Educação Física Infantil



Objetivos:

Geral: Desenvolver a psicomotricidade.

Específicos:

- Desenvolver a lateralidade;
- Desenvolver o ritmo;
- Desenvolver a coordenação ampla;

Parte Inicial/Introdução: Atividade com bolas de meia:

- Em pé segurando uma bola de meia, joga-la para cima e pega-la novamente com a mesma mão, ora com a mão direita, ora com a esquerda.
- Em pé segurando a bola de meia, joga-la para cima e amortece-la ora com a coxa direita, ora com a coxa esquerda.
- Em pé com a bola presa entre a perna e coxa na parte posterior, saltitar para frente sem deixa-la cair. Executar ora com a perna direita, ora com a perna esquerda.
- Deslocar-se para frente com as bolas de meias presa entre as pernas sem usar as mãos.

Parte Principal/Desenvolvimento/Conteúdos/Atividades:

- Arremessar a bola de meia com o objetivo de derrubar litros descartáveis: Alunos organizados em fileira. A frente da fileira haverá litros descartáveis. Ao sinal do professor, os alunos arremessarão as bolinhas de meia para derrubar os litros.
- Arremessar a bola: Alunos organizados e fileira, cada um com uma bolinha de meia. Ao sinal do professor, os alunos irão lançar sua bola, devendo imediatamente correr e pega-la antes que ultrapasse uma linha.
- Bola ao cesto: Alunos organizados em duplas, um aluno com uma caixa de sapato(cesto) e outro com uma bolinha de meia. O aluno que está com a bola irá lança-la não muito alto enquanto que o aluno com o cesto tentará recepciona-la dentro do cesto. Inverte-se os papéis .

Parte final/Conclusão: Alongamento Final: Alunos organizados livremente, realizarão os movimentos solicitados pelo professor.

Atividade livre no parquinho: Ao término da aula, os alunos terão quinze minutos para brincar livremente sob observação e participação do professor.

Recursos Utilizados: Bolas de meia; litros descartáveis; caixas de sapato;
Avaliação a ser realizada: A avaliação será realizada mediante a observação da aula.

Referências Bibliográficas: Coordenação Psicomotora – Viana, Adalberto Rigueira –

Editora: SPRINT – SP – 1999.



Objetivos

Específicos:

- Desenvolver a coordenação fina e grossa;
- Desenvolver o equilíbrio;

Parte Inicial/Introdução : Alongamento dos membros superiores e inferiores: Alunos sentados e circulo, realizarão os seguintes movimentos: inclinar o tronco e estender os braços entre as pernas; rotação de pés, ora o direito, ora o esquerdo; elevar as pernas e os braços em decúbito dorsal e bater palmas com as mão e com os pés.

- Atividades com caixas de sapato: Andar equilibrando a caixa de sapato na palma da mão, ora com a direita, ora com a esquerda; Deslocar-se equilibrando a caixa com o dorso do pé, ora com o pé direito, ora com o esquerdo; Com uma caixa de sapato em cada pé, deslocar-se por um percurso pré-definido, sem deixa-las escapar dos pés. Repetir algumas vezes cada exercício, procurando motivar a criança de diferentes formas.

Parte Principal/Desenvolvimento/Conteúdos/Atividades:

- Atividade com jornal: Explorar a folha de jornal, dobrando, rasgando e no final fazendo bolas de jornal; Pegar a bola de jornal, bater na palma da mão, ora com a mão direita, ora com a esquerda; Arremessar a bola de jornal com o objetivo de acertar o cesto.
- *Atividade recreativa: Limpar o campo: Demarca-se duas quadras, separadas por uma linha. Haverão bolas de papel espalhadas pelas duas quadras. Ao sinal do professor os alunos pegarão as bolas de papel e arremessarão para a outra quadra. Os alunos deverão parar ao sinal do professor, e a equipe que tiver deixado a quadra mais limpa vence. Promover a atividade de forma que ambas as equipes vivenciem todas as situações.

Parte final/Conclusão: Atividade de volta a calma: Ao som de uma musica os alunos irão desenhar tudo lhes vier a cabeça no momento em que estão ouvindo a musica.

