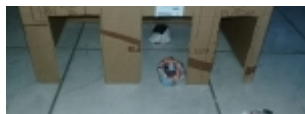


MATERIAIS DISPONÍVEIS EM CASA AJUDAM A MANTER ATIVIDADE FÍSICA



Já imaginou uma sacola plástica sendo transformada em peteca, uma meia em uma bola ou um rodo em um taco de golfe? Nas aulas de educação física ministradas pela professora Milena Aparecida dos Santos, da Escola Estadual Antônio Novais, em Ribeirão Vermelho, no Sul de Minas, uma das alternativas encontradas para manter a atividade física na rotina dos alunos que estão em Regime de Estudo não Presencial, foi justamente essa: estimular os estudantes a usarem materiais disponíveis no próprio lar para fazer as atividades da disciplina.

“Nas minhas aulas, sempre falo sobre o esporte e, depois, posto um vídeo para que eles possam realizar a prática. Quero que os alunos usem os materiais que têm em casa. Utilizamos balde, rodo, garrafa plástica, potes e sacolas. Além disso, busco elaborar atividades que os alunos possam desenvolver com suas famílias”, conta Milena.

As aulas com as atividades práticas são gravadas em vídeos curtos que, segundo a professora, podem ser enviados pelo telefone, mas que também ficam disponíveis no Youtube. Os alunos que não têm acesso à internet também participam. Para eles, a professora montou instruções para a realização das atividades, que foram impressas e entregues, em suas residências, junto com o Plano de Estudo Tutorado (PET).

Criatividade

Nas aulas, os alunos tiveram a oportunidade de criar, por exemplo, um jogo utilizando uma folha, caixa de sapato, tesoura e cola. Uma peteca usando papel, pano ou sacola, além de um jogo de pescaria feito com materiais reciclados.

Após fazerem as atividades, os alunos enviam depoimentos contando como foi a realização. *“São aulas que dão espaço para a criatividade dos estudantes. Eu sempre passo para eles o que é necessário para executar a tarefa, mas se eles quiserem utilizar outro material, para chegar ao mesmo resultado, está tudo certo”,* destaca a professora.

Segundo Milena, vencer os desafios impostos neste novo cenário de atividades remotas está sendo uma grande experiência. *“Toda semana é necessário reinventar. É muito gratificante o retorno que estou tendo dos estudantes. Recebo vídeos e neles têm pais, mães e irmãos fazendo as atividades juntos”,* conta.

Estimular os alunos a utilizarem materiais diferenciados, comuns no dia a dia, para ensinar sobre técnica e tática, por exemplo, trouxe para a professora de Educação Física vivências que serão utilizadas, também, no retorno das atividades presenciais. *“Quando tudo voltar ao normal, pretendo continuar utilizando nas minhas aulas”,* conclui a professora dos anos finais do ensino fundamental e do ensino médio.

<https://www.jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/1456/materiais-disponiveis-em-casa-ajudam-a-manter-atividade-fisica> em 29/06/2026
08:30