# PROJETO "JOVEM CANIONISTA"

**Público-alvo:** crianças e adolescentes de 6 a 14 anos

**Local:** Escola de Educação Básica - EEB Bulcão Viana

**Justificativa:**

A Base Nacional Comum Curricular – BNCC, ao tratar da Educação Física na Etapa do Ensino Fundamental, inclui a unidade temática "Práticas Corporais de Aventura":

> Por fim, na unidade temática **Práticas corporais de aventura**, exploram-se expressões e formas de experimentação corporal centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador. Algumas dessas práticas costumam receber outras denominações, como esportes de risco, esportes alternativos e esportes extremos. Assim como as demais práticas, elas são objeto também de diferentes classificações, conforme o critério que se utilize. Neste documento, optou-se por diferenciá-las com base no ambiente de que necessitam para ser realizadas: na natureza e urbanas. As práticas de aventura na natureza se caracterizam por explorar as incertezas que o ambiente físico cria para o praticante na geração da vertigem e do risco controlado, como em corrida orientada, corrida de aventura, corridas de *mountain bike*, rapel, tirolesa, *arborismo* etc. Já as práticas de aventura urbanas exploram a "paisagem de cimento" para produzir essas condições (vertigem e risco controlado) durante a prática de *parkour*, *skate*, patins, *bike* etc.[1]

O canionismo pode ser incluído entre as práticas de aventura na natureza.

Trata-se de uma atividade que consiste na descida de cânions, seguindo-se, sempre que possível, o curso d'água. Durante a descida, o praticante deve superar diversos tipos de obstáculos, que deverão ser transpostos com o uso de técnicas e equipamentos apropriados. Com o uso dessas técnicas e equipamentos, o canionista consegue chegar a lugares que são inacessíveis para a maioria das pessoas.

Nos Aparados da Serra Geral, a prática do canionismo se iniciou há quase 30 anos, em 1997. A região é um dos berços do canionismo no Brasil e teve papel fundamental no desenvolvimento da atividade em nível nacional. Os cânions localizados na região estão entre os melhores do mundo para a prática do canionismo e são conhecidos internacionalmente. Eles possuem grande riqueza geológica e biológica e constituem um ambiente caracterizado pela sua complexidade, diversidade e constante mudança.

[1] Base Nacional Comum Curricular - Educação é a Base

Na prática do canionismo, deve-se aplicar as técnicas de progressão adequadas a cada tipo de obstáculo que se encontra no cânion: marcha em terreno variado, rapel em cachoeiras, natação em piscinas, escalada e desescalada de blocos de pedra etc. Deve-se também ser capaz de gerenciar seu ritmo e seu estado físico e psicológico.

Além disso, os praticantes devem assumir papeis e responsabilidades, o que contribui para o desenvolvimento da autonomia de cada um. Devem, ainda, ser capazes de tomar decisões em um contexto que não é plenamente determinado ou determinável e gerenciar suas emoções. Mais: a superação dos obstáculos contribui para a criação da confiança em si mesmo e da convicção de que é possível superar as dificuldades.

Por outro lado, como a confiança entre os canionistas que participam de uma descida e a ajuda mútua são fundamentais, o canionismo contribui para a socialização dos praticantes. Ensina, também, a respeitar as demais pessoas que compartilham o espaço do cânion, como moradores, turistas, outros grupos, etc. Ensina, por fim, a respeitar regras e procedimentos, que são essenciais para garantir a própria segurança e a segurança dos demais membros da equipe.

Todas essas características fazem com que os cânions sejam uma extraordinário espaço de aprendizagem e o canionismo possa ser um valioso instrumento para o aprendizado para vários valores e conteúdos que integram o currículo do Ensino Fundamental.

Nesse contexto, esse projeto visa a incluir o canionismo entre as “práticas corporais de aventura” exploradas nas aulas de Educação Física do Ensino Fundamental.

Ele envolve diversas atividades, respeitando-se a faixa etária dos alunos e priorizando a segurança. Busca-se propiciar aos alunos uma experiência educativa voltada para o contato com a natureza, a consciência ambiental e o desenvolvimento socioemocional. Será, ainda, uma oportunidade para aprenderem sobre os cânions dos Aparados da Serra Geral.

Vivendo situações que estão distantes de seu cotidiano, os alunos aprenderão a observar e escutar. Terão oportunidade, igualmente, de melhor conhecer seus limites, para os estender, sem jamais os desrespeitar.

Deve-se destacar que o projeto tem a segurança como uma de suas premissas básicas.

Os alunos poderão ser confrontados com situações de risco subjetivo (risco percebido pelo aluno) em condições de segurança ótimas, com a máxima redução dos riscos objetivos (riscos efetivamente existentes).

Será elaborado um protocolo de segurança para as atividades práticas, com um “*check-list*” com as medidas de segurança e controle que devem ser tomadas antes, durante e depois de cada atividade.

O nível de segurança e o protocolo adotado serão aqueles adequados para cada uma das atividades propostas para os alunos, de acordo com sua complexidade e grau de exposição

a riscos objetivos, e para os alunos que dela participam, levando-se em consideração especialmente sua faixa etária.

O número de pessoas responsáveis pelas atividades será compatível com a atividade realizada e o número e faixa etária dos alunos envolvidos.

