

Ângela Jagmin Carreta
Lize Helena Cappellari
Organizadoras

EDUCAÇÃO FÍSICA EM AÇÃO:
proposições do Pibid/Urcamp
ISBN: 978-85-63570-27-7

EDIURCAMP
BAGÉ
2014

EDUCAÇÃO FÍSICA EM AÇÃO: PROPOSIÇÕES DO PIBID URCAMP
ISBN: 978-85-63570-27-7

URCAMP – Universidade da Região da Campanha

REITORA

Lia Maria Herzer Quintana

VICE-REITOR E PRÓ-REITOR DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO

Paulo Ricardo Ebert Siqueira

PRÓ-REITORA ACADÊMICA

Marilene Vaz Silveira

PRÓ-REITOR DE ADMINISTRAÇÃO

Aurelino Rocha

PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO/CAPA

Quélen Leal

REVISÃO: Ângela Jagmin Carretta

Tiragem: 50 dvds

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E24 Educação física em ação: proposições do Pibid Urcamp. / Ângela Jagmin Carretta, Lize Helena Cappellari, organizadoras.
- Bagé: Ediurcamp, 2014.

ISBN: 978-85-63570-27-7

1. Educação física. 2. Pibid. 3. Educação. I. Carretta, Angela Jagmin. org. II. Capellari, Lize Helena. org. III. Título.

CDD: 796

Catalogação elaborada pelo Sistema de Bibliotecas FAT / Urcamp
Bibliotecária Responsável: Maria Bartira N. C. Taborda CRB: 10/782

EDUCAÇÃO FÍSICA EM AÇÃO: PROPOSIÇÕES DO PIBID URCAMP

ISBN: 978-85-63570-27-7

CENTRO DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO, COMUNICAÇÃO E ARTES

Diretora: Núbia Juliane

COORDENADORES DE ÁREA

Francisco Iniolde Marques Gomes

Gabriel Peres Feijó

Rodrigo de Azambuja Guterres

Carmen Regina Schimidt Barbosa

SUPERVISORES

Maria Jaqueline Biscaglia

Claudio Roberto Zacarias Ceolin

Juliano Alves Teodoso

Carlos Augusto Dorneles

Patrícia Rodrigues Simões

Luciene Resing

Denise Ribeiro Gonçalves

BOLSISTAS ID

Alicia Rocha Hovey

Maryane Marques dos Santos

Leticia Raquel Mendes Santana

Patrícia da Cruz Batista

Jessica Portinho da Silva

Marluã Alende Nunes

Jader Vilaverde Carvalho

Carla Viviane Abejaneda Borba

Gilberto Dias Junior

Luciane da Silva Acosta Antunes

Paola Martins

Tiane Teixeira

Fabício Monteiro Jardim

Daniel Bassoaldo Cabreira Trindade

APRESENTAÇÃO

O desenvolvimento integral do indivíduo, a presença de professores habilitados é fundamental para o amplo desenvolvimento psicomotor, desde os anos iniciais até os anos finais da formação do educando. O “brincar” faz parte das práticas culturais, dentro da necessidade do movimento, que é inerente a infância, o qual possibilita e amplia a formação da criança como ser social.

As atividades físicas vão fazendo parte do dia a dia da criança, o brincar constitui-se num direito da infância, transformando a consciência corporal vivida nas brincadeiras em conhecimento e aprendizagem, facilitando o desenvolvimento global, sendo um suporte sólido nas aprendizagens futuras. (LIMA, 2009)

O PIBID tem este propósito de resgatar atividades e jogos recreativos, para favorecer um espaço de aprendizagem com criatividade e liberdade, dentro do espaço escolar. A brincadeira e o imaginário trazem ao educando novas formas de comunicação e interação social, promove noções de espaço-temporal, lateralidade com experiência vivida em seu próprio corpo, exercitando o simbolismo, a imaginação e a memória. A brincadeira traz a identidade de grupos sociais, na educação e na cultura de uma região.

SUMÁRIO

CAPÍTULO I.....	9
INTRODUÇÃO.....	11
PARTE I – Objetivos e metodologia	13
PARTE II – ATIVIDADES	19
ATIVIDADES 1º ano	21
ATIVIDADES 2º ano	26
ATIVIDADES 3º ano	31
ATIVIDADES 4º ano	36
ATIVIDADES 5º ano	41
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	48
REFERÊNCIAS.....	49
CAPÍTULO II.....	51
PARTE I – Objetivos e metodologia	53
PARTE II– Jogos	57
JOGO 1 -	59
JOGO 2 -	59
JOGO 3 -	60
JOGO 4 -	60
JOGO 5 -	61
JOGO 6 -	62
JOGO 7 -	62
JOGO 8 -	63
JOGO 9 -	63
PARTE III – Atividades	65
ATIVIDADE 1 -	67
ATIVIDADE 2 -	67
ATIVIDADE 3 -	68
ATIVIDADE 4 -	68
ATIVIDADE 5 -	69

REFERÊNCIAS.....	70
CAPÍTULO III-JOGOS.....	71
JOGO 1 -	73
JOGO 2 -	74
JOGO 3 -	75
JOGO 4 -	76
JOGO 5 -	77

CAPÍTULO I

**Autores: Rodrigo Azambuja Guterres - Gabriel Peres Feijó
Cláudio Roberto Zacarias Ceolin - Juliano Alves Teodoso
Carlos Augusto Dorneles - Patrícia Rodrigues Simões
Marluã Alende Nunes - Jader Vilaverde Carvalho**

INTRODUÇÃO

Ao ingressarem na escola as crianças têm grande necessidade de movimentar-se e estão em fase de adaptação em períodos mais longos de concentração. A Educação Física, como pratica social coletiva, tem função de promover criatividade, socialização, autonomia, estimular o aluno ao próprio aprendizado, ao questionamento e ao raciocínio. As mais diversas manifestações culturais presentes no cotidiano da vida como a dança, jogos, esportes, devem ser valorizados, desfrutados. É através da Educação Física que se pode vivenciar as mais diversas praticas corporais, auxiliando na formação do aluno.

Em muitos municipios gaúchos e em muitas regiões do nosso país, podemos observar que a maioria das escolas não possui um ensino de Educação Física específico e orientado por um professor da área, nos anos iniciais do ensino fundamental. A maioria das escolas introduz a Educação Física em sua grade curricular a partir dos anos finais, deixando de auxiliar no desenvolvimento psicomotor logo na segunda infância.

A Educação Física nessa fase escolar, propicia aos alunos aprendizagem dos movimentos fundamentais (GALLAHUE, 1998) e possui características lúdicas, sem contudo assumir características de recreio. O ludismo que caracteriza as atividades de Educação Física possibilita ao professor oportunizar à criança um programa educativo de atividades motoras que aumentam cada vez mais suas habilidades, melhorando seu desempenho em todas as atividades, quer esportivas, quer cotidianas.

Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) o trabalho de Educação Física no ensino fundamental é importantíssimo nos anos iniciais, oportunizando desde cedo, desenvolver atividades de esportes, lutas, jogos, danças, como expressões de emoções, afetos, sentimentos. Fundamenta-se, portanto, a concepção de corpo e movimento que a Educação Física tem por objetivo proporcionar: o prazer funcional, com base no movimento. Disponibiliza ao aluno ampliar suas possibilidades cinéticas porém o objetivo maior é a educação pela qual o educador cumpri seus objetivos educacionais. A Educação Física na escola favorece ao aluno a possibilidade de controlar seu esforço, conhecer seus limites, suas potencialidades, detectar seu trabalho corporal pode ser prejudicial a saúde ou não.