Atividade na areia: Ao término da aula, os alunos terão quinze minutos para brincarem na areia, fazendo castelos e diversas outras formas, sob observação e participação do professor.

Recursos Utilizados: Caixas de sapato; jornal; sucata de plástico para atividade na areia.

Avaliação a ser realizada: A avaliação será realizada mediante a observação da aula.

Referências Bibliográficas: Coordenação psicomotora – Viana, Adalberto Rigueira

Editora: SPRINT- SP – 1999



Objetivos:

Geral: Desenvolver a distinção das cores.

Específicos:

- Analisar a relação estímulo-resposta;
- Desenvolver a coordenação vasomotora;
- Desenvolver a coordenação fina e grossa;

Parte Inicial/Introdução :

Alongamento: Alunos inicialmente de pé, em círculo, depois deitados. O professor solicitará movimentos para alongar braços, pescoço, pernas e tronco. Em seguida, o professor pedirá para que os alunos se espreguicem, estendendo cada parte do corpo, depois todas ao mesmo tempo.

- Atividades com bolas de plástico coloridas: O professor colocará várias bolas de plástico coloridas em vários arcos. Ao comando do professor os alunos irão pegar as bolas da cor solicitada.
- Alunos organizados em equipes, cada equipe referente a uma cor. O professor colocará a frente dos alunos bolas de plástico coloridas, de modo que o número de bolas de cada cor seja o mesmo. Ao sinal do professor, os alunos deverão recolher apenas as bolas referentes a sua cor.

Parte Principal/Desenvolvimento/Conteúdos/Atividades:

- Atividades com cones coloridos e com bolas de plástico coloridas: * Alunos em um espaço delimitado.
- O professor espalhará vários cones coloridos pelo espaço. Haverá um local onde estarão todas as bolas. Ao sinal do professor os alunos deverão pegar as bolas e equilibra-las nos cones de cor correspondente;
- Alunos organizados em equipes, cada equipe correspondendo a uma cor. Ao sinal do professor os alunos deverão ir até as bolas da cor referente a sua equipe e equilibra-las nos cones da mesma cor; * Organizar os alunos de modo que estes peguem as bola coloridas e arremessem com a intenção de acertar cestos, cada cesto referente a uma cor.

Parte final/Conclusão:

- Relaxamento: Cada aluno com uma bolinha, ira desliza-la por cada parte do corpo conforme o professor solicitar.
- Atividade livre no parquinho: Ao término da aula os alunos terão quinze minutos para brincar livremente sob observação e participação do professor.

Recursos Utilizados: Cones coloridos; bolas de plástico coloridas; arcos; cestos.

Avaliação a ser realizada: A avaliação será realizada mediante a observação da aula.

Referências Bibliográficas: LIVRO:Jogos e brincadeiras de A a Z.

AUTOR: Queiroz, Tânia Dias

EDITORA: Rideel – SP – 2002



Objetivos:

Geral: Desenvolver a psicomotricidade.

Específicos:

- Lançar objetos
- Desenvolver o equilíbrio.
- Desenvolver o esquema corporal.

Parte Inicial/Introdução:

Alongamento: Alunos organizados em circulo realizam os movimentos solicitados pelo professor.

Lançar a bola sem derrubar os objetos: alunos organizados em grupos. Haverá duas colunas de litro descartáveis , afastada quarenta centímetros uma da outra os alunos deverão lançar uma bola de plástico derrubando as garrafas.

Parte Principal/Desenvolvimento/Conteúdos/Atividades:

- Atividades com caixas de sapato: Andar equilibrando a caixa de sapato na palma da mão, ora com a direita, ora com a esquerda; Deslocar-se equilibrando a caixa com o dorso do pé, ora com o pé direito, ora com o esquerdo; Com uma caixa de sapato em cada pé, deslocar-se por um percurso pré-definido, sem deixa-las escapar dos pés. Repetir algumas vezes cada exercício, procurando motivar a criança de diferentes formas.
- Andar sobre a ponte: O professor deverá colocar uma fita adesiva de aproximadamente cinco metros no chão. Esta fita será uma ponte e as crianças andarão sobre ela sem pisar fora. O professor deve criar um clima de fantasia, para que os alunos imaginem várias coisas sobre uma ponte, seu tamanho, o que tem abaixo dela, etc.

