



PRÁTICAS CORPORAIS DE AVEN AVENTURA AVENTURA AVENTURA

ORGANIZAÇÃO:

Gabrielle Souza Santos
José Giovanni Santos Andrade
Leonardo Rabelo da Silva

PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

Produto elaborado na Unidade Curricular – Treinamento Esportivo e Prescrição de Exercícios Físicos do Centro Universitário AGES como pré-requisito para obtenção da nota parcial da avaliação A3 sobre a orientação dos docentes Davi Soares Santos Ribeiro e Maique dos Santos Bezerra Batista.

P912p

Práticas corporais de aventura / Organizador, Gabrielle Souza Santos, José Giovanni Santos Andrade, Leonardo Rabelo da Silva. – Paripiranga: UniAGES, 2021.

15 p.: il.

DOI:10.29327/537798

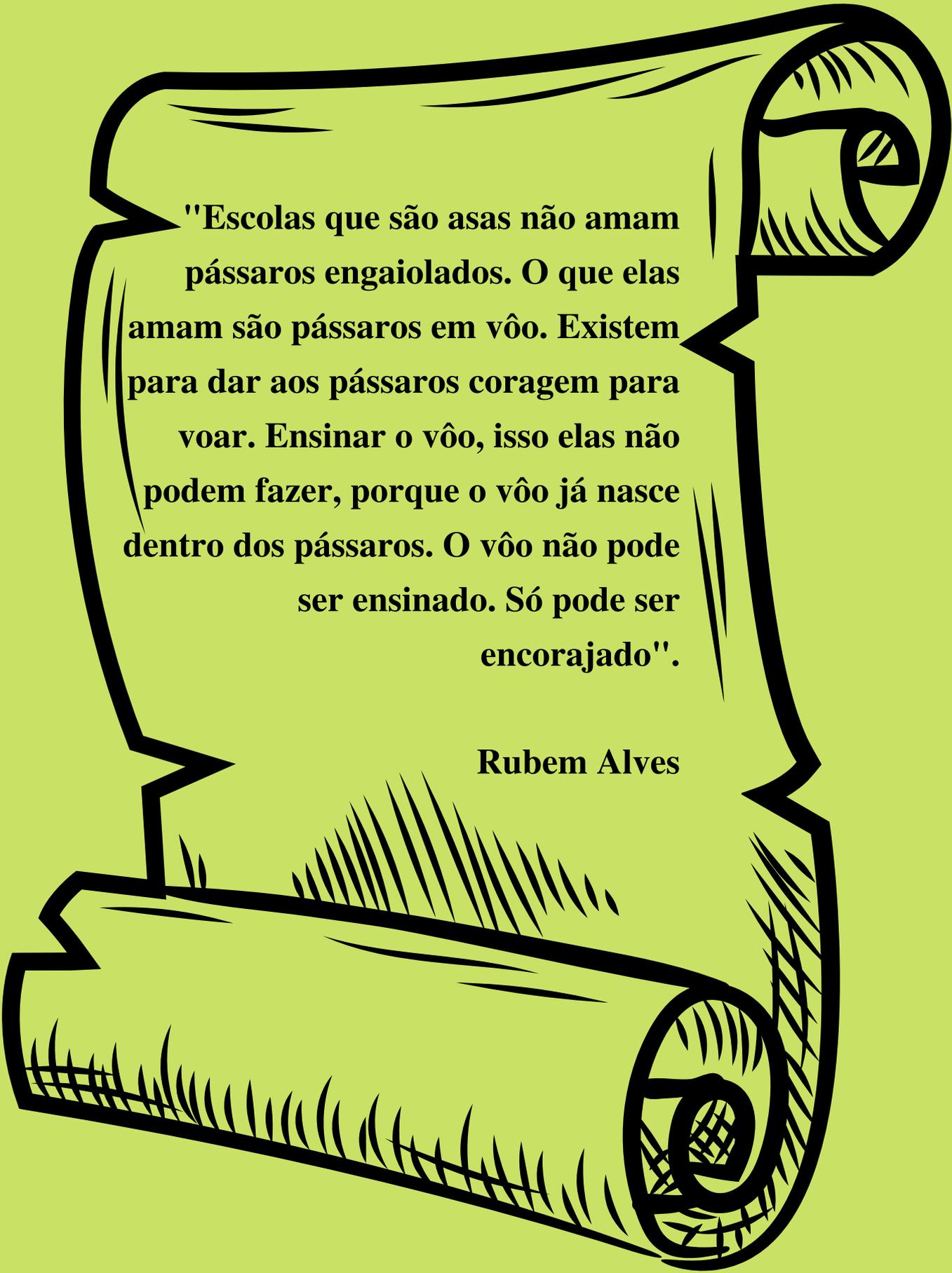
1. Esportes. 2. Esportes de aventura. I. Santos, Gabrielle Souza. II. Andrade, José Giovanni Santos. III. Silva, Leonardo Rabelo da. IV. Título.

