

## 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 - **Agilidade**

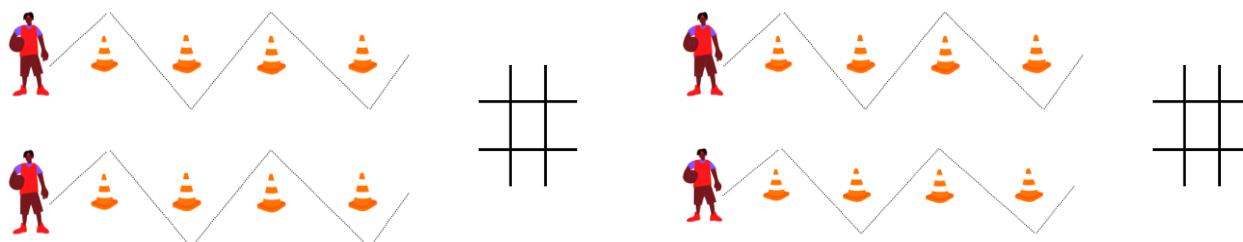
OBJETIVO: Experimentar a capacidade física de agilidade.

ATIVIDADE 1: Conversa inicial (5 min)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: alunos sentados, em uma grande roda, na quadra.
- Descrição do desenvolvimento da atividade: contextualizar a necessidade de ter uma boa agilidade. Explicar, por exemplo, que no futebol os atletas precisam de muita agilidade para mudar de direção, para correr atrás da bola; no pega-pega, precisa-se de agilidade, para fugir do colega; no mata-mata (queimada), precisa-se de agilidade, para não ser atingido. Após, solicitar aos alunos exemplos de situações em que é necessário ser bem ágil e se eles se consideram ágeis.

ATIVIDADE 2: Jogo da velha com coletes/TNT (15 min)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: organizar os alunos em dois grupos, para ter-se dois jogos da velha ao mesmo tempo. Cada grupo será organizado em duas colunas, as quais serão adversárias. A frente de cada uma delas, serão posicionados cones e após estes terá um jogo da velha, desenhado no chão com giz, para cada grupo. Para cada grupo serão fornecidos seis coletes ou TNT em duas cores, sendo três coletes/TNT de uma cor para cada coluna.



- Descrição do desenvolvimento da atividade: para chegar no jogo e fazer a marcação, um aluno de cada coluna deverá passar em ziguezague pela sequência de cones, fazer a marcação (colocar o colete/TNT em um dos espaços do jogo) e retornar pelo mesmo ziguezague para a sua coluna, momento em que o próximo colega de equipe fará a mesma ação. O objetivo da atividade é posicionar os três coletes/TNT da equipe em sequência, podendo ser na vertical, na horizontal ou na diagonal, ao mesmo tempo que se usa os seus coletes para evitar que a equipe adversária forme a sua sequência. Como são três coletes para cada equipe, após a colocação dos três no jogo, os alunos devem ir mudando-os de espaço, até que uma das equipes atinja o objetivo. A atividade poderá ser realizada quantas vezes forem necessárias.
- Materiais necessários: giz branco ou nove bambolês para demarcar cada jogo da velha, seis coletes/TNT (três de cada cor), para realizar as marcações, em cada jogo.

#### ATIVIDADE 3: Corrida com jornais (15 min)

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: alunos organizados em filas, em cima da linha de fundo da quadra, com duas folhas de jornal para cada um.

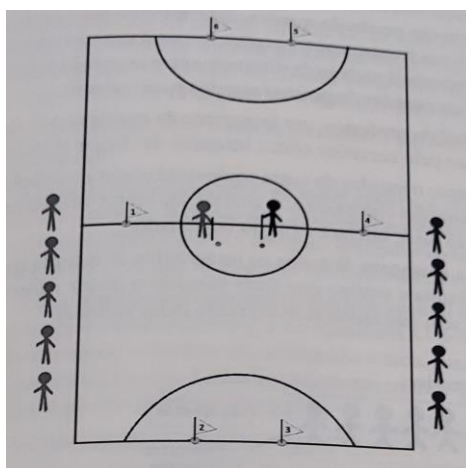


- Descrição do desenvolvimento da atividade: ao sinal de início, os alunos deverão colocar no chão, à sua frente, uma das folhas de jornal e pisar sobre ela. Depois, colocar a outra folha à sua frente e dar um passo para pisar sobre ela, pegando a que ficou atrás. Os alunos deverão fazer a troca de jornal até chegar à linha de chegada, do outro lado da quadra, retornando até a linha inicial da mesma forma. Vencerá quem chegar primeiro, sem rasgar o jornal. A atividade poderá ser realizada quantas vezes forem necessárias.
- Materiais necessários: duas folhas de jornais para cada aluno.

#### ATIVIDADE 4: Golfe coletivo

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: na quadra, poderão ser utilizados como buracos, os próprios buracos da quadra, onde são fixados os

postes de vôlei, formando-se dois buracos para o jogo. No total deverão ter cinco buracos. Assim, os demais ou todos podem ser criados, utilizando-se cones virados e mini-arcs para simulação. A turma será dividida em duas equipes, que formarão duas colunas nas laterais da quadra, cada aluno com seu taco - tacos de hóquei ou cabos vassoura (na quantidade que tiver na escola, caso não tenha para todos, os colegas de uma equipe poderão passar o seu taco para os próximos colegas, assim que terminada a sua vez) e bolas (seis bolas) deverão estar no centro da quadra.



- Descrição do desenvolvimento da atividade: as seis bolas deverão sempre começar no círculo central da quadra. Os primeiros alunos de cada equipe deverão estar posicionados no círculo central da quadra, com a posse do taco. Após o sinal da professora, eles deverão conduzir, com o taco, uma bolinha por vez, até um dos cinco buracos, assim que colocarem a bolinha dentro do buraco, deverão retornar ao centro e conduzir outra bolinha. Marcará 1 ponto para sua equipe, o aluno que colocar 3 bolinhas primeiro nos buracos. Vencerá a equipe que tiver mais pontos, após todos os alunos de cada equipe terem participado do jogo.
- Sugestão: para proporcionar mais possibilidades de desenvolvimento da agilidade aos alunos na atividade, poderão ser colocados obstáculos entre o círculo central e os buracos, entre os quais os alunos precisarão fazer ziguezagues e/ou outras formas de mudança de direção, enquanto conduzem as bolas.
- Materiais necessários: cinco cones; seis bolas de borracha pequenas; tacos e/ou cabos de vassoura; materiais da escola que possam ser utilizados como obstáculo.

#### ATIVIDADE 5: Conversa final

- Organização do espaço, materiais e estudantes para realização da atividade: alunos na quadra e sentados em roda.
- Descrição do desenvolvimento da atividade: realização de perguntas sobre as atividades da aula:

1. Vocês gostaram da aula?
2. Qual atividade vocês gostaram mais?

Por fim, comentar que a agilidade está muito ligada com a força e a velocidade, capacidades que serão aprendidas nas próximas aulas.

AVALIAÇÃO DA TURMA/ALUNOS: observação

- Instrumentos: observação e registro.
- Critério de avaliação da aprendizagem dos alunos: Realização das atividades de agilidade nos níveis: com facilidade; com dificuldade; não participou.