

## PLANO DE AULA

CENTRO EDUCACIONAL MUNICIPAL MARIA IRACEMA MARTINS DE ANDRADE

PROFESSORA SUPERVISORA: Giovana Martins da Costa Dantas

COORDENADORA DE ÁREA: Alexandra Folle

ESTUDANTES: Bruno Hounsell, Gabriel Costa de Souza, Gabriel Macedo, Lucas Oliveira da Costa

ANO ESCOLAR: 2º e 3º anos

TEMA: Ginástica - Condicionamento físico - Capacidades físicas - **Velocidade**

OBJETIVO GERAL: Vivenciar a capacidade física de velocidade.

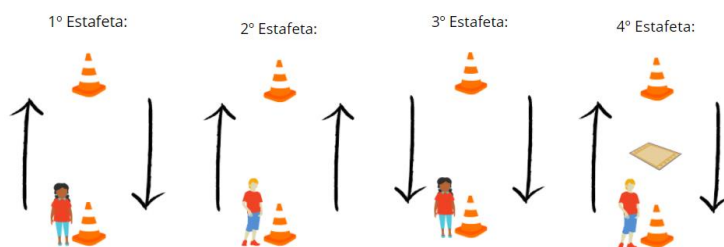
### ATIVIDADE 1: CONVERSA INICIAL SOBRE VELOCIDADE (5 MIN)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: na quadra, alunos serão organizados em uma grande roda.
- Descrição do desenvolvimento da atividade: a professora começará a conversa sobre velocidade, questionando os alunos com as seguintes perguntas:
  1. Quem gosta de correr levanta a mão?
  2. Quais animais vocês conhecem que são rápidos? Quais animais conhecem que são lentos? Essas perguntas são somente para a professora visualizar se os alunos compreenderam o conceito de velocidade, a partir da analogia que se aproxime do conhecimento dos alunos, neste caso a analogia é feita com os animais.

Após os questionamentos, explicar aos alunos o objetivo e o que será realizado na aula.

### ATIVIDADE 2: ESTAFETAS (15 MIN)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: os alunos ficarão posicionados em 4 colunas, organizadas na lateral da quadra. Um cone ficará posicionado na frente do primeiro aluno de cada coluna e um na outra lateral da quadra.



- Descrição do desenvolvimento da atividade: ao sinal da professora:
  - 1º Estafeta: o aluno deverá correr de frente até o cone e retornar para sua coluna.
  - 2º Estafeta: o aluno deverá correr de frente até o cone e retornar para sua fila de costas.

3º Estafeta: o aluno deverá correr de costas até o cone e retornar para sua fila de costas.

4º Estafeta: o aluno deverá correr e pular por cima do colchonete e retornar para sua coluna.

Observação: cada aluno deverá realizar no mínimo duas vezes cada estafeta, dentro do tempo aproximado de 15 minutos. A professora pode observar a necessidade de aumentar ou reduzir o tempo de acordo com o desempenho dos educandos. Manter o distanciamento entre os alunos.

- Materiais necessários: 8 cones, caso não tenha o número de cones suficientes poderá ser utilizado material similar. 20 mini arcos, giz e 1 colchonete.

#### ATIVIDADE 3: BATATINHA FRITA (15 MIN)

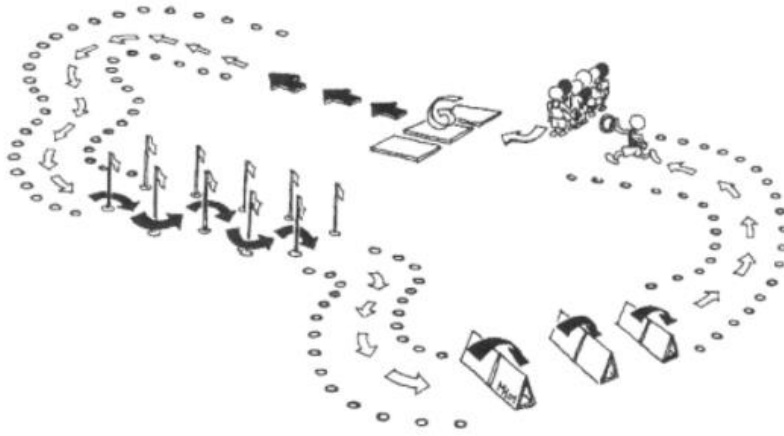
- Espaço para realizar a atividade: os alunos serão organizados em fila na linha de fundo da quadra, perto de uma das traves. Os alunos ficarão de frente para outra trave, onde outro aluno que será o contador ficará.



- Descrição do desenvolvimento da atividade: um aluno será escolhido pela professora para ser o contador e deverá ficar virado para a parede. Os alunos que não foram escolhidos têm como objetivo correr até o contador, sem que sejam vistos se mexendo quando o contador terminar de falar “BATATINHA FRITA 1 2 3”, e se virar para conferir se alguém se mexe. Quem é pego se mexendo deverá se retirar da brincadeira até que ela recomece com um novo contador. A contagem é repetida várias vezes até que todos cheguem até o contador ou não sobram alunos para chegarem do outro lado. O objetivo é correr o mais rápido possível para chegar do outro, mas cuidando para não ser visto se movimentando após a contagem.

#### ATIVIDADE 4: FÓRMULA 1 (15 MIN)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: na quadra, a professora organizará os alunos em fila. Cones deverão ser dispostos para formar um zigue-zague e colchonetes para o rolamento em outro espaço da quadra.



- Descrição do desenvolvimento da atividade: esta atividade encerra a capacidade física da velocidade e dá início a agilidade. A professora deverá montar o circuito da atividade conforme a ilustração desta atividade. A atividade consiste em terminar o percurso o mais rápido que conseguir. Primeiramente, o aluno deverá fazer um rolamento no colchonete e em seguida correr até os cones, fazer o ziguezague entre eles e correr até os cones que irão estar deitados, eles deverão pular e correr até a linha de chegada.
- Variações: a professora poderá alterar circuitos, com intenção de dificultar ainda mais o percurso.
- Observações: cada aluno deverá realizar, no mínimo, duas vezes o circuito. Manter o distanciamento entre os alunos.
- Materiais necessários: colchonetes; corda ou giz para marcação do percurso; cones ou materiais similares.

#### ATIVIDADE 5: Conversa final (5 MIN)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: na quadra, onde os alunos deverão ser organizados em uma roda.
- Descrição do desenvolvimento da atividade: a professora poderá fazer algumas perguntas sobre as atividades da aula, questionando os alunos com as seguintes perguntas:
  1. Vocês gostaram da aula?
  2. Qual atividade vocês gostaram mais?
  3. Vocês gostaram de correr rápido ou mais lento?

Ao final, informar o conteúdo da próxima aula que dará sequência a aprendizagem e ao desenvolvimento das capacidades físicas.

#### AVALIAÇÃO DA TURMA/ALUNOS:

- Instrumentos: observação e registro.
- Critério de avaliação da aprendizagem dos alunos: vivência da capacidade física de velocidade. Níveis: vivenciou com facilidade; vivenciou com dificuldades; não vivenciou.