Parte final/Conclusão: Os alunos organizados em círculo, cada aluno com uma bola de meia, irão desliza-las por cada parte do corpo conforme o professor solicitar.

Recursos Utilizados: Fita adesiva, bola de plástico, bolas de meia.

Avaliação a ser realizada: A avaliação será realizada mediante a observação da aula.

Referências Bibliográficas: Educação Física na sala de aula (Cláudio José Gomes Nogueira) Editora Sprint – 2001

OBS: Este plano de aula corresponde a 1h/a.



Objetivos:

Geral: Desenvolver a psicomotricidade.

Específicos:

- Interpretar a Música.
- Desenvolver a Coordenação Óculo-Manual.
- Desenvolver as Habilidades Manipulativas.

Parte Inicial/Introdução:

Alongamento: Alunos organizados em círculo realizam os movimentos solicitados pelo professor.

- O professor posicionara os alunos em circulo, logo após solicitará que os mesmos realizem movimentos como se acabassem de acordar.
- Em seguida os alunos cantaram uma musica recreativa chamada “Roda Peão”.
- Uma criança e posicionada no centro do circulo e devera realizar os movimentos solicitados na musica.
- Roda Peão (o aluno gira)
- Sapateia Peão (o aluno bate os pés no chão)
- Bambeia peão (o aluno realiza movimentos ondulados)

Parte Principal/Desenvolvimento/Conteúdos/Atividades:

- Com os alunos posicionados em filas, o professor distribuirá um cabo de vassoura com uma fita de pano amarradas na sua extremidade que será o “cavalinho de pau”. Os alunos realizarão corridas com movimentos livres.
- Encher um balde de areia, utilizando copos descartáveis. As crianças encherão um balde areia sob orientação do professor.
- O professor posicionara os alunos dois metros de uma caixa de papelão, e com bolinhas de plástico a disposição dos alunos, solicitará que os mesmos acertem dentro da caixa de papelão.

Parte final/Conclusão:

O professor organizará os alunos de forma que fiquem sentados e em círculo, contará uma historia realizando movimentos e pedindo paraque os alunos também realizem.

Recursos Utilizados: Cabos de vassoura, fitas de pano, bolinhas de plástico, baldes e copos descartáveis.

Avaliação a ser realizada: A avaliação será realizada mediante a observação da aula.

Referências Bibliográficas: Educação Física na sala de aula (Cláudio José Gomes Nogueira) Editora Sprint – 2001

OBS: Este plano de aula corresponde a 1h/a.

PLANO DE AULA 06

Serie: Infantil I

CONTEÚDO: Habilidades Motoras

OBJETIVOS: Desenvolver a agilidade, Velocidade e espírito de equipe.

METODOLOGIA: Expositiva e Prática

AQUECIMENTO: Andar em diferentes ritmos ao redor da sala (10 minutos).

Atividade 01: Dança das cadeiras.

> Execução: Faz-se uma roda de cadeiras e outra de pessoas. Sendo que o número de cadeiras deve ser sempre uma a menos. Toca-se uma musica animada. Quando a musica parar, todos devem sentar em alguma cadeira. Quem não conseguir sentar, é eliminado e tira-se mais uma cadeira. Ganha quem sentar na ultima cadeira. (20 minutos)

Atividade 02: Morto e vivo

> Execução: Os participantes ficam um do lado do outro em forma de fila. Quando o mestre disser “morto”, todos devem se agachar. Quando o mestre disser “vivo”, todos devem se levantar. Quem se atrapalhar com a estratégia do mestre e errar, sai da brincadeira. O ultimo que sobreviver sem nenhum erro é o campeão. (20 minutos)

VOLTA A CALMA: Os alunos, em círculo, vão andar pela sala, com movimentos, palmas e cantos. (10 minutos).

AVALIAÇÃO: Participação dos alunos.