PARTE I
OBJETIVOS E METODOLOGIA

OBJETIVOS E METODOLOGIA

OBJETIVOS

O Subprojeto de Educação Física tem como foco principal oportunizar os acadêmicos do curso a conhecerem e vivenciarem práticas pedagógicas inseridas no contexto escolar.

Ainda são objetivos do Programa Institucional de Iniciação à Docência – PIBID, subprojeto Educação Física:

- construir materiais didáticos de apoio aos professores unidocentes para o desenvolvimento de suas aulas de recreação nos anos iniciais;
- verificar o impacto da ação conjunta do profissional de Educação Física com os unidocentes no aspecto de satisfação e motivação;
- mensurar a melhora dos aspectos motores dos alunos dos anos iniciais com as aulas ministradas por estudantes de Educação Física;
- promoção de sessões de estudo sistemáticas que darão sustentação aos fundamentos epistemológicos e pedagógicos dos atores envolvidos no processo, com vistas à qualificação do trabalho docente e de acadêmicos bolsistas;

METODOLOGIA

O subprojeto de Educação Física do PIBID é desenvolvido em parceria com a Universidade da Região da Campanha e a Prefeitura Municipal de Alegrete, por meio da inserção de 22 acadêmicos bolsistas, que desenvolvem atividades de Educação Física nos anos iniciais, do 1º ao 5º ano em quatro escolas da rede municipal de Alegrete.

As escolas municipais envolvidas são: A EMEB Antonio Saint Pastous de Freitas, com 282 alunos divididos em 14 turmas; A EMEB Honório Lemes com 11 turmas, sendo uma turma por ano inicial do primeiro ao quarto ano, totalizando nessas turmas, aproximadamente, 100 alunos; A EMEB Princesa Isabel, com 108 alunos no turno da manhã e 90 no turno da tarde tendo um total de 10 turmas; A EMEB Eurípedes Brasil Milano, com 13 turmas, sendo uma turma por ano inicial do primeiro ao quarto ano, totalizando nessas turmas, aproximadamente, 80 alunos. Todas essas escolas municipais encontram-se localizadas em áreas de vulnerabilidade social e seus desempenhos escolares através do IDEB são consideradas satisfatórias nesse período de ensino.

O grupo de trabalho é formado por dois professores da Universidade, como coordenadores de área, quatro professores da rede pública de ensino par-

ticipantes do projeto e vinte e dois bolsistas de iniciação à docência do curso de Licenciatura em Educação Física. Todos os participantes do programa são seleccionados a partir de editais de seleção.

As atividades dos acadêmicos bolsistas consistem em atender do 1º ao 5º ano dos anos iniciais as atividades relacionadas de Educação Física, sempre junto com a professora das respectivas turmas. A carga-horária destinada para o projeto é de 30h mensais, distribuídas em participação em encontros, reuniões pedagógicas, atividades na escola e as aulas de Educação Física.

O projeto encontra-se no seu 3º ano de realização, tendo o foco neste momento em desenvolver os aspectos das habilidades físicas dos alunos, por meio de atividades esportivas, recreativas, mini jogos entre outros, sempre com ênfase nos aspectos lúdicos.

Nos anos anteriores, verificou-se por meio de pesquisas científicas e publicadas, o avanço das atividades nos aspectos psicomotores dos alunos do ensino básico envueltos com o projeto, bem como o impacto na satisfação e motivação dos professores unidocentes que participam das atividades.

PARTE II
ATIVIDADES PRÁTICAS

Atividades práticas para o 1º ano

ATIVIDADE 1 - ROUBAR O RABO DO COELHO

OBJETIVOS:

Coordenação, observação.

MATERIAL:

Jornal

FORMAÇÃO:

Livres, dispersos.

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos dispersos pela quadra cada um com um jornal enrolado, que será colocado atrás que será o rabo do coelho. Ao sinal do professor os alunos correrão um atrás do outro para pegar o rabo do coelho o último que ficar com o rabo vence a prova.

Os alunos dispersos pela quadra, cada um com um jornal enrolado, preso na parte de trás do corpo, representando o rabo do coelho.

ATIVIDADE 2 - MORTO VIVO

OBJETIVOS:

Coordenação, atenção.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Livres

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos um atrás do outro. Ao sinal do professor os alunos ficam atentos. Quando o professor disser vivo todos ficam em pé, quando o professor disser morto todo mundo deverá se abaixar, cada

aluno que errar irá saindo da brincadeira, até que a mesma se reinicie novamente.

ATIVIDADE 3 - CAMINHADA SOBRE O JORNAL

OBJETIVOS:

Coordenação, observação, atenção.

MATERIAL:

Jornal.

FORMAÇÃO:

Duas colunas

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos separados em duas colunas com o mesmo numero de componentes. Dá-se duas folhas de jornal o primeiro aluno de cada fila Ao sinal do professor os alunos começam sua caminha ate o ponto determinado pelo professor. A coluna que terminar por primeiro vence a prova.

ATIVIDADE 4 - TELEFONE SEM FIO

OBJETIVOS:

Observação, atenção.

MATERIAL:

Nenhum

FORMAÇÃO:

Sentados em círculo

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos sentados em círculo. A professora seleciona uma palavra a ser falada no ouvido do aluno. Assim dando sequência sendo falada no ouvido de todos os alunos. Até chegar ao ultimo e ter certe-

za de que ele acertou a palavra escolhida pela professora.

ATIVIDADE 5 - LEVANDO A BOLA

OBJETIVOS:

Coordenação óculo manual

MATERIAL:

Cone, bola, bastão.

FORMAÇÃO:

Coluna

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos colocados em coluna. Ao sinal do professor o primeiro aluno pega o bastão e vai levando a bola com o bastão passando por entre dos cones ate o ponto definido pelo professor. Depois volta e entrega para o próximo da coluna e assim sucessivamente até todos completarem a prova.

ATIVIDADE 6 - SOBRE A CORDA

OBJETIVOS:

Equilíbrio dinâmico

MATERIAL:

Corda, tampinha de garrafa.

FORMAÇÃO:

Coluna

DESENVOLVIMENTO:

Consiste em esticar uma corda no chão, colocando esta coluna na frente da corda e estimular as crianças a andar por esta com uma tampinha de garrafa na cabeça sem deixar cair.

VARIAÇÕES:

Estimular os alunos a percorrer a corda variando a direção e lateralidade sobre a mesma.

ATIVIDADE 7 - MANOBRAS COM BAMBOLÊ**OBJETIVOS:**

Criatividade, equilíbrio e lateralidade.

MATERIAL:

Bambolê, cones.

FORMAÇÃO:

Divididos pelo espaço da quadra e após em círculo.

DESENVOLVIMENTO:

O grupo de alunos deverá estar bem dividido pelo espaço da quadra, ao comando do professor os alunos começam as brincadeiras, pelos movimentos mais fáceis, brincando com o bambolê, em diferentes partes do corpo (braço, pescoço, quadril, pernas). Após quinze minutos de atividades o professor propõe aos alunos alguns desafios, como por exemplo, guiar o bambolê por sobre as linhas da quadra entre outras variações possíveis à sua criatividade.

ATIVIDADE 8 - ROBÔ**OBJETIVO:**

Desenvolver a lateralidade.

