**Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu**

**ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**

**DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL**

**Plano de Aula - Educação Física**

|  |
| --- |
| **Nome da escola: Escola Municipal Professora Elenice Milhorança** |

|  |
| --- |
| **Localização: Jd América** |

|  |
| --- |
| **Professor (a) Ed. Física: Valdir Teixeira Junior** |

**Ano/ Turma: 1º e 2º ano Duração da aula: 50 min**

**Espaço utilizado: Quadra Período (x) manhã (x) tarde**

**Data: 07/06 a 29/06/2016**

|  |
| --- |
| 1. **Conteúdos:** Ginastica |

|  |
| --- |
| 1. **Objetivos:**  * Desenvolver a flexibilidade das crianças. * Sociabilização, noção espacial e conhecimento das capacidades corporais. * Desenvolver e aprimorar o equilíbrio |

|  |
| --- |
| 1. **Procedimentos Metodológicos:**   1º momento:  **Alongamento**  Desenvolver e aprimorar a flexibilidade do indivíduo.  2º momento:  **Brincando com o corpo**  Os alunos deverão correr livremente pelo espaço pré-determinado pelo orientador e ao sinal do professor, executar as tarefas como sentar, rolar, agachar e ficar em pé, de acordo com o que o professor diz.  3º momento:  **Estafeta do equilíbrio**  Dois ou três grupos ficam dispostos em fila e em uma distância determinada pelo orientador coloca-se um cone ou algo para marcar até onde o aluno deverá ir. O primeiro de cada equipe ganhara um travesseirinho de areia ou algo similar que não seja muito leve. De acordo com a faixa etária da turma o professor determina onde deverá ser colocado esse objeto sendo o aluno fara o percurso de ida e volta sem deixar que o mesmo caia no chão, caso isso aconteça deve voltar ao início. Ao voltar passara para o próximo e assim sucessivamente. Particularmente gosto que equilibrem na cabeça, pois a concentração é maior por parte das crianças.  C:\Users\Faturamento\Desktop\20160614_150405.jpgC:\Users\Faturamento\Desktop\20160614_150227.jpg  4º momento:  **Caminho da corda**  O professor deverá colocar as cordas em várias direções para intercalar a dificuldade. As crianças deverão caminhar sobre as cordas dispostas no chão. |

|  |
| --- |
| 1. **Recursos:** Travesseirinhos de areia (não muito pesados), 4 cones (ou similar) e cordas (ou similar). |

|  |
| --- |
| 1. **Avaliação:** Ótima participação dos alunos, faixa etária que se interessa muito pelo tema abordado, pois não a preconceito por parte principalmente dos meninos. |

**Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu**

**ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**

**DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL**

**Plano de Aula - Educação Física**

|  |
| --- |
| **Nome da escola: Escola Municipal Professora Elenice Milhorança** |

|  |
| --- |
| **Localização: Jd América** |

|  |
| --- |
| **Professor (a) Ed. Física: Valdir Teixeira Junior** |

**Ano/ Turma: 1º e 2º ano Duração da aula: 50 min**

**Espaço utilizado: Quadra Período (x) manhã (x) tarde**

**Data: 07/06 a 29/06/2016**

|  |
| --- |
| 1. **Conteúdos:** Ginastica |

|  |
| --- |
| 1. **Objetivos:**  * Desenvolver e aprimorar a flexibilidade das crianças * Lateralidade. * Salto. * Rolamento. |

|  |
| --- |
| 1. **Procedimentos Metodológicos:**   1º momento:  **Alongamento**  Desenvolver e aprimorar a flexibilidade do indivíduo.  2º momento:  **Circuitos diversos**  Montar circuitos com obstáculos para que o aluno ande e corra de lado (lateralmente), para que saltem iniciando com obstáculos baixos e dificultando de acordo com o desempenho da turma aumentando a altura do obstáculo e com colchonetes iniciando com rolamento livre para frente e posteriormente para trás. Cada circuito deverá abranger os três movimentos repetindo-os de 2 a 4 vezes por aluno e aumentando a dificuldade dos mesmos de acordo com o desempenho da turma.  Obs: O circuito leva uma aula inteira, pois o mesmo é modificável proporcionando vários fundamentos e dificuldades fazendo pequenas mudanças nos mesmos.  C:\Users\Faturamento\Desktop\20160315_081326.jpg  **C:\Users\Faturamento\Desktop\20160315_080419.jpg** |

|  |
| --- |
| 1. **Recursos:** Cones e colchonetes. |

|  |
| --- |
| 1. **Avaliação:** No circuito o aluno tem uma absorção muito boa dos fundamentos aplicados pois a uma repetição continua fazendo com que o mesmo a cada vez aprimore seus movimentos. |

**Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu**

**ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**

**DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL**

**Plano de Aula - Educação Física**

|  |
| --- |
| **Nome da escola: Escola Municipal Professora Elenice Milhorança** |

|  |
| --- |
| **Localização: Jd América** |

|  |
| --- |
| **Professor (a) Ed. Física: Valdir Teixeira Junior** |

**Ano/ Turma: 1º e 2º ano Duração da aula: 50 min**

**Espaço utilizado: Quadra Período (x) manhã (x) tarde**

**Data: 07/06 a 29/06/2016**

|  |
| --- |
| 1. **Conteúdos:** Ginastica |

|  |
| --- |
| 1. **Objetivos:**  * Desenvolver e aprimorar a flexibilidade das crianças * Vivenciar o salto de forma livre para adaptação. * Vivenciar e aprender o salto em extensão. * Vivenciar e aprender o salto grupado. * Vivenciar e aprender o salto com meia pirueta. |

|  |
| --- |
| 1. **Procedimentos Metodológicos:**   1º momento:  **Alongamento**  Desenvolver e aprimorar a flexibilidade do indivíduo.  **Salto com mini-trampolim:**  Obs: caso não tenha o objeto a disposição pode-se usar algo resistente que tenha em média de 30cm de altura para que o aluno possa subir e realizar o salto. Todos os saltos a seguir são realizados com o objeto já dito.  2º Momento  **Salto Livre**  Salto propriamente dito ou fase aérea, saída do mini-trampolim feita de modo que os alunos realizem espontaneamente.  3º Momento:  **Salto em extensão (Vela)**  O corpo deve estar em ereto, o corpo eleva-se verticalmente com os membros inferiores unidos e estendidos, membros superiores elevados com os dedos unidos e olhar para frente, na queda deve-se flexionar os joelhos o mínimo possível.  4º Momento:  **Salto grupado**  No ponto mais alto do voo, grande flexão dos membros inferiores, elevando os joelhos ao peito (ou o mais próximo possível), as mãos fazem um contato ligeiro com os membros inferiores logo abaixo dos joelhos, olhar dirigido para a frente, pés em extensão, após feito movimento aéreo deve-se rapidamente entrar em extensão total do corpo.  5º Momento:  **Salto com meia pirueta**  Realizar a corrida, após o salto elevar o corpo em completa extensão, iniciar a rotação do tronco na fase ascendente, colocar os membros superiores próximo do eixo longitudinal, acompanhar com o olhar o sentido da rotação. |

|  |
| --- |
| 1. **Recursos:** Mini-trampolim (ou objeto de aproximadamente 30 cm de altura resistente) e colchonetes. |

|  |
| --- |
| 1. **Avaliação:** Atividade a ser aplicada em 21/06 e 22/06 |

**Prefeitura Municipal de Foz do Iguaçu**

**ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**

**DIRETORIA DE ENSINO FUNDAMENTAL**

**Plano de Aula - Educação Física**

|  |
| --- |
| **Nome da escola: Escola Municipal Professora Elenice Milhorança** |

|  |
| --- |
| **Localização: Jd América** |

|  |
| --- |
| **Professor (a) Ed. Física: Valdir Teixeira Junior** |

**Ano/ Turma: 1º e 2º ano Duração da aula: 50 min**

**Espaço utilizado: Quadra Período (x) manhã (x) tarde**

**Data: 07/06 a 29/06/2016**

|  |
| --- |
| 1. **Conteúdos:** Ginastica |

|  |
| --- |
| 1. **Objetivos:**  * Desenvolver e aprimorar a flexibilidade das crianças * Desenvolver o deslocamento lateral da criança. * Equilíbrio em uma perna só e iniciação da parada avião. * Memória e conhecer novos movimentos. |

|  |
| --- |
| 1. **Procedimentos Metodológicos:**   1º momento:  **Alongamento**  Desenvolver e aprimorar a flexibilidade do indivíduo.  2º Momento:  **Mãe-cola de lado**  Atividade como uma brincadeira de mãe-cola tradicional, no entanto todos os alunos deverão se deslocar correndo de lado. O aluno que for pego deve permanecer parado com as pernas abertas e será libertado quando um colega que está livre passar por baixo. Para dificultar o jogo o professor pode adicionar mais pegadores, sempre os diferenciando com fitas, coletes, etc.  3º Momento:  **Mãe-cola avião**  Atividade como uma brincadeira de mãe-cola tradicional, no entanto todos os alunos deverão se deslocar com os braços aberto (como um avião). O aluno que for pego deve permanecer parado equilibrando-se em uma perna só e será libertado quando receber um abraço de um colega que esteja livre. Para dificultar o jogo o professor pode adicionar mais pegadores, sempre os diferenciando com fitas, coletes, etc.  4º Momento:  **Memória de movimentos**  Crie uma sequência de movimentos simples e aumente o grau de dificuldade de acordo com a resposta da criança.  As crianças repetem a sequência que você demonstrou.  Exemplo: tampar os ouvidos, cruzar os braços, erguer uma perna e elevar os ombros. Dar um passo à frente, flexionar e estender os joelhos, abrir os braços e ficar na ponta dos pés. Bater uma palma, dar um chute no ar, abrir e fechar as mãos e mexer a cabeça. Crie novas sequências. |

|  |
| --- |
| 1. **Recursos:** Nenhum |

|  |
| --- |
| 1. **Avaliação:** Atividade a ser aplicada em 28/06 e 29/06 |