RECURSOS MATERIAIS: Cadeiras, espaço físico.

PLANO DE AULA 07

Serie: Infantil I

CONTEÚDO: Habilidades Motoras

OBJETIVOS: Desenvolver a agilidade, Velocidade e espírito de equipe.

METODOLOGIA: Expositiva e Prática

AQUECIMENTO: Musica bate o pé (Roberto Leal) onde a criança tem que bater o pé de acordo com o que pede a musica (10 minutos).

Atividade 01: Rouba rabo.

> Execução: Espalhados dentro do espaço determinado. Cada participante deverá colocar uma tira pendurada na calça, imitando um rabo. Ao sinal do professor todos deverão tentar roubar os rabos dos colegas, defendendo os seus sem sair do espaço determinado. (20 minutos)

Atividade 02: Passa a bola

> Execução: Fazer um túnel com os alunos em fila com as pernas bem abertas, joga a bola por baixo da perna até chegar ao ultimo da fila, o ultimo vem para a frente da fila e joga a bola novamente, ate que todos tenham ido para o começo da fila. (20 minutos)

VOLTA A CALMA: Duas filas uma de frente para a outra, ao sinal do professor tem que correr e agarra o coleguinha da frente que esta na outra fila; não pode soltar, tem que vir abraçado até chegar no local marcado pelo professor. (10 minutos).

AVALIAÇÃO: Participação dos alunos.

RECURSOS MATERIAIS: Rabos de fita, bola, espaço físico.

PLANO DE AULA 08

Serie: Infantil I

CONTEÚDO: Habilidades Motoras

OBJETIVOS: Desenvolver a agilidade, Velocidade e espírito de equipe.

METODOLOGIA: Expositiva e Prática

AQUECIMENTO: Estátua, quando o capitão disser estátua todos devem ficar parados sem se mexer, o que mexer-se automaticamente será o novo capitão. (10 minutos).

Atividade 01:. Passa por debaixo do corpo

> Execução: As crianças formaram um pequeno trenzinho que se deslocará, comandados pela criança da frente, o qual executará vários movimentos, que deverão ser repetidos pelos demais. Quando o professor disser pare, os alunos ficam imóveis, com as pernas afastadas, e o ultimo passará por baixo, indo para a frente e iniciando, de imediato, a atividade, continua até que todos comandem o trem. (20 minutos)

Atividade 02: Atire as bolinhas

> Execução: Um aluno do grupo será colocado a pequena distância dentro de um saco; e os demais terão que lançar as bolinhas dentro do saco. Cada bolinha acertada será um ponto. (20 minutos)

VOLTA A CALMA: Pedir para as crianças imitarem um animal. (10 minutos).

AVALIAÇÃO: Participação dos alunos.

RECURSOS MATERIAIS: Saco, bolinhas de papel, espaço físico.

PLANO DE AULA 09

Lateralidade e Noções Espacial



Plano de Aula Lateralidade e Noção Espacial

OBJETIVOS:

– Localizar no espaço os objetos e pessoas que se encontram ao meu redor;
– Desenvolver as primeiras noções de referência espacial (lateralidade).

2 – Levantamento de hipóteses: Se você estiver de frente para um amigo, a mão direita dele estará do mesmo lado que a sua?

HIPÓTESES:
Acho que sim: (n° de alunos)
Acho que não: (n° de alunos)

3 – Experimentação
Aos pares, um aluno de frente para o outro, realizam movimentos coordenados de acordo com os comandos do professor:

– Dêem a mão direita;
– Ergam o braço esquerdo;
– Toquem com a mão direita, o pé esquerdo do companheiro;
– Pulem com o pé esquerdo;
– Com a mão esquerda, toquem o pé esquerdo do companheiro;

Esta experimentação pode também ser repetida com um aluno na frente do outro, ou mesmo ao lado do outro.

Os alunos podem fazer um círculo em cada grupo e o professor orientar:

– coloque a mão direita no colega que está à sua esquerda;
– coloque o pé esquerdo um passo à frente, etc.

Explorar (esquerdo, direito) e também (na frente, atrás) (em cima, embaixo).