MATERIAL:

Humano.

FORMAÇÃO:

Dupla

DESENVOLVIMENTO:

Brincadeira do robô: um aluno será o robô e o outro o seu inventor. O inventor deverá guiar seu robô pelo espaço da quadra utilizando para tanto suas mãos apoiadas nos ombros do colega. Cada vez que este tocar no lado direito o robô deverá mover-se para o mesmo lado e assim para o outro lado, evitando que seu colega colida com os demais.

ATIVIDADE 9 - BOLICHE**OBJETIVOS:**

Trabalho em equipe, interdisciplinar e criatividade.

MATERIAL:

Garrafas pet, papel, lápis de cor, fita durex, meias de nylon.

FORMAÇÃO:

Círculo

DESENVOLVIMENTO:

Montar um jogo de boliches com garrafas pets. A confecção do jogo será realizada pelos alunos com o auxílio do professor que fará uma explanação sobre a importância da reciclagem e dos números ordinais. Em seguida os alunos brincaram com o jogo confeccionado.

ATIVIDADE 10 - MEMÓRIA E ARREMESSO**OBJETIVO:**

Atenção, socialização, coordenação.

MATERIAL:

Bola de meia

FORMAÇÃO:

Sentados em círculo.

DESENVOLVIMENTO:

Um dos alunos terá em suas mãos uma bola de meia; este aluno falará o nome de outro aluno e lançará a bola para outro aluno qualquer. Quem receber a bola terá que lançá-la para o aluno que foi chamado primeiro, dizendo o nome de outro aluno qualquer, e assim sucessivamente.

Atividades práticas para o 2º ano**ATIVIDADE 1 - CIRCUITO****OBJETIVOS:**

Trabalhar o equilíbrio, coordenação motora e motricidade ampla.

MATERIAL:

2 cordas, 2 cadeiras, 5 bambolês, 4 cones, 6 colchonetes e 01 bola.

FORMAÇÃO:

Em fila única cada aluno faz a atividade individualmente.

DESENVOLVIMENTO:

Em fila única, o circuito inicia com 2 cadeiras e uma corda amarrada entre elas onde os alunos deverão passar por baixo. Bambolês dispostos em forma de Y onde os alunos deverão passar pulando entre eles com um só pé; uma corda disposta no chão onde deverão que caminhar sobre ela equilibrando-se; colchonetes dispostos no chão onde deverão fazer uma cambalhota, nos cones tem que passar com os pés alternados e com a bola tem que arremessar por dentro do bambolê que esta amarrado na trave.

ATIVIDADE 2 - CONSTRUÇÃO DE PERCURSOS**OBJETIVOS:**

Trabalhar equilíbrio e coordenação motora.

MATERIAL:

2 Folhas de revista para cada aluno.

FORMAÇÃO:

Em fila única cada aluno faz a atividade individualmente

DESENVOLVIMENTO:

Em fila única e com duas folhas de revista, cada aluno deve percorrer 10 metros, sendo ida e volta construindo seu caminho com a folha um pé após o outro sem tocar o chão, assim sucessivamente até que todos tenham feito 3 vezes o exercício.

ATIVIDADE 3 - DESAFIOS E DESLOCAMENTO**OBJETIVOS:**

Trabalhar motricidade ampla.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Livre.

DESENVOLVIMENTO:

Correndo ou caminhando pela quadra ao comando do professor segura com a mão direita depois com a esquerda segura uma parte do corpo, depois com as duas mãos duas parte do corpo, e depois em duplas continuar correndo ou caminhando e encostar ombro a ombro, de costas, e com pés juntos ao colega e caminhar.

ATIVIDADE 4 - ARREMESSOS E PONTARIA**OBJETIVOS:**

Coordenação óculo manual

MATERIAL:

2 bambolês, 2 cones e 2 garrafas pet, 2 bolas.

FORMAÇÃO:

Duas colunas

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos dispostos em duas colunas tentarão acertar os cones a uma distância de 5 metros e as garrafas atadas na trave através do arremeso com a bola.

ATIVIDADE 5 - MÚLTIPLOS COMANDOS**OBJETIVOS:**

Circuito psicomotor.

MATERIAL:

2 cordas, 5 bambolês, 6 colchonetes, 8 cones, 2 bolas, 1 mini cesta de basquete.

FORMAÇÃO:

Coluna.

DESENVOLVIMENTO:

Alunos dispostos em 2 colunas onde um a um, deverá. 1- pular corda repetindo 10 vezes. 2- nos bambolês amarrados na trave os alunos deverão passar entre eles. 3- nos colchonetes os alunos deverão passar rolando e fazendo cambalhotas. 4- com a bola passar entre os cones quicando a bola alternando a mão direita e esquerda.

ATIVIDADE 6**OBJETIVOS:**

Equilíbrio Dinâmico

MATERIAL:

Tampinha de garrafa, corda.

FORMAÇÃO:

Duas colunas.

DESENVOLVIMENTO:

Consiste em esticar uma corda no chão, colocar cada coluna na frente dessa corda e estimular as crianças a andar nessa corda com uma tampinha de garrafa na cabeça, sem deixar cair. Se não tiver, corda nem giz colocar bambolês no chão.

ATIVIDADE 7 - LATERALIDADE EM AÇÃO**OBJETIVO:**

Equilíbrio dinâmico e lateralidade

MATERIAL:

Garrafas com água (pode ser com bambolê)

FORMAÇÃO:

Coluna

DESENVOLVIMENTO:

Faz-se uma cruz de garrafas/bambolês distantes uma da outra, ao ponto de o aluno manter-se no meio desta. Os alunos saltarão de acordo com o que o professor mandar, ex: O professor diz para saltar para esquerda e assim o aluno faz, pular para frente, para trás até saltar dentro sobre todos os lados das garrafas/bambolês.

ATIVIDADE 8 - DESAFIOS COM O BALÃO**OBJETIVOS:**

Noção de corpo.

FORMAÇÃO:

Livres.

MATERIAL:

Balões

DESENVOLVIMENTO:

Cada criança receberá um balão, seguindo as ordens do professor, exemplo: conduzir o balão com a mão, pés, joelho, coxa, barriga, cabeça, etc.

ATIVIDADE 9 - QUEIMADA**OBJETIVOS:**

Coordenação óculo manual.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Livre em duas equipes

DESENVOLVIMENTO:

Utilizaremos como exemplo a quadra de vôlei. Dividir em duas equipes, uma de cada lado da quadra. O objetivo é queimar com a bola as pessoas da outra equipe, arremessando a bola em direção ao colega do outro lado. Quando uma pessoa for queimada, ela fica no final da quadra de vôlei do time adversário podendo ajudar sua equipe sem que saia do jogo.

ATIVIDADE 10 - LATERALIDADE EM SESSÃO HISTORIADA**OBJETIVOS:**

Trabalhar noção de lateralidade.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Livre.

DESENVOLVIMENTO:

Estimular a criança a mostrar o braço direito, braço esquerdo, pé direito, pé esquerdo, etc, baseado em alguma historinha tornando uma atividade lúdica e que não os retraia. Após trabalhar também com elementos da sala de aula/quadra, perguntando que lado está disposto janela, mesa do professor, armário, porta, etc.

Atividades práticas para o 3º ano**ATIVIDADE 1 - ARREMESSO EM EQUIPE****OBJETIVOS:**

Desenvolver a coordenação motora ampla, a percepção de espaço e percepção visual.