CDU 796

Ficha Catalográfica elaborada pela Bibliotecária Nadja Lima CRB 5/1460

COMO REFERENCIAR O MATERIAL:

SANTOS, Gabrielle Souza.; ANDRADE, José Giovanni Santos.; SILVA, Leonardo Rabelo da.; BATISTA, Maique dos Santos Bezerra.; RIBEIRO, Davi Soares Santos. Práticas Corporais de Aventura. **Even3 Publicações** - Paripiranga-BA, UniAGES, 2021. DOI: 10.29327/537798



"Escolas que são asas não amam pássaros engaiolados. O que elas amam são pássaros em vôo. Existem para dar aos pássaros coragem para voar. Ensinar o vôo, isso elas não podem fazer, porque o vôo já nasce dentro dos pássaros. O vôo não pode ser ensinado. Só pode ser encorajado".

Rubem Alves

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO -----	05
ATIVIDADES:	
Trekking -----	06
Arvorismo -----	07
Slackline -----	08
Ciclismo -----	09
Escalada -----	11
Rapel -----	12
CONSIDERAÇÕES FINAIS -----	13
REFERÊNCIAS -----	14
ENDEREÇO DAS IMAGENS -----	14

APRESENTAÇÃO

As práticas corporais de aventuras sejam elas na natureza ou no meio urbano, são para muitos teóricos um elemento extremamente relevante, porém segundo Tahara e Darido (2016) a maioria dos profissionais de Educação Física preferem escolher aquelas práticas que são dominadas por eles, ou seja, na grande maioria das vezes os esportes coletivos. Logo, as práticas corporais de aventuras ficam de fora pela aparência de maior dificuldade. No entanto, os autores ainda ressaltam que esta última prática citada é de extrema positividade, visto que ela trabalha diversas capacidades e habilidades motoras essenciais para o indivíduo, arrisca-se aqui a expor está como uma das atividades mais completas, além de que, com ela elementos transversais podem ser trabalhados como é o caso dos temas voltados a natureza.

O objetivo dessa cartilha é mostrar como as práticas corporais de aventura alternativas (Slackline; Skate; Ciclismo; Escalada; Rapel; Trekking; e Arvorismo) podem contribuir com a aprendizagem das crianças quando mediado pelo professor de Educação Física facilitando sua inserção no âmbito escolar. Nesse tocante, a realidade precisa ser ratificada, realmente como visto em pesquisas é preciso ter atenção a questões principalmente como segurança, bem como contextos de materiais que poucos são oferecidos pelas escolas, mas isso para Silva Junior (2020) e Brasil (2017) não deve ser motivo de desculpa, pois estas práticas são classificadas por fornecerem o controle de riscos mesmo que em contextos imprevisíveis, pois riscos na visão do primeiro citado corresponde a um contexto passível intervir para evitar tragédias, enquanto perigo, esse sim é incontrolável pois é inerente as forças da natureza.

No que se refere ao trabalho com as práticas corporais de aventuras decidimos explorar um pouco mais desse conteúdo, tendo em vista a importância de valorizar a vivência dos alunos no que se refere as atividades que esses desempenham no seu dia a dia. Nesse trabalho iremos traçar um olhar desde o simples andar de bike e de skate para muitas pessoas, até os ditos mais complexo escalada, arvorismo entre outros. O objetivo principal é quebrar com esse tabu no qual muitas pessoas dizem que tal conteúdo é difícil, tal prática é impossível de ser conhecida e vivenciada.