4 – Discussão.
Questionar os grupos onde houve mais erros: na noção (em cima, embaixo); (na frente, atrás) ou (esquerdo-direito) ?
Como cada um faz para saber qual seu pé direito e qual seu pé esquerdo?

5 – Registro

Após a discussão nos grupos cada aluno produz um texto, ou um desenho sobre o que fez, o que aconteceu, o que aprendeu e quais as dificuldades encontradas. Não se esqueça de fechar a atividade com um registro coletivo de toda a turma.

PLANO DE AULA 10

Linguagem Musical e Expressão Corporal



Linguagem Musical e Expressão Corporal

Introdução

Não há dúvida que as crianças pequenas adoram se movimentar. Elas vivem e demonstram seus estados afetivos com o corpo inteiro: se estão alegres, pulam, correm e brincam ruidosamente. Se estão tímidas ou tristes, encolhem-se e sua expressão corporal é reveladora do que sentem. Henri Wallon nos lembra que a criança pequena utiliza seus gestos e movimentos para apoiar seu pensamento, como se este se projetasse em suas posturas. O movimento é uma linguagem, que comunica estados, sensações, idéias: o corpo fala. Assim, é importante que na Educação Infantil o professor possa organizar situações e atividades em que as crianças possam conhecer e valorizar as possibilidades expressivas do próprio corpo.

Objetivos
– Conhecer e valorizar as possibilidades expressivas do próprio corpo
– Comunicar, através do movimento, emoções e estados afetivos

Conteúdos específicos
Expressividade / Dança

Ano
As atividades aqui propostas podem ser adaptadas para a pré-escola.

Tempo estimado
20 a 30 minutos

Material necessário
Pedaços de tecido leve (quadrados de 50×50 cm)
Aparelho de som

Espaço
Uma sala grande. Se não houver um espaço sem móveis, prepare a sala antes, afastando mesas e cadeiras, privilegiando o espaço central. A música é muito importante e a cada momento da atividade vamos apresentar uma sugestão.

Desenvolvimento da atividade

As crianças e você também – devem estar descalças e usando roupas confortáveis!

1 Comece reunindo as crianças. A música pode ser alegre, como A Canoa Virou (Palavra Cantada, CD Cantigas de Roda). Sentados no chão numa grande roda, com as pernas estendidas, proponha que brinquem de massa de pés: todos devem chegar para a frente arrastando o bumbum até que os pés de todos se toquem. Os pés se agitam se acariciam, ora mais lentamente, ora mais rapidamente. Você pode enriquecer a brincadeira, sugerindo:
– O meio da roda é uma piscina!
– O meio da roda é uma grande gelatina!
– O meio da roda é um tapete de grama!

2 Peça que todos se deitem no chão. Coloque uma música no aparelho de som. É importante que seja uma música alegre, que estimule as crianças a se movimentar, porém sem excitá-las demais. Sugestão: Loro (Egberto Gismonti, CD Circense).
Não se esqueça que, para as crianças pequenas, o entorno simbólico é muito importante para a atividade. Diga a eles que a sala vai se transformar numa grande floresta e todos serão habitantes dela…

Todos os bichos estão dormindo. Aos poucos, vão acordar.

Primeiro todos serão aranhas, que andarão com o apoio dos pés e das mãos no chão…
Depois se transformarão em minhocas, arrastando-se pelo chão com a lateral do corpo…
Logo serão cobras, arrastando-se pelo chão com o apoio da barriga…

Tatus-bola, que com um movimento de abrir e fechar sua casca percorrerão a floresta…
Leões, tigres, leopardos, de quatro patas pelo chão…

Coelhos que andam pelo espaço com pulos pequenos e cangurus que percorrem a floresta com pulos grandes e largos…

Passarinhos que batem suas asas bem pequeninas e águias que voam lá do alto com suas asas enormes e bem abertas…

3 Distribua para as crianças os pedaços de tecido coloridos, um para cada um. É importante que eles sejam leves e que produzam movimento ao serem agitados pelas crianças. Deixe que elas explorem a sala manipulando os pedaços de tecido. Sugira que as crianças pintem a sala com os tecidos, como se fossem pincéis. A sala toda tem que ficar pintada o chão, as paredes, o teto. Diga às crianças que nenhum pedaço da sala pode ficar sem pintar. Sugestão de música: Peixinhos do Mar (Milton Nascimento, CD Sentinela).