MATERIAL:

Dois arcos de plásticos, duas bolas de borracha.

FORMAÇÃO:

Duas colunas na direção dos arcos.

DESENVOLVIMENTO:

Solicita-se que os primeiros de cada equipe arremessem a bola, tentando acertar dentro do arco. Aquele que arremessou, busca a bola e entrega ao primeiro da coluna e assim sucessivamente, até que seja repetido o exercício várias vezes. Se o exercício se tornar muito fácil, aumentar a distância da coluna em relação aos arcos.

ATIVIDADE 2 - De olho na vaga

OBJETIVOS:

Concentração, agilidade.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Círculo

DESENVOLVIMENTO:

Numerados de 3 em 3 , ficando um sozinho no centro do círculo. Ao sinal, ele dirá um dos três números (1, 2, 3) e todos os alunos correspondentes ao número chamado deverão trocar de lugar entre si. O aluno do centro durante a mudança deverá ocupar um dos lugares. Aquele que sobrar, irá ao centro.

ATIVIDADE 3 - PÁRA A BOLA

OBJETIVOS:

Agilidade, atenção.

MATERIAL:

Bola.

FORMAÇÃO:

Duas colunas de frente uma para outra

DESENVOLVIMENTO:

Cada aluno que estiver com a bola deverá deslocar-se até a outra coluna conduzindo a bola nas mãos onde lá deverá entregar ao aluno que estiver à frente e retorna rapidamente ao final de sua coluna. Na sequência o aluno que recebeu a bola fará o mesmo. O professor que estará de costas dará um tempo e emitirá um sinal, quem estiver com a bola na mão ao sinal dará um ponto para a coluna oposta. Objetivam-se dez pontos.

ATIVIDADE 4 - PONTOS DE ARREMESSO

MATERIAL:

Cones e bambolês

OBJETIVOS:

Coordenação óculo manual.

FORMAÇÃO:

Coluna.

DESENVOLVIMENTO:

O aluno deve arremessar um bambolê para encaixar sobre um cone a uma distância de aproximadamente 5 metros. Cada acerto vale um ponto. Objetivam-se quinze pontos

ATIVIDADE 5 - ARCOS EM GOL

OBJETIVOS:

Iniciar o desenvolvimento de fundamentos técnicos do handebol através de atividades lúdicas.

MATERIAL:

Bola, cone, corda e arco.

FORMAÇÃO:

Livre (o goleiro somente nas linhas da quadra)

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos dispostos em duas equipes, sendo que cada equipe deverá eleger o seu goleiro que ficará andando ao redor na quadra (por cima das linhas do handebol ou outras) com um arco nas mãos (elevado). As equipes deverão trocar passes e tentarão chegar até o seu arco para fazer um gol (jogando a bola através do arco).

ATIVIDADE 6 - DESLOCAMENTO E ARREMESSOS

OBJETIVOS:

Lateralidade, coordenação motora.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Coluna.

DESENVOLVIMENTO:

Ir até o final da quadra quicando a bola com a mão direita, depois voltar quicando com a mão esquerda. Logo após arremessar em direção ao arco suspenso na trave.

ATIVIDADE 7 - PERSEGUIÇÃO

OBJETIVOS:

Habilidade de correr.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Livres

DESENVOLVIMENTO:

Executar brincadeiras de perseguição: polícia e ladrão; pega-pega; pega ajuda.

ATIVIDADE 8 - OLHO VIVO

OBJETIVOS:

Atenção, concentração.

MATERIAL:

Bola.

FORMAÇÃO:

Círculo

DESENVOLVIMENTO:

Os alunos sentados em círculo com as pernas cruzadas; um aluno sentado no centro com olhos vendados. Os colegas passam a bola entre e ao sinal do professor colocam as mãos para traz escondendo a bola. O aluno que está no centro, abre os olhos e aponta aquela que imaginar estar com a bola. Se acertar repete o jogo. Se errar quem parou com a bola desloca-se até o centro e assim até todos participar.

ATIVIDADE 9 - DESAFIOS COM O JORNAL**OBJETIVOS:**

Realizar atividades utilizando jornal, desenvolvendo habilidade motora.

MATERIAL:

Jornal.

FORMAÇÃO:

Livres

DESENVOLVIMENTO:

Amassar a folha formando bolinhas, lançando-as para o alto e pegando. Variações: lançar a bola variando intensidade de força; bater palmas uma vez e pegar; bater palmas duas vezes; colocar a mão no nariz (ou na testa) e pegar; lançar por baixo da perna, etc.

ATIVIDADE 10 - O NÁUFRAGO**OBJETIVO:**

Agilidade e noção espacial.

MATERIAL:

Bola de borracha e giz.

FORMAÇÃO:

Duas equipes mais alguns dispersos.

DESENVOLVIMENTO:

Duas Ilhas. O objetivo do jogo é fazer com que a equipe de naufrago passe de uma ilha para a outra sem que a equipe de tubarões a acerte com uma bola. Para preparar o jogo, que deve ser em um espaço amplo, devem-se desenhar no chão, dois círculos com cerca de 3 metros de diâmetro e alguns metros de distância um do outro. Esses círculos serão as "ilhas". A turma deve ser dividida em dois times: o de "tubarões", que ficam espalhados, fora dos círculos, e o de "náufragos", que ficam em uma das "ilhas" e começam com a bola. Um dos "náufragos" lança a bola o mais longe possível e sai correndo até a outra ilha. Os "tubarões", então, tentam pegar essa bola e acertar no "náufrago", antes que ele chegue à ilha. Se conseguir, o naufrago vira "tubarão". Quando não tiver mais nenhum jogador na primeira ilha, contam-se os que conseguiram chegar à outra e as equipes invertem os papéis.

Atividades práticas para o 4º ano**ATIVIDADE 1 - PAR OU ÍMPAR****OBJETIVOS:**

Atenção, Habilidade Motora, Agilidade, Jogo de Equipe, Percepção.

MATERIAL:

Nenhum..

FORMAÇÃO:

Coluna.

DESENVOLVIMENTO:

Brincadeira chamada “par ou ímpar” consiste em agrupar os alunos no fundo da quadra e formar uma única coluna. Um por vez tentará passar pelo professor que estará no meio da quadra, sem que ele o toque.

ATIVIDADE 2 - MEIO A MEIO

OBJETIVOS:

Duas equipes.

MATERIAL:

Bola de Handebol e Futsal.

FORMAÇÃO:

DESENVOLVIMENTO:

Será feito um jogo adaptado, dividido em duas partes, onde a primeira parte será handebol, somente com troca de passes. A equipe que estiver com a posse de bola deverá trocar um nº determinado de passes. Feito isso, se trocará o esporte, passando a ser futsal, onde a bola deverá passar por todos, e só valerá gol de dentro da área.

ATIVIDADE 3 - ATENÇÃO!

OBJETIVOS:

Atenção.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Círculo.

DESENVOLVIMENTO:

Alunos em círculo, um aluno no centro com olhos vendados, os alunos passam a bola entre si e ao sinal do professor todos colocam as mãos

para trás, quem está com a bola coloca as mãos para trás escondendo a bola. O aluno que está no centro, abre os olhos e aponta aquele que imagina estar com a bola. Se errar repete o jogo.

ATIVIDADE 4 - POSSE DA BOLA

OBJETIVOS:

Percepção e agilidade.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Círculo.

