateralidade*

*Conhecer e dominar os lados do corpo, direita e esquerda.*



## *Danças Africanas*



*Grande parte das danças africanas são caracterizadas por terem um aspecto ritualístico. Ou seja, elas são reservadas para as ocasiões especiais, como por exemplo nascimentos, casamentos, morte, colheitas, guerras, agradecimentos ou rituais de passagem.*

*Entre as principais características gerais que podemos ressaltar, está a formação em fileira, círculo ou semicírculo, a participação de toda a comunidade e o acompanhamento de instrumentos de percussão.*

# *Jongo*



## **Jongo**

*É uma dança brasileira de origem africana, desenvolvida principalmente na zona rural. Teve grande influência na criação do samba, o ritmo que é a cara do Brasil. Também faz parte das chamadas danças de umbigada.*

*As músicas e a dança características do jongo são animadas. Contudo, era usada pelos escravos para que os senhores não conseguissem entender o que eles falavam, possibilitando que eles cantassem sobre seus sofrimentos e tristezas.*



## *Samba de Roda*

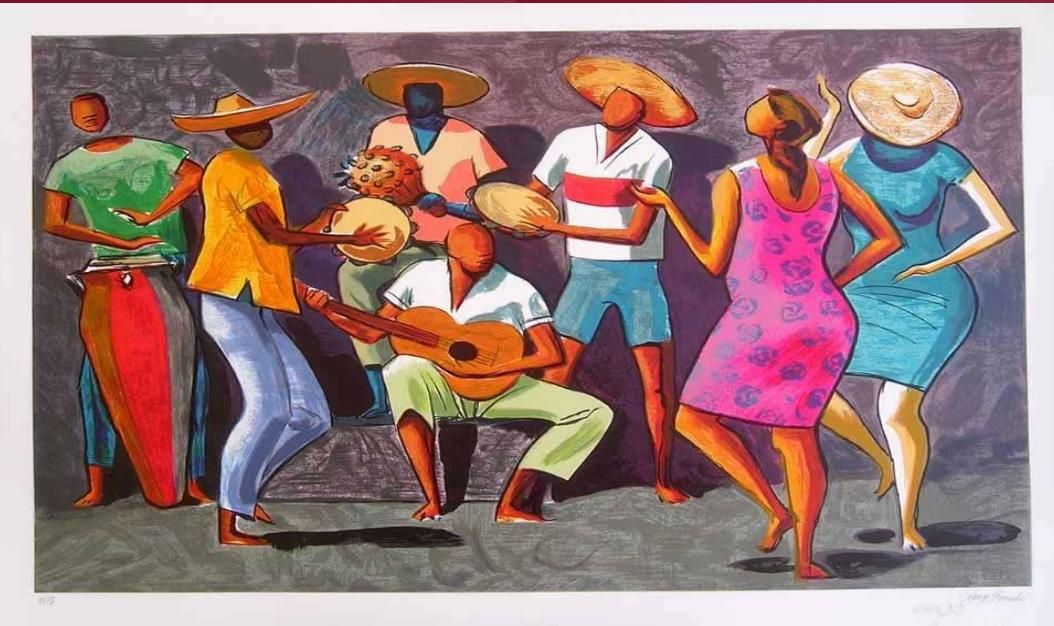


## *Samba de roda*

*Um dos ritmos e danças que mais representam o Brasil no exterior, o samba também é um gênero de tradição afro-brasileira. Seus principais instrumentos são chocalho, pandeiro, berimbau, atabaque e viola.*



*Vamos experimentar?  
Chame sua família! Escolham uma música!*

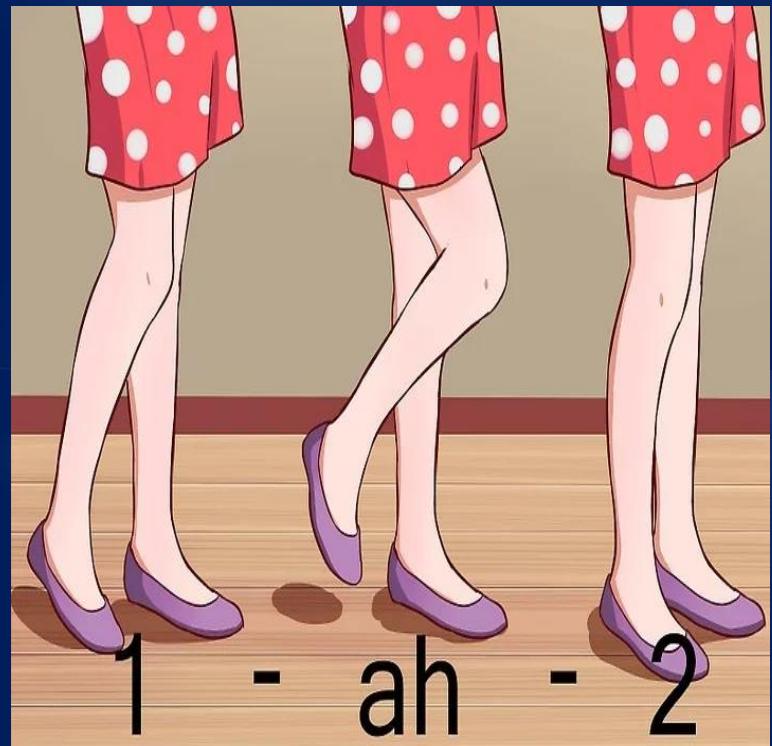


*Sinta o ritmo.*

*O samba tem um ritmo bastante peculiar.*

*Conte os passos da seguinte forma: 1-ah-2, 2-ah-2, ou 3-ah-4. Deve-se dar três passos em duas batidas.*

*O segundo passo, o ah, deve ser rápido. Apenas uma parte de seu peso será colocado sobre ele.*



*Use a batida do samba. Ao andar para frente e para trás, levante os pés como se estivesse caminhando sobre um objeto, como um tronco. Mantenha a parte superior do corpo relativamente ereta e os joelhos flexíveis. No passo da contagem 1, ande com o joelho flexionado, como se estivesse caminhando sobre algo. Quando as pernas voltarem a se unir, mantenha-os flexíveis e ligeiramente dobrados ao transferir o peso do corpo.*

*O movimento é fluído. É como um leve movimento para cima, enquanto se caminha para frente e para trás. O corpo deve saltitar ligeiramente durante a execução dos passos.*



*Se possível registre e seu  
filho (a) e toda a família  
experimentando um  
samba!*





***BONS ESTUDOS!***

PREFEITURA MUNICIPAL DE TAUBATÉ  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
EPP – Equipe de Práticas Pedagógicas e Professores da Rede Municipal de Ensino  
[eppdeed@gmail.com](mailto:eppdeed@gmail.com)