Tendo em vista o que vem sendo apresentado acima, se faz necessário ressaltar a importância de os profissionais de educação física ter conhecimento das diversas unidades temáticas que são apresentadas pela BNCC para serem trabalhadas nas diferentes etapas de ensino, pois são essas que irão oportunizar uma diversidade de conhecimento e de vivência para os alunos. Esse trabalho envolvendo os diversos tipos de conteúdo se torna gratificante tanto para os alunos quanto para os professores e familiares envolvidos no processo de ensino aprendizagem.

Em suma, ressalta-se que a prática acontecerá após o trabalho de levantamentos do profissional e planejamento, para que possa incluir inclusive o trabalho interdisciplinar e possa controlar os riscos. Visto que, por meio desta análise o profissional poderá identificar no entorno escolar ambientes que simbolizam determinadas características da prática real possibilitando adaptar em caso de a vivência real ser impossibilitada, assim abordaremos tanto exemplos da prática real como exemplos adaptativos.

IMAGEM 1



ATIVIDADES

Nome da atividade: Trekking

Faixa etária: 11 a 14

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura na natureza estimula as capacidades físicas como resistência, força, equilíbrio, agilidade, velocidade, flexibilidade e coordenação, na qual entendemos que as predominantes são as quatro primeiras citadas. Para além disso, ela possibilita o aluno trabalhar os aspectos biopsicossocial, analisar a natureza e a si próprio em movimento, estimulando o cuidado com a primeira e identificação de problemas que a ameaça, bem como a cuidar de sua saúde e buscar melhorar inclusive seu condicionamento, ou seja, abrindo espaço para discutir sobre meio ambiente e particularidades fisiológicas.

IMAGEM 2



IMAGEM 3



Descrição da atividade:

A priori, o profissional vai traçar metas para o percurso como por exemplo identificar problemas ambientais e interferências feitas pelo homem, andar em ambientes com mata aberta e fechada, atravessar rios, identificar animais, na sequência criar o mapa do local com o trajeto a ser percorrido e distância se possível levar em consideração a idade e condicionamento físico (fazer observação in loco com antecedência para controlar os riscos), nesse trajeto é fundamental pontuar locais para descansar e hidratar, definir se a trilha vai ser plana ou com inclinações, desafios para ser cumprido no caminho como construir cabana simples, definir trecho de caminhada, trecho de corrida, superação de obstáculos e por fim construir e separar os materiais de uso individuais (agasalhos para chuva, bonés, água, alimentação leve (se for o caso), kit primeiro socorros, aparelho de comunicação com mapa offline baixado na escola, cordas).

Sugestão Alternativa (Adaptação):

O trekking adaptativo, observar o entorno da escola e também praças próximas que seja possível criar um circuito, porém dentro do meio urbano, mas que estimule a vivenciar as mesmas característica, por exemplo, disponibilizar obstáculos (barreiras com cones, cavaletes, bambolês para passar por dentro) para ser superado, trecho de corrida e caminhada, local com árvore para descanso hidratação, criar monte de terra ou areia para subir e descer simulando assim locais com inclinação. Enfim, seguir a descrição anterior fazendo uma adaptação para a realidade.

Materiais:

Recursos: Materiais de localização, kit primeiro socorros, cones, cavaletes ou cadeiras, bambolês e cordas, kit sobrevivência com água e alimentação, agasalhos, caderno, caneta e se possível máquina fotográfica ou equipamento que permita registrar.

IMAGEM 4



Recursos humanos: professor, alunos, um pai e responsável escolar.
Entenda como funciona a atividade na pratica acessando o link abaixo:

Cheque liste do trekking de exemplo:

<https://www.youtube.com/watch?v=gkVr-fypiTo>

O que é trekking:

<https://www.youtube.com/watch?v=zBTKzBwQkUQ>

Exemplos do trekking (00:50 seg. – 03:10 min.):

<https://www.youtube.com/watch?v=mwY9pbbB9PQ>

Canal do YouTube:

Decatlon

Vivian telles

SMEVR - SME de Volta Redonda

IMAGEM 5



Nome da atividade: Arvorismo

Faixa etária: 11 a 14

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura na natureza estimula as capacidades físicas como resistência, força, equilíbrio (ênfase), agilidade, velocidade, flexibilidade e coordenação (ênfase), nesse objeto do conhecimento, além de se relacionar com a natureza e consigo mesmo os alunos aprendem a superar desafios, vivenciam a adrenalina e podem se utilizar da criatividade, pois esta atividade é diversificada e que podem atender níveis com alta dificuldade ou baixa.