DESENVOLVIMENTO:

Em círculo de pernas afastadas e mãos nos joelhos, com um aluno no meio em posse de uma bola. Ao sinal, o aluno do centro jogará a bola em alguém, fazendo com que passe por entre as pernas, onde quem receber a bola tentará impedir com as mãos a passagem da mesma. Se a bola passar, este aluno irá para o meio do círculo.

ATIVIDADE 5 - ACERTANDO O ADVERSÁRIO

Objetivos:

Noção espaço temporal, agilidade.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Duas equipes.

DESENVOLVIMENTO:

Duas equipes, sendo que uma fica dentro do limite da quadra de vôlei e a outra no restante da quadra. A equipe de dentro tem a posse da bola e deverá tentar acertar nas pernas dos alunos da equipe adversária. O jogador atingido passa por dentro da área do voleibol. Depois de certo tempo, ou se todos forem atingidos, as equipes trocarão de posição, invertendo os papéis.

ATIVIDADE 6 - PONTE MÓVEL**OBJETIVOS:**

Coordenação motora; Equilíbrio.

MATERIAL:

Bambolês.

FORMAÇÃO:

Duas colunas.

DESENVOLVIMENTO:

Brincadeira chamada “Ponte Móvel” aonde o aluno com posse de 2 bambolês vai construindo uma espécie de ponte a sua frente, estando dentro de um bambolê e colocando o outro na sua frente e pisando dentro dele e assim por diante. Se o aluno pisar fora do bambolê quando for levá-lo à frente, volta para o início.

ATIVIDADE 7 - BALÃO NO OMBRO**OBJETIVOS:**

Integração do Grupo, Raciocínio lógico, Equilíbrio.

MATERIAL:

Balão.

FORMAÇÃO:

Individuais, em duplas e depois dois grandes grupos.

DESENVOLVIMENTO:

Individualmente eles deverão encher o balão e escrever uma mensagem ou desenhar; em duplas eles deverão apoiar o balão junto ao ombro e tentar andar pelo espaço; e em grupos tentarão equilibrar o balão no ombro promovendo o deslocamento do grupo pelo espaço.

ATIVIDADE 8 - CÓDIGO EM AÇÃO**OBJETIVOS:**

Integração do Grupo, Raciocínio lógico.

MATERIAL:

Caneta.

FORMAÇÃO:

Em círculo.

DESENVOLVIMENTO:

O desenvolvimento da dinâmica ocorre da seguinte forma: o professor passa duas canetas de forma junta, separada ou em forma de “X” eles tentam então descobrir a forma correta de como se passar as canetas, desenvolvendo o raciocínio lógico de quando se percebe que o formato de como se passar as canetas é o mesmo formato de como o professor faz com os membros inferiores. (bom para dias de chuva).

ATIVIDADE 9 - SALADA DE FRUTAS**OBJETIVOS:**

Integração do Grupo, Raciocínio rápido, Ritmo.

MATERIAL:

Bambolês.

FORMAÇÃO:

Círculo.

DESENVOLVIMENTO:

Em um círculo, dentro dos bambolês cada integrante terá um número de um a três, e um dos integrantes dessa brincadeira ficará no meio do círculo, cada vez que um deles falar “um”, todos que forem o número “um” devem procurar outro lugar; cada vez que o que sobrou falar “dois” todos os dois devem trocar de lugar assim como os números “três” e quando ele falar “salada de frutas” todos trocam de lugar.

ATIVIDADE 10 - PEGA-PEGA**OBJETIVOS:**

Agilidade, Equilíbrio dinâmico.

MATERIAL:

Nenhum.

FORMAÇÃO:

Livres.

DESENVOLVIMENTO:

É um pega-pega, mas somente poderá pegar sobre as linhas coloridas da quadra e só pode fugir por cima das linhas também. Quem foi pego senta trancando a passagem. Após duas rodadas adaptar exemplo pode destrancar passando debaixo das pernas de quem foi pego.

Atividades práticas para o 5º ano**ATIVIDADE 1 - ZIGUE ZAGUE****OBJETIVO:**

Coordenação óculo pedal.

MATERIAL:

Bola de futsal.

FORMAÇÃO:

Colunas.

DESENVOLVIMENTO:

4 cones dispostos à frente, onde os alunos deverão fazer zigue-zague, conduzindo a bola de futsal com os pés direito e esquerdo, chegando ao fim com um passe para o próximo da sua coluna, voltando para o final da coluna.

ATIVIDADE 2 - ZIG ZAG**OBJETIVO:**

Habilidade de quicar; Percepção espaço temporal.

MATERIAL:

Bola de handebol e cones.

FORMAÇÃO:

Coluna.

DESENVOLVIMENTO:

Um aluno por vez deverá conduzir a bola quicando em zig-zag pelos cones. Variações: com a mão direita, com a mão esquerda, com ambas as mãos, olhando para a bola e sem olhar depois.

ATIVIDADE 3 - ATENÇÃO NO PERCURSO**OBJETIVO:**

Habilidade de correr.

MATERIAL:

Colchonete.

FORMAÇÃO:

Colunas.

DESENVOLVIMENTO:

Correr para frente, e na metade do percurso realizar um rolamento, seguindo até tocar a linha de chegada. Voltar para tocar a mão de um outro companheiro que realizará o mesmo percurso.

ATIVIDADE 4 - CONTORNANDO CORES**OBJETIVO:**

Coordenação motora, agilidade.

MATERIAL:

Bola de basquete.

FORMAÇÃO:

Quatro equipes.

DESENVOLVIMENTO:

Cada equipe em um canto da quadra com uma bola de basquete, ao sinal, ir até o centro da quadra onde haverá 4 cones, cada um deve fazer a volta nos cones e voltar para o lugar picando a bola.

ATIVIDADE 5 - CEMITÉRIO**OBJETIVO:**

Iniciação a prática do handebol.

MATERIAL:

Bola de handebol.

FORMAÇÃO:

Duas equipes.

DESENVOLVIMENTO:

Existem 4 áreas. Em duas delas (as centrais) haverá 2 times rivais. As outras 2 áreas (externas) serão os “ cemitérios”. Quando se inicia o jogo o time que estiver com a bola, com a qual tentará, lançando-a tocar os adversários. Se tocar num adversário, este será um “ morto-vivo” que irá para o cemitério que lhe corresponde e que é o que está às costas do adversário. Quem conseguir deixar mais morto-vivo na sua área vence.

ATIVIDADE 6 - CORRENTE HUMANA**OBJETIVO:**

Cooperação e coordenação.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Livres.

DESENVOLVIMENTO:

Um aluno será escolhido para começar a brincadeira sendo o pegador, os outros alunos estarão espalhados na quadra, ao início da atividade o pegador que estará com duas bolas de queimada nas mãos, deverá encostar a bola nos seus companheiros. Quem for queimado, deverá se juntar ao pegador inicial, os dois darão as mãos (formando uma corrente humana) e continuarão a brincadeira só que agora cada um com uma bola. A bola sempre ficará na extremidade da corrente humana.

ATIVIDADE 7 - CINCO PASSES**OBJETIVO:**

Habilidade de arremessar.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

4 equipes.

DESENVOLVIMENTO:

Jogo dos cinco passes: A equipe terá que trocar no mínimo 5 e no máximo 10 passes, podendo cada aluno permanecer 3 segundos com a bola. Após realizar os passes qualquer aluno da equipe poderá ter o direito de arremessar em direção as traves balizadas. Cada gol feito vale um ponto para a equipe. Fazer até 5 pontos.