4 Sempre ao som de uma música (por exemplo Fome Come, da Palavra Cantada, CD Canções de Brincar), sugira uma brincadeira que as crianças adoram: peça que joguem os tecidos para cima e a os peguem, a cada vez, com uma parte diferente do corpo:
– com a cabeça
– com a barriga
– com o braço
– com o cotovelo
– com os pés
– com as costas
– com o bumbum
– com as palmas das mãos etc.

5 Para terminar, um gostoso relaxamento. Sugestão de música: Palhaço (Egberto Gismonti, CD Circense).

Organize as crianças em duplas e ofereça a elas uma bolinha de algodão ou mesmo um rolinho de pintura, como os usados nas atividades de Artes Visuais. Enquanto uma criança fica deitada, a outra deve acariciar seu rosto e partes do seu corpo com o algodão ou o rolinho. Isso deve ser feito com suavidade e cuidado, e possibilita uma interação muito especial das crianças, que, assim, cuidam umas das outras após uma atividade movimentada.

Avaliação
O recém-publicado documento Orientações Curriculares Expectativas de Aprendizagens e Orientações Didáticas para a Educação Infantil da Secretaria Municipal de Educação de São Paulo observa que a avaliação que mais deve interessar o professor não é aquela que compara diferentes crianças, mas a que compara uma criança com ela mesma, dentro de certo período de tempo. Assim, o professor tem na observação o melhor instrumento para avaliar a aprendizagem dos pequenos: eles participaram da atividade? Em qual momento se envolveram mais? O que foi mais desafiador para cada criança? E para o grupo? Essas e outras perguntas ajudam inclusive o professor a planejar as próximas atividades, mantendo ou modificando suas propostas dentro do campo de experiências do Movimento para as crianças.

PLANO DE AULA 11

Aprender sobre o corpo brincando de amarelinha

Introdução
A intenção principal desta seqüência didática é promover a vivência da brincadeira de amarelinha e, por meio dela e de algumas variações, abordar alguns conteúdos do bloco de conhecimento sobre o corpo.

Esta seqüência de atividades se justifica também como uma interessante e divertida forma de cultivo e valorização da cultura lúdica tradicional de nosso país.

Também se mostra importante como forma de promover situações de ensino e aprendizagem ricas no sentido da construção de habilidades corporais básicas, no desenvolvimento de dinâmicas de produção em pequenos grupos e ainda como possibilidade de introduzir e desenvolver a idéia de diversificação e transformação de estruturas lúdicas convencionais.

O que caracteriza as atividades propostas como brincadeiras é a inexistência de configuração de um vencedor ao final como eixo motivacional, sendo que o processo de construção do espaço e a vivência da brincadeira são atrativos e interessantes em si mesmos.

Objetivos
Ao final da seqüência de atividades as crianças deverão ser capazes de:

- Reconhecer a existência de regras nas brincadeiras vivenciadas
- Obedecer às regras com o auxílio do professor
- Explicar verbalmente para outra pessoa como se joga
- Reconhecer a possibilidade de variações e adaptações nas regras originais de uma brincadeira
- Realizar os movimentos básicos de arremessar, saltar com um e dois pés, girar e equilibrar-se.
- Projetar e construir sequências de movimentos levando em conta os seus limites corporais e os dos colegas.
- Perceber os efeitos da atividade física no ritmo de frequência cardíaca, notadamente nas atividades em velocidade.

Conteúdos específicos

- Amarelinha.
- Brincadeira de regras simples.
- Brincadeiras realizadas em pequenos grupos, sem finalidade competitiva e sem a divisão em equipes, onde a relação entre os desempenhos individuais compõe e viabiliza a vivência grupal.
- Habilidades motoras de saltar com um e dois pés, arremessar, equilibrar.
- Capacidades físicas de velocidade e força.
- Freqüência cardíaca.