Descrição da atividade:

O profissional junto com os alunos irão construir uma ponte aérea que ligue duas árvores, nesta ponte aérea o professor amarra duas cordas paralelas de no mínimo de milímetro, com distância entre si de um metro e a dois metros de altura, para servir de base ele pode colocar madeiras rígidas amarradas nessas 2 cordas, pneus e/ou outra corda no centro das duas (a base deve estar a um metro do chão).

IMAGEM 6



O objetivo das 2 cordas paralelas é para servir de apoio para os alunos e o material inferior servirá de base para o aluno pisar e atravessar. Pode ainda ser colocada uma quarta corda de segurança acima para fixar ao colete do aluno.

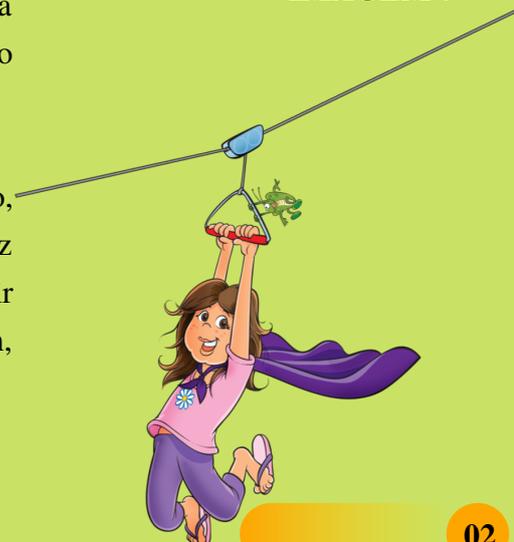
Sugestão Alternativa (Adaptação):

Nesta atividade o professor vai poder adequar a sua escola, por exemplo, construir um colete de segurança com os alunos, ou transitar um por vez estando uma pessoa de cada lado para certificar e minimizar o perigo, diminuir a altura, utiliza mais cordas e criar uma rede de contenção. Como também, pode criar diversos obstáculos para aumentar o nível de dificuldade.

Materiais:

Recursos: 4 cordas (maior ou igual a 10 milímetros) com o comprimento que

IMAGEM 7



permita amarrar na árvore, colete profissional ou criado de forma segura, pneus, madeiras, metro, árvores e cordas menores que seja suficiente para amarrar a base.

Recursos humano: professor, alunos e um responsável da escola.

Entenda como funciona a atividade na prática acessando o link abaixo:

Demonstração:

<https://www.youtube.com/watch?v=HiBfHgoXfTo>

O que é arborismo:

<https://www.youtube.com/watch?v=IAZbUrNRy7I>

Canal do YouTube:

sergiosilva educação física

Legislativo PI

Outras atividades para o arborismo: tirolesa e escalada na árvore.

IMAGEM 8



Nome da atividade: Slackline

Faixa etária: 11 a 14

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura na natureza ou no espaço urbano estimula as capacidades físicas como resistência, força, equilíbrio, agilidade, velocidade, flexibilidade e coordenação, na qual entendemos que as predominantes são as capacidades físicas de equilíbrio, resistência, flexibilidade, agilidade e coordenação motora. Para além disso, esta prática possibilita ao praticante uma compreensão acerca das suas necessidades de acreditar sempre no seu potencial, tendo em vista que esta é uma das práticas corporais que estimula bastante o aspecto de criatividade e superação dos participantes. Os praticantes têm a oportunidade de vivenciar a adrenalina, sendo que esta é uma atividade diversificada e que pode atender níveis com alta dificuldade ou baixa.

IMAGEM 9



Descrição da atividade:

O objetivo do esporte está no fato do indivíduo se equilibrar em uma fita de nylon estreita e bastante flexível, esta deve estar com suas extremidades fixadas em postes, rochas ou árvores, o praticante sempre realiza as práticas de equilíbrio e movimentação, podendo estar atravessando de um ponto a outro ou permanecer em uma mesma posição. Para Viana et al (2018 p.139) “O Slackline é uma atividade de aventura que pode ser utilizada no âmbito escolar como recurso lúdico para incentivar a prática esportiva e reforçar conhecimentos sobre o meio ambiente.”