ATIVIDADE 8 - STOP**OBJETIVO:**

Agilidade e percepção.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Livres.

DESENVOLVIMENTO:

Jogo stop: Um aluno ficará com a bola e o mesmo lançará a bola para o alto chamando o nome de outro colega e assim que este pegar gritará stop. Neste momento todos os que estavam se locomovendo em quadra terão que ficar como estátuas, o colega com a posse da bola terá que dar um passo a frente e tentar acertar o colega para ele fazer o mesmo processo.

ATIVIDADE 9 - QUEIMADA COOPERATIVA**OBJETIVO:**

Integração do Grupo, agilidade.

MATERIAL:

Bola de borracha.

FORMAÇÃO:

Duas equipes.

DESENVOLVIMENTO:

É uma “queimada” só que de modo cooperativo, em que a equipe que perde um jogador poderá trazer esse jogador de volta ao jogo para isso basta “queimar” o colega da equipe adversária.

ATIVIDADE 10 - VOLEIBOL ADAPTADO**OBJETIVO:**

Esporte adaptado.

MATERIAL:

Bola e rede de voleibol e colchonetes.

FORMAÇÃO:

Duas equipes.

DESENVOLVIMENTO:

Divididos em duas equipes sentados sobre o colchonete, os alunos serão estimulados a jogar voleibol adaptando- se às regras do jogo. Fazer intervenções necessárias ao jogo e contextualizar sobre esportes adaptados para pessoas com deficiências.

MURAL DE ATIVIDADES



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física afirmam que a concepção de cultura corporal amplia a contribuição da Educação Física escolar para o pleno exercício da cidadania, na medida em que, tomando seus conteúdos e as capacidades que se propõe a desenvolver como produtos socioculturais, afirma como direito de todos os acessos a eles.

A Educação Física no Ensino Fundamental, anos iniciais, deve ter como preocupação básica incentivar a participação de todos os alunos, estabelecendo relações equilibradas e construtivas, além de adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade, conscientizando-se de que o fator primordial de saúde são os hábitos de higiene, alimentação e atividades corporais.

Apesar da educação física por muito tempo ter sido trabalhada como culto ao corpo, atualmente, sabe-se que essa visão de especificar os movimentos dentro da atividade física é meramente impossível, pois o corpo está inter relacionado com a mente. No trabalho com crianças, o movimento é essencial no desenvolvimento psicológico e representa as relações entre o ser e o meio. (CEZÁRIO, 2008).

Entendendo que a presença de um profissional de Educação Física no acompanhamento das aulas dos anos iniciais poderá trazer melhoria na qualidade da educação, pois, por um lado contemplará com seus conhecimentos específicos os aspectos motores e cognitivos do aluno e por outro proporcionará intervalos na carga horária dos unidocentes, onde estes poderão preencher este tempo com planejamento das aulas, reuniões pedagógicas, avaliação, entre outros, propôs-se esas atividades como suporte pedagógico aos professores

REFERÊNCIAS

CEZÁRIO, A. E. S. Influência da atividade física no desenvolvimento motor e rendimento escolar em crianças do fundamental. 2008. Monografia (Graduação em Licenciatura Plena em Educação Física) - Universidade Estadual do Vale do Acaraú. Caucaia-CE, 2008.

GALLAHUE, D. L. Motor development: a descriptive and analytical perspective. In: KREBS, R; COPETTI, F; BELTRAME, T. S. Discutindo o desenvolvimento infantil. Santa Maria: SIEC, 1998.

SANTOS, B. S.; STOBÄUS, C. D.; MOSQUERA, J. J. M. Processos motivacionais em contextos educativos. Educação, Porto Alegre, ano 30, n. especial, p. 297-306, out. 2007.

TANI, G. et al. Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: EPU, 1988

CAPÍTULO II

**Autores: Carmen Regina Schimidt Barbosa - Luciene Resing
Denise Ribeiro Gonçalves - Carla Viviane Abejaneda Borba
Gilberto Dias Junior - Liciane da Silva Acosta Antunes
Paola Martins - Tiane Teixeira - Fabrício Monteiro Jardim
Daniel Bassoaldo Cabreira Trindade**

PARTE I
OBJETIVOS E METODOLOGIA

OBJETIVOS E METODOLOGIA

OBJETIVO GERAL

Desenvolver a experiência docente no programa PIBID difundindo entre os bolsistas a metodologia de atividades e jogos pedagógicos e educativos nas aulas de Educação Física.

OBJETIVO ESPECÍFICOS

Proporcionar a experiência e prática à docência dos alunos bolsistas do PIBID/URCAMP;

Analisar como as atividades lúdicas, o brincar e os mini-jogos podem contribuir para o desenvolvimento psicomotor e cognitivo;

Desenvolver a criatividade na elaboração de atividades recreativas e desportivas para os alunos das séries finais do ensino fundamental;

Elaborar um material didático pedagógico sobre as atividades e os conteúdos das aulas de Educação Física.

METODOLOGIA

Este caderno resulta de uma pesquisa exploratória e experimental, onde faz uma descrição de atividades desenvolvidas dentro do contexto da educação Física Escolar das séries finais do ensino fundamental.

As atividades descritas foram desenvolvidas em ambas as Escolas Municipais da Rede de Ensino de Bagé: EMEF TÉO OBINO e EMEF MANOEL ARIDEU MONTEIRO. Com os alunos da URCAMP/BAGÉ.

Os conteúdos foram organizados de acordo com suas características, separando os jogos dos educativos e atividades recreativas em duas partes. Estes foram compilados de aulas oriundas do curso de Educação Física adaptados pelos alunos para a realidade das Escolas.

PARTE II
JOGOS

JOGO 1 – FUTEBOL HUMANO

OBJETIVO:

Integrar entre os alunos trabalhar agilidade, habilidade e motivar o interesse na prática desportiva.

MATERIAL:

Bola

DESENVOLVIMENTO:

Todos os alunos se espalham na quadra ou campo delimitado, enquanto 01 (um) aluno tenta atravessá-lo e chegar até o fim. Porém, os alunos do campo devem impedir (mas não poderão mexer os braços). Quem conseguir chegar ao final sem ser pego, é um herói.

JOGO 2 – FUTEBOL SENTADO

MATERIAL:

Bola e bambolês

DESENVOLVIMENTO:

Os jogadores serão divididos em dois times, com o mesmo número de integrantes, sentados no chão, a uma distância de dois metros uns dos outros. Marcar um retângulo no chão, indicando os limites da "cancha". A bola será colocada no centro e poderá ser impulsionada com qualquer parte do corpo, exceto mãos e braços.

Ninguém poderá levantar-se.

As mãos (ou pelo menos uma delas) devem estar sempre apoiadas no piso. Quando a bola transpuser a linha de fundo do campo de jogo, é marcado um gol. No futebol sentado não existe goleiro. A superfície do retângulo será variada, de acordo com a quantidade de jogadores e tendo em conta que estes se coloquem a uma distância tal que não se toquem entre si. Ganha o time que fizer mais gols.

VARIAÇÃO:

Alunos dentro dos bambolês ao invés de sentados, ou alunos imó-

veis, usando o princípio do jogo “pebolim”, ou seja, apenas poderão dar dois (02) passos para a direita ou esquerda.

