Plano de Aula 1 – Ginástica – Alesson .

1.Conteúdos:

Ginastica

2. Objetivos:

Realizar rolamento, saltos ,pulos equilibrar.

3. Procedimentos Metodológicos (parte inicial, principal, final):

Será realizada a chamada em sala de aula, uma breve feed bak sobre o que será a aula, em seguida saindo da sala iram ao banheiro e beber agua, seguiremos pra a quadra, será feito um alongamento e um breve aquecimento.

Primeiro o professor abordara o assunto sobre ginastica, explicando o que e a ginastica dentro da escola e sua vida.

Segunda parte eles terão realizar rolamentos ,saltos pulos equilibro dentro de um circuito montado pelo professor, de forma lúdicas poderá falar para os alunos irem imitando aninais que rolam, saltam ,pulam , se equilibram cada aluno passara pelo circuito 3 x de forma que decorem as estacoes e realizem o proposto.

Na terceira parte farão o mesmo circuito mais so que agora o professor marcara o tempo pra ver qual aluno realizara o circuto em mesmo tempo.

4. Recursos:

Corda, cone, cadeira, bastões, colchonetes e bambolês.

5. Avaliação:

O conteúdo proposto foi assimilado pelos alunos , tendo a participação de todos.

6. Anexos