Sugestão Alternativa (Adaptação):

No Slackline adaptativo, o profissional responsável pela aplicação da prática deve observar o entorno da escola que trabalha, ou até mesmo de praças que sejam de fácil acesso para os alunos poder se deslocar, nesse sentido o profissional pode estar adaptando essa atividade com o intuito de aproximar ela ainda mais a realidade dos alunos, seja em um espaço rural

IMAGEM 10



no qual os alunos tenham contato com a natureza, ou em um espaço urbano. O profissional responsável pela aplicação pode primeiramente está oportunizando um momento inicial para poder identificar o grau de equilíbrio e movimentação dos seus alunos, nesse sentido poderia iniciar com a proposta dos alunos estarem andando por cima de uma linha feita no chão da escola ou de qualquer outro espaço, essa linha poderia ser feita com um giz, corda ou com qualquer outro objeto que possa demarcar o chão, nesse sentido o profissional pode solicitar para que esses alunos se movimente e crie diferentes formas de se equilibrar em cima dessa determinada linha de demarcação. Outro exemplo seria de o profissional tentar criar uma ponte que ligue um ponto a outro de um determinado local, essa ponte poderia ser criada por diferentes objetos, sendo que esse é um fator adaptativo a realidade de cada aluno, local, e material que esteja disponível. O próprio profissional poderia utilizar de um meio fio de

IMAGEM 11



IMAGEM 12



uma calçada para poder fazer uma simulação de um Slackline com os alunos, então essa é uma prática que pode sim ser adaptada, pode sim ser flexível, desde que esteja presente a finalidade de se praticar a modalidade escolhida. Caso o profissional tenha acesso a uma fita de nylon, ou a algumas cordas que sejam resistentes o profissional poderia fixar estas em um determinado local para que agora os alunos pudessem ter uma aproximação ainda maior com a prática do Slackline, nesse sentido, vale ressaltar a importância do profissional estar atenciosamente do lado dos seus alunos que estejam sobre a fita ou corda que está sendo utilizada, para facilitar ainda mais essa iniciação dos alunos o profissional pode estar fixando outras cordas perto dos alunos para que esses possam estar se segurando para ter um maior equilíbrio em cima da fita ou corda utilizada.

Materiais:

Recursos Materiais: fita de nylon, cordas, máquina fotográfica ou equipamento que permita registrar, giz, capacetes entre outros.

Recursos humanos: professor, alunos, equipe gestora da escola e convidados externos.

Entenda como funciona a atividade na prática acessando o link abaixo:

O que é Slackline? Conheça a história do esporte; Manual de Slackline. **Canal OFF:** https://www.youtube.com/watch?v=bVh6l_AwGjk

Nome da atividade: Ciclismo

Faixa etária: 11 a 14

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura na natureza ou sendo praticada no espaço urbano estimula as capacidades físicas como resistência, força, equilíbrio, agilidade, velocidade, flexibilidade e coordenação. A prática do ciclismo, seja ele praticado na natureza ou no espaço urbano, pode contribuir significativamente no fortalecimento das musculaturas, diminuição do estresse,

IMAGEM 13



melhora no sistema cardiovascular e no sistema respiratório, assim como, uma melhoria na saúde do indivíduo praticante de maneira geral.

Descrição da atividade:

O objetivo desta prática corporal de aventura se destaca nos fatores de bem estar físico, social e mental, pois a maioria dos indivíduos que a pratica tende a demonstrar a presença destes benefícios em suas vidas. Com relação a prática do ciclismo no Brasil, pode se destacar está dentro de três aspectos diferentes, entre esses, o ciclismo na estrada, o ciclismo na pista e o Mountain Bike. Ciclismo de Estrada sendo talvez a modalidade mais praticada, o ciclismo de estrada sempre atrai mais praticantes. Ela consiste em pedalar em estradas pavimentadas, geralmente por longos quilômetros, de forma recreativa, para treino ou competitiva. Ciclismo de Pista é um tipo de ciclismo estritamente competitivo, advinda do ciclismo de estrada.