Ano
1º ao 3º ano

Tempo estimado
5 aulas de 40 minutos, subdivididos em 10 minutos para a roda de conversa inicial, 25 minutos para a vivência do jogo e 5 minutos finais para roda de conversa.

Material necessário

- Espaço físico plano e desimpedindo, possível de ser “desenhado” com giz (sala de aula, quadra, pátio, rua, ou similar)
- Espaço físico plano e desimpedido, de terra ou areia
- Lousa e giz
- Cronômetro
- Papel e lápis
- Varetas de bambu
- Elástico de costura
- 1 martelo ou similar
- 1 Tesoura
- Canetas hidrográficas e cartolina branca

Desenvolvimento das atividades
Em todas as aulas, inicie a atividade fazendo uma explicação das regras e da distribuição dos grupos de crianças pelo espaço físico, desenhando na lousa o posicionamento de cada um e os limites a serem utilizados durante as brincadeiras.

Esse desenho deve ser um diagrama simples, com as referências do espaço e a representação da posição e do espaço que cada grupo de crianças vai utilizar durante a atividade.

Organize sempre uma roda de conversa no final, para avaliar junto com as crianças os avanços conquistados e as dificuldades enfrentadas durante a vivência das brincadeiras.
A seqüência didática está organizada em três aulas com propostas de brincadeiras feitas por você e duas aulas em que as crianças serão desafiadas

a conceber brincadeiras.

Primeira aula - Amarelinha tradicional

Desenhe na lousa o percurso da amarelinha tradicional, com casas simples e duplas, numeradas de 1 a 10, separando as casas Inferno (início) e Céu (final). Explique as regras da brincadeira e o procedimento de alternância de jogadores que, em síntese, são os seguintes:

- O jogador posicionado na casa inferno joga uma pedrinha na casa de número 1 e inicia uma seqüência de saltos alternados com um pé nas casas simples e dois pés nas casas duplas até a casa céu.
- Em seguida, retorna percorrendo a seqüência de trás para frente, e ao chegar na casa dupla 2 e 3, deve recolher a pedrinha que está na casa 1 e saltar sobre ela e sobre a casa inferno.
- Se completar essa seqüência de saltos com êxito, joga a pedrinha novamente, agora na casa 2, e realiza a seqüência de saltos da mesma forma da rodada anterior.
  No trajeto de ida e de volta, o jogador deve pisar dentro das casas sem tocar em nenhuma linha.
- Caso isso aconteça, passa a vez para o jogador seguinte e, quando chegar novamente a sua vez, retoma a sequência da casa em que acertou pela última vez.

Existem alguns desdobramentos e nuances de regras que variam de lugar para lugar e que provavelmente as crianças já conheçam. Nesse caso, esses aspectos podem ser levantados com os alunos e adotados.

Ajude as crianças a se organizarem em pequenos grupos de 3 a 5 elementos e distribua um espaço de brincadeira para que cada grupo desenhe a sua amarelinha tendo como referência o modelo apresentado.
Percorra os grupos durante a confecção dos desenhos, observando se o tamanho e a distância entre as casas são condizentes com a capacidade de saltar dos participantes e oriente as mudanças necessárias.

Após a realização dos desenhos, as crianças vão brincar nas amarelinhas enquanto você orienta individualmente os alunos, especialmente em relação aos gestos básicos de saltar e equilibrar-se.

Segunda aula - Amarelinha rápida de velocidade

Desenhe no chão duas amarelinhas em formato tradicional, como as que foram utilizadas na aula anterior, mas com dimensões aproximadamente um terço maior no tamanho das casas.

O comprimento final de uma das amarelinhas deve ser 2 metros maior que a outra.
Com a classe organizada em dois grupos, cada um utilizando uma das amarelinhas, será proposto o desafio de realizar a seqüência de saltos individualmente em velocidade.

Nessa brincadeira, o uso da pedrinha é dispensado e o foco da criança deverá estar na velocidade do deslocamento e na coordenação entre os saltos alternados de um e dois pés.
Numa primeira rodada, as crianças experimentam uma corrida cada um para tomar contato com o desafio proposto.

