

## PLANO DE AULA

<b>Tema:</b> JOGOS LÚDICOS (Handebol, atletismo)	<b>Data:</b>
<b>Ano:</b> 1º a 6º	<b>Professor(a):</b>
<b>Disciplina:</b> Educação Física	<b>Escola:</b>

<b>Conteúdo</b>	Coordenação motora ampla, ritmo, memorização de movimentos, controle corporal, empunhadura, arremesso, chute, manchete, passe.
<b>Objetivos</b>	Proporcionar atividades que estimulem desenvolvimento da Coordenação motora ampla, ritmo, memorização de movimentos, controle corporal, empunhadura, arremesso, chute, manchete, passe.
<b>Avaliação</b>	A avaliação será baseada na participação, seguindo instruções e simples observação das habilidades e competências demonstrada pelos alunos.
<b>Materiais /Equipamentos</b>	Bolas, quadra de esportes ou área com espaço.
<b>Desenvolvimento</b>	<p>Alongar o corpo e membros; em seguida iniciar o aquecimento com a atividade</p> <p>ATIVIDADE - ALIBABÁ E OS 40 LADRÕES: Forma-se um grande círculo, e ao som de todos cantando juntos 2 vezes “alibabá e os 40 ladrões, alibabá e os 40 ladrões...”; um aluno (MESTRE) inicia um movimento qualquer (levantar os braços), em seguida quando for cantar novamente o refrão da música “alibabá e os 40 ladrões, alibabá e os 40 ladrões...”; o aluno que criou o primeiro movimento que era o de “levantar os braços” irá criar outro movimento, e agora o seu colega ao lado sempre irá executar o movimento anterior feito pelo aluno que iniciou o movimento (MESTRE). Por exemplo: se o movimento se inicia para o lado direito do círculo, quem está ao lado direito do “mestre” (que comanda o movimento inicial) só executará o movimento inicial, quando o mestre iniciar o seu segundo movimento e assim por diante até que toda a roda esteja fazendo um movimento diferente do outro, sendo que todos foram criados pelo mestre... você só irá copiar o movimento anterior da pessoa que está do seu lado direito por exemplo.</p> <p>AGACHADOS: Crianças dispostas em 3 ou mais colunas. A frente de cada coluna a uma distância aproximadamente 1 metro do primeiro colocado, ficará o capitão de cada equipe. Este segurará a bola e a um sinal dado, o capitão atirá a bola ao primeiro de sua coluna que a devolverá e logo em seguida abaixará. O capitão jogará a bola para o segundo da coluna que agirá como o primeiro e assim sucessivamente. A última criança da coluna ao receber a bola gritará - Viva! Marcando ponto para sua equipe. OBS. Esta atividade é muito boa para ser adaptada para recreação esportiva, utilizando o arremesso, a empunhadura e o passe, tanto no handebol quanto no basquetebol; e também modificada pode ser feita para o futsal com chute ao lugar do arremesso; e também para o voleibol, onde o capitão arremessa a bola ao alto e o aluno da coluna devolve com manchete e retorna ao final da fila.</p>