IMAGEM 14



Mountain Bike você quer se aventurar em meio a natureza em cima de uma bike? Se sim, esta é a modalidade indicada pra você. O mountain bike oferece um alto teor de adrenalina, por conta de manobras muitas vezes arriscadas em locais de tirar o fôlego. Dentro do MTB (sigla usada comumente para definir o mountain bike), existem sub-modalidades, cada qual com as suas características. Em cada uma delas deve-se usar uma bicicleta diferente, desde as mais robustas com pneus largos e ótimo sistema de amortecimento à outras mais simples, próprias para a realização de saltos e manobras.

Sugestão Alternativa (Adaptação):

Na prática do ciclismo adaptativo, o profissional responsável pela aplicação da prática deve observar o entorno da escola que trabalha, ou até mesmo os outros possíveis espaços presentes em sua região que dê para os alunos vivenciar o andar de bike, lembrando que esse espaço também deve ser de fácil acesso para os alunos poder se deslocar, nesse sentido o profissional pode está adaptando essa atividade com o intuito de aproximar ela ainda mais a realidade dos alunos, seja em um espaço rural

IMAGEM 15



no qual os alunos tenham contato com a natureza, ou em um espaço urbano. O profissional responsável pela aplicação pode primeiro está oportunizando um momento de conhecimento com os alunos acerca da importância de andar de bicicleta, pode também fazer um diagnóstico do seus alunos para poder ver qual deles tem este veículo em casa ou até mesmo que tenha a facilidade de conseguir uma emprestada para um dia de prática, um dia de vivência, nesse sentido o profissional poderia reunir o máximo de bike possível, para que assim ele criasse um roteiro de pedal com seus alunos, oportunizando assim os inúmeros benefícios dessa prática assim como o conhecimento de diversos outros aspectos presente na sociedade também. Caso tenha algum aluno que ainda não saiba andar de bike, poderia também haver um momento de inclusão por parte de todos os alunos, no qual oportunizaria o aprendizado da-

IMAGEM 16



quele que não sabe andar. Outro exemplo a ser dado também poderia acontecer por meio dos aparelhos tecnológicos, o profissional poderia ver um jogo ou um determinado vídeo, ou fotos que explicasse de forma detalhada os principais pontos dessa prática, tendo em vista que isso serviria de base para os alunos poder despertar interesse em poder participar do ciclismo em algum dia. Nesse sentido essa é uma prática que pode sim ser adaptada, pode sim ser flexível, desde que esteja presente a finalidade da aplicação da modalidade escolhida.

Materiais:

Recursos Materiais: bike, garrafas de água dos alunos, frutas, máquina fotográfica ou equipamento que permita registrar, entre outros.

Recursos humanos: professor, alunos, equipe gestora da escola e convidados externos.

IMAGEM 17



Entenda como funciona a atividade na prática acessando o link abaixo:

Ciclismo de estrada: Todos por um:

<https://www.youtube.com/watch?v=G8JGN711-1I>

Campeonato Brasileiro de Ciclismo de Pista 2019 Elite #1:

<https://www.youtube.com/watch?v=VVCAzn1xSME>

MOUNTAIN BIKE - ESTRADA REAL 2019 - OURO BRANCO:

<https://www.youtube.com/watch?v=hWqh62JdYA>

IMAGEM 18



Nome da atividade: Escalada

Faixa etária: 11 a 14 anos

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura estimula capacidades físicas como a força, flexibilidade, equilíbrio, coordenação e resistência. Para além disso, essa pratica proporciona experiências desafiadoras que possibilitam o desenvolvimento da autoconfiança, consciência corporal, capacidade de concentração, pensamentos estratégicos, aprendem a lidar com o medo e as inseguranças, identificação de possíveis dificuldades e novos ambientes

que permitam a execução da pratica, assim como a superação dos obstáculos e o prazer da conquista.

Descrição da atividade:

Na ausência de uma parede de escalada o professor vai orientar os alunos para explorar a escola, clubes ou praças da redondeza em busca de ambientes que possibilitem a pratica da escalada, afim de que os alunos sejam capazes de identificar locais com potencial para a sua pratica. Por conseguinte, os alunos deverão escolher em consenso três lugares para vivenciar a escalada. O professor deve acompanhar os alunos durante todo o processo de pesquisa do local e verificar os lugares a serem explorados se certificando da conservação e segurança dos locais escolhidos para em seguida iniciar a prática com uma aluno por vez.