JOGO 3 – BASQUETE/VÔLEI

MATERIAL:

1 bola de voleibol ou borracha.

FORMAÇÃO:

Dois grupos.

ORGANIZAÇÃO:

Equipes disposta na área de jogo (quadra).

OBJETIVO:

Motivar os alunos a gostarem de voleibol e Basquete.

DESENVOLVIMENTO:

O jogo terá início com a bola ao alto. A equipe de posse de bola, trocará passes, usando somente os fundamentos do voleibol (toque, manchetete, levantamentos, saques, cortadas), tentando como objetivo fazer cestas.

JOGO – 4 PASSES (FUTSAL)

OBJETIVO:

Vivenciar os fundamentos de passe e recepção e integrar meninos e meninas.

MATERIAL:

Bola de futsal.

ORGANIZAÇÃO:

Alunos divididos em equipes de cinco. Cada equipe deve ter ao menos uma menina.

DESENVOLVIMENTO:

Cada equipe de um lado da quadra deve trocar passes com o objetivo de fazer o gol, que deve ser feito apenas por meninas.

JOGO – 5 PASSES (Handebol)**MATERIAL:**

1 bola

FORMAÇÃO:

Dois grupos

ORGANIZAÇÃO:

Após a divisão dos participantes em dois grupos que serão numerados em ordem, solicitar que os mesmos se espalhem pela área de jogo.

DESENVOLVIMENTO:

O jogo terá início com a bola ao alto. A equipe de posse de bola deverá tentar efetuar os passes na ordem correta, sem que haja interrupção da equipe adversária. Após todos os alunos da equipe trocarem passes (na ordem), o último poderá arremessar no gol.

NOTA 01:

A contagem dos passes deverá ser efetuada em voz alta e clara.

NOTA 02:

A cada bola interceptada pela equipe adversária a contagem reinicia do zero.

OBJETIVO:

Fazer com que os alunos aperfeiçoem os diferentes tipos de passe e compreendam a importância que eles têm no jogo.

JOGO – 6 MINIJOGO DE FUTSAL

FORMAÇÃO:

Os alunos serão divididos em quatro equipes com igual número iguais.

DESENVOLVIMENTO:

O espaço de jogo será reduzido em meia quadra duas equipes em cada metade da quadra, as equipes deverão fazer o maior número de passes a bola tem que passar por todos os alunos sem que o adversário recupere a posse de bola ou toque na bola, se a equipe trocar 5 passes sem intervenção da outra equipe, a mesma conquistará um ponto.

OBJETIVO:

Trabalhar situações reais de jogo desenvolvendo os fundamentos básicos.

Os minijogos devem possibilitar ao aluno acertar e errar. O erro não deve ser encarado como algo negativo, mas sim parte de um processo de construção, logo, errar também tem um valor positivo no processo de aprendizagem (GARGANTA, 1998).

JOGO – 7 TRÊS BOLAS

MATERIAL:

Bolas de basquete

FORMAÇÃO:

Alunos divididos em duas colunas.

DESENVOLVIMENTO:

Duas bolas dentro de cada garrafão, o primeiro de cada coluna irá apanhar uma bola no garrafão do oponente, driblará até a linha do lance livre e arremessará até acertar na cesta, quando o aluno acertar, ele deixará a bola dentro de seu garrafão e liberará o próximo companheiro de equipe para apanhar uma nova bola, vence o jogo quem conseguir reunir três bolas dentro do seu garrafão.

JOGO-8 JOGO DA VELHA

MATERIAL:

2 bolas de basquete, 5 bolas de futebol e 5 bolas de vôlei, 4 cordas e 2 arcos.

FORMAÇÃO:

Alunos dispostos em duas colunas de frente para o arco da sua equipe que estará com as bolas de futebol ou de vôlei (uma equipe com as bolas de futebol e a outra com as de vôlei).

DESENVOLVIMENTO:

Ao sinal do professor, o primeiro aluno de cada equipe irá driblando até o arco da sua equipe, e largando a bola de basquete dentro do arco, pegará a bola da sua equipe (futebol ou vôlei) e coloca em algum lugar do jogo da velha que estará no meio da quadra feito com as cordas, logo em seguida voltará para o arco e pegará a bola de basquete, voltará driblando e entregará para o próximo companheiro da sua coluna. Vencerá quem completar uma coluna, linha ou diagonal do jogo da velha primeiro.

OBS: O aluno poderá optar em colocar uma bola ou retirar a do adversário do jogo da velha (recolocando-a no lugar original).

JOGO - 9 TRIÂNGULO DE PASSES

MATERIAL:

Bolas de basquete.

FORMAÇÃO:

A turma dividida em três colunas, formando os vértices de um triângulo.

DESENVOLVIMENTO:

O aluno com a bola passará para o primeiro da coluna da esquerda e irá para o fim desta coluna. A bola girará no sentido horário. O professor, então, acrescentará mais uma bola ao exercício. E depois a terceira, sem

que se perca a dinâmica do jogo. Obs: O professor irá dizer que tipo de passe os alunos irão realizar (passe de peito, passe picado, passe de ombro e passe por cima da cabeça).

PARTE III
ATIVIDADES

ATIVIDADE 1

MULTI-DESPORTIVA DE FUTEBOL, FUTSAL, HANDEBOL E BASQUETEBOL.

OBJETIVO:

Condução, domínio de bola, noção espacial e raciocínio lógico.

MATERIAIS:

bolas(2), cones(5), dividir a turma em dois grupos dobrar os materiais.

EXECUÇÃO DA ATIVIDADE:

Os cones devem ser dispostos em linha, os alunos devem enfileirar-se nas extremidades dos cones, saindo simultaneamente eles passarão entre o cones de forma que passem um em cada lado do cone, se acontecer deles chegarem juntos um deve esperar o outro passar.

ATIVIDADE 2

DESLOCAMENTO CRUZADO NO FUTEBOL, FUTSAL, HANDEBOL E BASQUETE.

MATERIAL:

Bolas(2), cones(1) e aros(2)

OBJETIVO:

Passe, deslocamento, noção espacial e raciocínio.

EXECUÇÃO DA ATIVIDADE:

Os alunos devem estar dispostos em quatro fileiras, duas a duas paralelas e espelhadas sendo que uma das fileiras terá um único aluno para começar a atividade, depois troca para todos participarem, o aluno deve passar para o colega da frente e correr para a fileira paralela a do colega, essa atividade também pode ser feita com condução de bola.

ATIVIDADE 3

PONTO MÁXIMO NO VOLEIBOL

MATERIAIS:

Bolas de vôlei ou leves

EXECUÇÃO DE ATIVIDADE:

Os alunos devem ser divididos em duplas (1-2), apenas um deve ficar com a bola e jogar para cima o outro deve agarrá-la o mais alto que puder com as duas mãos.

OBS: essa atividade simula o movimento de bloqueio, deve ser executada com os braços estendidos.

ATIVIDADE 4

CÍRCULO DE PASSES/HANDEBOL

OBJETIVO:

Exercitar o raciocínio rápido, lateralidade e domínio de bola.

MATERIAL:

Uma bola

FORMAÇÃO:

Alunos em pé, num círculo de testa.

DESENVOLVIMENTO:

O professor no centro do círculo passa a bola para um aluno, que deve receber com as duas mãos e passá-la novamente para o professor e assim por diante. Assim que a bola passar por todos os alunos do círculo, a bola deve ser passada com a mão direita e recebida com as duas mãos. Chegando ao primeiro aluno, o passe deverá ser com a esquerda. O próximo passo será quicar a bola com a mão direita, depois com a esquerda.

