

PLANO DE AULA

Tema: Jogos lúdicos	Data:
Ano: 1º a 6º	Professor(a):
Disciplina: Educação Física	Escola:

Conteúdo	Velocidade, agilidade, estratégia de jogo, desenvolvimento da afetividade, arremesso, coordenação motora ampla.
Objetivos	Proporcionar atividades que estimulem o desenvolvimento da agilidade, estratégia de jogo, desenvolvimento da afetividade, arremesso, coordenação motora ampla.
Avaliação	A avaliação será baseada na participação, seguindo instruções e simples observação das habilidades e competências demonstrada pelos alunos.
Materiais /Equipamentos	Bambolês, Garrafas Pet, bolas, Quadra de esportes, espaço com areia ou gramado ou área com espaço.
Desenvolvimento	<p>PARTE INICIAL: ALONGAMENTO E AQUECIMENTO</p> <p>DESCRIÇÃO: Alongar o corpo e membros; em seguida iniciar o aquecimento com a atividade “ARRANCA-RABO 2”: O grupo é dividido em dois, os integrantes de um dos times penduram um pedaço de fita na parte de trás da calça ou bermuda, eles serão fugitivos. Ao sinal do mestre, os fugitivos correm tentando impedir que as crianças do time adversário peguem suas fitas, quando todos os rabos forem arrancados, as equipes trocam os papéis, quem era pegador vira fugitivo.</p> <p>PARTE PRINCIPAL: Atividade – ARTILHARIA</p> <p>DESCRIÇÃO: Dois times em dois campos separados por uma linha. No final de cada campo, é colocada uma garrafa PET. Uma pessoa de cada equipe tenta jogar a bola e derrubar a garrafa do adversário. A equipe que derrubar a garrafa deverá erguê-la novamente, mas se protegendo da outra, que agora tem autonomia para balear. Quem for baleado não pode erguer a garrafa. Se a equipe conseguir reerguer a garrafa antes de todos serem baleados, ela ganha. Mas se todos forem baleados e a garrafa continuar no chão, a outra equipe ganha.</p> <p>PARTE FINAL: ARREMESSO DE ARCO (BAMBOLÊ)</p> <p>DESCRIÇÃO: Tipo arremesso de argolas, mas com bambolê. Uma pessoa será a vítima e ficará a 5 metros dos jogadores. Faz 1 ponto quem conseguir encaixar o bambolê na pessoa primeiro. Ganha quem tiver mais pontos. Obs. Para que não ocorra fila, pode ser feito duplas, onde um será o arremessador e o outro o alvo, assim após arremessar todos os bambolês será contado os acertos e marcado os pontos e logo poderá trocar de posição, quem arremessava agora será o alvo e vice-versa.</p>