IMAGEM 19



Sugestão Alternativa (Adaptação):

Os locais podem ser variados, adequando-se a sua realidade como as grades de uma quadra; escadas; brinquedos como trepa-trepa; barras de uma pracinha; árvores; muros e etc. Vale ressaltar a importância de materiais para segurança a depender do local, como: colchonetes, cordas e capacetes.

Entenda como funciona essa atividade na prática acessando o link abaixo:

Escola adaptada para crianças: <https://youtu.be/CvZbCqRIEhI>

Escalada prática de aventura que pode ser adaptado para fazer na escola: <https://youtu.be/TJ4VarYvt2U>

Materiais:

Recursos: Corda, colchonete e capacete.

Recursos humano: professor, alunos, pais ou um responsável da escola.

IMAGEM 20



IMAGEM 21



Nome da atividade: Rapel

Faixa etária: 11 a 14 anos

O que estimula?

Esta prática corporal de aventura estimula capacidades físicas como força, equilíbrio e agilidade. Os alunos aprendem também o controle do equipamento, desenvolvem auto confiança, consciência corporal, e a capacidade de lidar com os medos, inseguranças e uma capacidade maior de concentração.

Descrição da atividade:

Inicialmente o professor irá escolher um local em potencial para a execução da prática, em seguida o mesmo vai apresentar aos alunos os materiais de segurança necessários, assim também, como falar as medidas de precauções para tal prática. Por conseguinte, o professor fará uma ancoragem amarrado a corda em uma estrutura fixa no espaço escolhido e

irá organizar e equipar os alunos para descer de rapel. É preciso sempre estar atento à conferência dos equipamentos e qualquer risco de perigo no local desejado. É interessante colocar colchões próximos ao local onde a prática vai ser realizada para diminuir ainda mais os riscos de acidentes.

Sugestão Alternativa (Adaptação):

O professor poderá fazer a atividade tanto no espaço escolar (se tiver locais em potencial) como também em outros espaços sugeridos pelos alunos (o professor sempre deverá se certificar do estado de conservação do local escolhido) para que eles sejam capazes de identificar possíveis locais para tal prática. Na falta da cadeirinha pode-se utilizar uma boa corda para substituir, (com a ajuda de um profissional capacitado que tenha domínio da técnica).

Entenda como funciona a atividade na prática acessando o link

IMAGEM 22



abaixo:

Rapel básico: https://youtu.be/_S02yvRbRAc

Auto segurança no rapel. Backup com nó abaixo do freio:

<https://youtu.be/BVGQqpAdihU>

Como fazer cadeirinha para Rapel com corda (Arnês AFL):

<https://youtu.be/bu5jzial128>

Como fazer cadeirinha AFL:

<https://youtu.be/MXv07omheC8>

Rapel - Escola Estadual América:

<https://youtu.be/GGXgprUM878>

Materiais:

Recursos: três mosquetões, anel de fita, uma corda (tamanho referente ao local escolhido), uma cadeira, luvas e capacete.

Recursos humano: professor, alunos e um responsável da escola.

IMAGEM 23



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Levando em consideração aos aspectos mencionados e os objetivos propostos, a tem-se como intenção contribuir com o cotidiano escolar dos docentes na organização de vivências voltadas para o campo das práticas corporais de aventura independentemente do contexto em que a escola está imersa, além de contribuir com a qualidade de vida dos alunos, tanto em relação a esse assunto quanto em relação a construção psicossocial, cognitiva, motora e dentre outros aspectos que corroborem com a formação integral dos adeptos. Para além disso, se torna de suma importância que os alunos vivenciem estes momentos e possam compreender outros contextos como percepção da natureza e de si, como também a finalidade da Educação Física enquanto componente curricular.

Destarte, pretende-se compartilhar saberes e pelos meios oferecidos gerar princípios que sejam utilizados dentro e fora dos muros da escola, sendo de grande valia que no mínimo saiam com a capacidade de ser empáticos e praticar a alteridade. Como também, é extremamente importante que os mesmos se tornem aptos a trabalhar em grupo de modo cooperante e criativo. Em linhas gerais, espera-se colaborar acima de tudo com construção da integralidade desses jovens.