Nenhuma das práticas será obrigatória, podendo o aluno sempre optar por não a realizar (renunciar à descida do cânion ou à continuação da descida do cânion, especialmente em função de razões de segurança, é uma escolha sempre presente na prática do canionismo e esse é um aprendizado que se pretende comunicar aos alunos).

As atividades não serão iniciadas ou serão interrompidas se as condições de segurança não se fizerem ou deixarem de estar presentes.

Os equipamentos de canionismo utilizados nas atividades práticas obedecerão a regulamentação da Comunidade Europeia (não há regulamentação no Brasil para equipamentos de canionismo).

Prosseguindo-se, paralelamente aos conteúdos abordados nas aulas de Educação Física, outros conteúdos referentes ao canionismo e aos cânions dos Aparados da Serra Geral poderão ser explorados transversalmente em outras disciplinas, incrementando a percepção que os alunos possuem da região.

Por fim, a Associação dos Canionistas dos Aparados da Serra Geral - ACASERG possui associados com sólida formação e larga experiência na prática do canionismo em nível nacional e internacional[2], além dos equipamentos necessário para a realização das atividades práticas, sendo capaz de auxiliar na execução do projeto.

**Objetivo Geral:**

Promover o contato dos alunos com a natureza por meio de atividades inspiradas no canionismo.

**Objetivos Específicos**

- Conhecer o canionismo e os equipamentos e técnicas nele utilizados;
- desenvolver coordenação motora e equilíbrio;
- desenvolver a autonomia e incentivar o trabalho em equipe, a cooperação e a solidariedade;

[2] Mais informações sobre a ACASERG e suas atividades podem ser encontradas em nosso site (https://acaserg.com) e em nosso Facebook.

- desenvolver noções de gerenciamento de riscos e de segurança para a prática de atividades em ambientes naturais; permitir progredir com segurança dentro de um cânion, adaptando-se aos diferentes ambientes nele encontrados;
- trabalhar a consciência ambiental e o respeito ao meio ambiente;
- incentivar a interação com os espaços naturais da região;
- estimular a curiosidade sobre o meio ambiente dos Aparados da Serra Geral.

**Eixos transversais:**

Além da Educação Física, poderiam ser trabalhados os seguintes Eixos Transversais:

- Ciências: fauna e flora da região, impactos ambientais da atividade humana;
- Geografia: paisagens naturais, formações geológicas, processo de formação dos cânions, clima e meteorologia, ciclo d'água;
- Física: noções de física aplicada ao canionismo (peso, atrito, força de choque, fator de queda, decomposição de forças etc.);
- História: história da região, populações tradicionais, tropeirismo, ocupação humana dos cânions;
- Artes: representação dos cânions em vários suportes;
- Educação socioemocional: cooperação e superação.

**Duração:**

Períodos dedicados às aulas de Educação Física no Ensino Fundamental, a serem definidos em conjunto com a escola e os professores. Eventualmente, pode-se organizar atividades fora do ambiente escolar e em período que ultrapasse as aulas de educação física

**Cronograma:**

A definir com a escola e os professores

**Conteúdos:**

Os conteúdos serão definidos em conjunto com a escola e os professores, podendo incluir:

- "O que é um cânion e o que é o canionismo?" - Vídeos e imagens dos cânions dos Aparados da Serra e da prática do canionismo; contação de histórias;

- “Segurança na aventura”: noções básicas de segurança para atividades praticadas junto à natureza e dos equipamentos de proteção individual (EPI) utilizados no canionismo;

- “Canionistas em ação”: atividades em grupo em circuitos simulando atividades de canionismo adequadas para cada faixa etária (atividade semelhante ao jogo “o chão é lava”, em que os participantes devem superar diversos obstáculos, sem colocar os pés no chão);

- “Mini expedição”: atividade ao ar livre, envolvendo trilha leve com obstáculos lúdicos e observação da natureza (verificar possibilidade).

**Metodologia:**

A metodologia será adequada para cada faixa etária e será definida em conjunto com a escola e com os professores.

Aprendizagem baseada em:

- circuito motor e de equilíbrio (obstáculos simulando a descida de um cânion);
- brincadeiras dirigidas;
- trabalho em grupo;
- contação de histórias.
- vídeos e imagens.

Eventualmente:

- trilha leve com desafios lúdicos;
- exploração de ambientes naturais;
- observação da natureza.

**Recursos**

- Datashow ou televisão, vídeos e fotos;
- material para simular obstáculos;
- material de canionismo.

**Segurança**

- Atividades sem risco objetivo;
- supervisão constante;

- espaços controlados;
- uso de linguagem de segurança.

**Avaliação**

Avaliação formativa baseada em:

- participação;
- cooperação;
- respeito às regras;
- desenvolvimento motor e social.

Instrumentos de avaliação:

- observação direta;
- autoavaliação dos alunos;
- registro das atividades.

**Produto Final:**

- “Certificado de Jovem Canionista”

**Bibliografia**

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Disponível em <Base Nacional Comum Curricular - Educação é a Base>. Acesso em: 29 abril 2026

FRANÇA. Circulaire n° 2017-075 du 19-4-2017 du Ministère chargé de l’Education nationale, enseignement supérieur et recherche. Activités physiques de pleine nature. Disponível em: < Droit national en vigueur - Codes - Légifrance>. Acesso em: 29 abril 2026.

**Referências sobre o jogo “o chão é lava”:**

How to Play the Floor is Lava (With an Extra Twist)

Instagram