VARIAÇÃO:

Esse exercício pode ser adaptado a qualquer esporte, variando seus fundamentos.

ATIVIDADE 5**PASSA E TROCA A POSIÇÃO (VOLEIBOL)****OBJETIVO:**

Aprimorar o domínio de bola, a noção de espaço, deslocamento rápido e raciocínio lógico.

MATERIAL:

Bolas de vôlei.

FORMAÇÃO:

Alunos divididos em grupos de três, dispostos dois de frente um para o outro (A e B) e o terceiro (C) entre eles virado de frente para o aluno A. Com os alunos das pontas separados a uma distância de 1m mais ou menos do que estiver no centro.

DESENVOLVIMENTO:

O aluno C passa de toque para o A que passa de toque para o B. Esse por sua vez troca de lugar com o C e recomeça a troca de toques. Todos devem passar pelas três posições.

VARIAÇÃO:

A troca de passes pode ser feita com manchetes.

REFERÊNCIAS

<http://www.portaldafamilia.org/sclazer/jogos/gincana2.shtml>

<http://www.portaleducacao.com.br/educacao-fisica/artigos/52460/atividades-para-inicializacao-novoleibol#ixzz3Du4KK3h0>

www.cdof.com.br/aulas27.htm

<http://futsalcomovocenuncaviu.blogspot.com.br/2013/10/mini-jogo-nae-sobrincadeiraenem.html>

http://www.bbheart.com.br/novidades111_j1.asp

https://cld.pt/dl/download/df642be8.../exercicios_voleibol_anolasco.pdf

CAPÍTULO III

JOGOS

Autores: Francisco Iniolde Marques Gomes
Maria Jaqueline Biscaglia - Alicia Rocha Hovey
Mariany Marques dos Santos - Letícia Raquel Mendes Santana
Patrícia da Cruz Batista - Jéssica Portinho da Silva

JOGO 1 – DOMINÓ GIGANTE

MATERIAL:

Recolhimento de, no mínimo, 28 caixas de papelão com tamanho padronizado. Reaproveitamento de folhas de papel jornal (pardo) ou de ofício (branca). Reutilização de folhas ou pedaços de cartona, cartolina ou EVA. Fita adesiva e cola branca. Tesoura. Revestir as caixas de papelão com papel jornal ou folha de ofício (reaproveitadas). Colar com fita adesiva e/ou cola branca (arrematar). Recortar a cartolina cartona ou EVA em pequenos círculos, proporcionais às quantidades de unidades a serem coladas nas metades das peças do jogo.

OBJETIVOS:

Conscientizar os alunos a respeito da prática de reciclagem, desenvolver a criatividade, habilidades motoras e aplicar conhecimentos matemáticos através da atividade lúdica.

REGRAS/PROCEDIMENTOS:

Conforme a regra comum do jogo de dominó. Podendo ser disputado de forma individual, em trio ou em até quatro equipes.



JOGO 2 – ARREMESSO DO DISCO

MATERIAL:

Recolhimento de bandejas descartáveis de papelão ou plástico com diâmetro entre 15 e 20 cm aproximadamente. Reaproveitamento de folhas de jornal ou de revistas. Fita adesiva e tesoura. Apanhar duas bandejas (pratos) descartáveis. Dobrar folhas de jornal ou revista de forma que possam ser colocadas no diâmetro da bandeja e forneçam determinado peso. Colocar a outra bandeja por cima da que está com as folhas de jornais e colar ambas pelas bordas com fita adesiva. Obteremos, então, um disco.

OBJETIVOS:

Conscientizar os alunos a respeito da prática de reciclagem, desenvolver a criatividade, habilidades motoras e aplicar conhecimentos da geometria e da educação física modalidade do atletismo (arremesso do disco) através da atividade lúdica.

REGRAS/PROCEDIMENTOS:

Conforme a regra do atletismo referente ao arremesso do disco. Com a vantagem de poder ser praticado no pátio da escola sem riscos de acidentes desenvolvendo o interesse do aluno pela modalidade.



JOGO 3 – CORRIDA DE REVEZAMENTO

MATERIAL:

Recolhimento de cilindros de papelão do rolo de papel higiênico. Reaproveitamento de folhas de jornal ou de revistas. Fita adesiva e tesoura. Apanhar um cilindro de papelão do rolo de papel higiênico. Enrolar o cilindro com folhas de jornal ou revista (dobradas ao meio) de forma que se assemelhe a um bastão. Colar com fita adesiva.

OBJETIVOS:

Conscientizar os alunos a respeito da prática de reciclagem, desenvolver a criatividade, habilidades motoras e aplicar conhecimentos da geometria e da educação física através da atividade lúdica.

REGRAS/PROCEDIMENTOS:

Conforme a regra do atletismo referente à corrida de revezamento. Com a vantagem de poder ser praticado em torno da quadra de esportes ou no pátio da escola sem riscos de acidentes desenvolvendo o interesse do aluno pela modalidade.



JOGO 4 - PETECA

MATERIAL:

Recolhimento de jornais e revistas. Reaproveitamento de folhas de jornal ou de revistas. Fita adesiva e tesoura. Apanhar uma ou duas folhas de jornal ou revista. Dobrar várias vezes até obter um quadrado que caiba na palma da mão. Com outra folha de jornal ou revista (dobrada ao meio) envolver o quadrado, levantar as pontas e amarrar pelo meio com fita adesiva. Recortar em tiras a parte superior e espanar de forma a obter uma peteca.

OBJETIVO:

Conscientizar os alunos a respeito da prática de reciclagem, desenvolver a criatividade, habilidades motoras e aplicar conhecimentos da geometria, da ciência e da educação física através da atividade lúdica com atividade pré-desportiva de iniciação ao voleibol.

REGRAS/PROCEDIMENTOS:

Conforme a regra oficial da peteca ou adaptado para iniciação ao voleibol com ou sem uso de rede com intenção de não deixar a peteca cair no chão. Com a vantagem de poder ser praticado na quadra de esportes, no pátio da escola ou até mesmo na sala de aula sem riscos de acidentes desenvolvendo o interesse do aluno pela modalidade.



JOGO 5 – BANDALHÃO

MATERIAL:

Recolhimento de jornais, revistas, barbantes. Reaproveitamento de folhas de jornal de revistas e barbantes. Papel crepom. Fita adesiva e tesoura. Apanhar uma ou duas folhas de jornal ou revista. Dobrar várias vezes até obter um quadrado que caiba na palma da mão. Recortar uma tira longa de papel crepom. Prender uma extremidade da fita de papel crepom no quadrado de folha de jornal. Amarrar juntamente com um pedaço de barbante de 40 a 50 centímetros.

OBJETIVO:

Conscientizar os alunos a respeito da prática de reciclagem, desenvolver a criatividade, habilidades motoras e aplicar conhecimentos da geometria, da ciência e da educação física através da atividade lúdica.

REGRAS/PROCEDIMENTO:

Segurar a ponta do barbante e girar o bandalhão. O papel crepom se desenrolará e resultará em movimentos semelhantes ao de ginástica artística com fitas, porém com um som característico muito diferenciado e divertido. Poderá ser usado para desempenho da coordenação motora e montar apresentações coreográficas.

