

Plano de Aula - Educação Física

Escola Municipal: SMED

Aula de Educação Física: Jogos Cooperativos, Revezamentos e lançamentos

Professor: Roberto José Borges

Turma: Segundo Ano

1. Conteúdos / Temas		2. Objetivos
Ginástica	Capacidades Físicas	Aplicar as capacidades físicas e habilidades motoras básicas em diferentes atividades.

3. Procedimentos Metodológicos

Parte Inicial

> Aquecimento e alongamento: explicar as tarefas de cada estação do circuito

> Atividade: estoura balão com o balão amarrado no pé

Parte Principal

Trilha Joken-Pô:

> Circuito Motor: fazer com que os alunos vivenciem diversas formas de locomoção

> Aprimorar o repertório motor e coordenação motora;

Estação 1: Salto em altura (salto sobre a corda);

Estação 2: Boca do Palhaço (acertar a boca do palhaço (variação: colocar uma garrafa pet e os alunos devem tentar acertá-la em diferentes distâncias);

Estação 3: Túnel maluco (passar por dentro do túnel (rastejar);

Estação 4: Saltos nos arcos (equilíbrio e força / lateralidade / dentro e fora);

Estação 5: Pular corda no lugar

Estação 6: Zigue-zague nos cones (mudanças de direção);

Estação 7: Ponte de corda (equilibrar-se andando sobre a corda)

Estação 8: Chute a Gol

Parte Final

Teia da aranha: com um rolo de barbante fazer uma teia de aranha, fazendo com que um aluno segura o rolo e joga para outro colega. Ao jogar, este deve falar uma qualidade desse colega. Variação: pode-se trabalhar diferentes valores nesta atividade. No final cada aluno pode tentar passar por dentro da Teia sem enconstar no barbante.

4. Recursos

> Quadra de esportes ou outro local com bastante espaço;

> Cones, cordas, túnel (pode ser feito com cadeiras), arcos, barbante;

> Bolas de futsal ou de borracha;

> Garrafa pet ou Jogo Boca do Palhaço.

5. Avaliação

O professor avalia o desenvolvimento dos alunos através da observação da prática dos mesmos, como eles se deslocam de diferentes maneiras, habilidades motoras com a bola e no jogo Joken-Pô. Pode-se observar também o respeito às regras e aos colegas também.

6. Fotos



Professor - Roberto José Borges