IMAGEM 24



REFERENCIAS:

SILVA JUNIOR, Edmilson Pereira e. Unidade didática para o ensino das práticas corporais de aventura no ensino médio integrado. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano (IF Sertão PE) / Campus Salgueiro, Salgueiro, PE, 2020.

TAHARA, Alexander Klein; DARIDO, Suraya Cristina. Práticas corporais de aventura em aulas de educação física na escola. Conexões Campinas, SP v. 14 n. 2 p. 113-136 abr./jun. 2016 ISSN 1983-9030. DOI: <http://dx.doi.org/10.20396/conex.v14i2.8646059>.

DA SILVA KILIM, Karoline Sisnandes et al. Slackline na escola: para o desenvolvimento do equilíbrio dinâmico e estático. Redes-Revista Interdisciplinar do IELUSC, v. 1, n. 1, p. 139-146, 2018.

Portal do professor: Portal do Professor - Esportes Radicais: praticando a escalada na escola (mec.gov.br)

DE SOUZA, Fabrício Amaral; DA COSTA SILVA, Paula Cristina. A escalada nas aulas de Educação Física escolar no ensino médio. Cadernos de Formação RBCE, 2014, 4.2.

Portal do professor: Portal do Professor - Rapel (mec.gov.br)

OLIVEIRA, Marcos Rocha de. Práticas corporais de aventura na natureza: rapel e orientação como possibilidades de aprendizagem na escola. 2020.

ENDEREÇO DAS IMAGENS:

IMAGEM 1

https://br.freepik.com/vetores-gratis/criancas-subindo-a-arvore_4950461.htm

IMAGEM 2

https://www.pikpng.com/downpngs/wmRThi_camping-hiker-clipart-png-download/

IMAGEM 3

[https://lovepik.com/download/detail/401416865?byso=&type=0Graphics Designed By 30000011556 From <a href="](https://lovepik.com/download/detail/401416865?byso=&type=0Graphics%20Designed%20By%2030000011556%20From%20CANVA)

IMAGEM 4

https://pngtree.com/freepng/side-view-of-hiker-with-backpack-walking_4795706.html

IMAGEM 5

Autores 2021 via - CANVA

IMAGEM 6

<https://www.pngwing.com/pt/free-png-nkzsn>

IMAGEM 7

<https://www.pincliptart.com/maxpin/ibbRbxi/>

IMAGEM 8

<https://www.pngwing.com/pt/free-png-bmizn/download>

IMAGEM 9

<https://pixabay.com/pt/illustrations/na-corda-bamba-p%C3%A9-equil%C3%ADbrio-corda-3273209/>

IMAGEM10

<https://pt.vecteezy.com/arte-vetorial/300345-corda-bamba-andando-no-fundo-branco>

IMAGEM 11

<https://www.gratispng.com/png-grdecb/>

IMAGEM 12

<https://www.klipartz.com/en/sticker-png-rgulp>

IMAGEM 13

<https://pt.vecteezy.com/arte-vetorial/360752-urban-boys-andar-de-bicicleta-no-fundo-branco>

IMAGEM 14

https://br.freepik.com/vetores-premium/motociclista-de-montanha-em-vetor-de-ilustracao-de-fundo-de-natureza_2669729.htm

IMAGEM 15

https://pt.pngtree.com/freepng/hand-painted-bicyclist-with-helmet_4263461.html

IMAGEM 16

https://br.freepik.com/vetores-gratis/um-menino-andando-de-bicicleta_6024153.htm

IMAGEM 17

Autores 2021 via - CANVA

IMAGEM 18

Autores 2021 via - CANVA

IMAGEM 19

<https://images.app.goo.gl/8tLkdSfXXtiXgv74A>

IMAGEM 20

https://br.freepik.com/vetores-gratis/menina-e-meninos-subindo-a-montanha_4906560.htm<a href='

IMAGEM 21

<https://es.vecteezy.com/arte-vetorial/366235-nino-subiendo-la-montana>

IMAGEM 22

Autores 2021 via - CANVA

IMAGEM 23

Autores 2021 via - CANVA

IMAGEM 24

Autores 2021 via - CANVA