Nas rodadas seguintes, tome o tempo de percurso de cada aluno e anote numa planilha simples, que poderá ser retomada mais adiante para avaliar se houve evolução dos tempos com o desenvolvimento das atividades.
Ao final de cada percurso individual, proponha ao aluno a percepção de sua freqüência cardíaca, por meio de apalpamento do pulso.

Terceira aula - Amarelinha suspensa

Para esta brincadeira, você vai precisar de um espaço de terra ou de areia. Sobre o desenho de uma amarelinha tradicional, espete uma vareta de bambu (de aproximadamente 35 cm de comprimento) em cada um dos vértices das casas da amarelinha, ou seja, nos cantos dos quadrados que representam cada uma das casas.

Feito isso, o elástico de costura deve ser amarrado e estendido nas varetas de bambu de modo a reproduzir o mesmo desenho da amarelinha tradicional, só que suspenso do chão, a uma distância de mais ou menos 5 cm.

Avalie se você deve realizar esta construção previamente ou se é possível envolver os alunos no processo.

O desafio nesta atividade é realizar a seqüência de saltos de forma coordenada, sem pisar nos elásticos.

Como nesta atividade o grupo terá apenas uma amarelinha disponível, é recomendável que também aqui a pedrinha seja deixada de lado e o foco da atividade seja posto no desafio de realizar a seqüência de saltos em alturas progressivamente maiores. O elástico pode ser suspenso de 5 em 5 cm a cada rodada, até a altura que você considerar adequada e que, ao mesmo tempo, seja um desafio possível de ser superado com êxito pelas crianças.

Comente com as crianças que a capacidade de saltar alturas cada vez maiores está relacionada com o desenvolvimento muscular de cada um e que essa condição pode ser ampliada por meio do exercício contínuo e freqüente de um mesmo tipo de movimento, no caso, o saltar. Com essa observação é possível introduzir para o grupo a idéia de que a condição física pode ser alterada em função de uma atividade regular (treinamento).

Quarta e quinta aula - Amarelinha recortada

Para o desenvolvimento dessa atividade, você deve confeccionar previamente o seguinte material:

- Recorte a cartolina branca em retângulos, mais ou menos do tamanho de uma carta de baralho.
- Desenhe com caneta hidrográfica as casas da amarelinha tradicional, e numere-as de maneira que as “cartas” representem, as seguintes casas:
  casas simples de números 1, 4, 7 e 10 (4 cartas)
  casas duplas de números 2/3, 5/6, e 8/9 (3 cartas)
  casas Inferno e Céu (2 cartas)
  cartas em branco (4 cartas)
- Cada conjunto é composto, portanto, de 13 cartas.
  Confeccione os conjuntos de cartas necessários para distribuir um conjunto para cada grupo de 4 ou 5 crianças de cada classe.

Desenhe na lousa uma amarelinha tradicional com as casas separadas umas das outras e em outra seqüência.

Explique para as crianças que as casas foram recortadas com a intenção de propiciar uma nova modalidade de construir e brincar a amarelinha.

Em seguida, distribua os conjuntos de cartas para cada grupo e proponha o seguinte desafio: Vocês devem projetar uma Amarelinha com as mesmas casas da amarelinha tradicional, em uma ordem diferente! O fundamental é que a seqüência proposta seja possível de ser executada por todos do grupo. E para que isso possa ocorrer, devem considerar os limites e habilidades de cada um dos componentes na projeção e construção das seqüências.

As cartas em branco devem ser utilizadas para que as crianças escolham outros movimentos além dos saltos com um e dois pés, e escolham uma forma de representar esse movimento na carta. Esses movimentos novos devem ser incluídos na seqüência proposta, junto com os elementos da amarelinha tradicional.

As crianças podem projetar as suas seqüências no chão mesmo, ordenando as cartas e conversando sobre a adequação da ordem dos movimentos e da distância entre uma casa e outra.

Após um tempo de projeto, quando cada grupo concluir a sua seqüência, todos partem para o desenho do projeto com giz no chão e, finalmente, para a vivência de seu projeto na prática.

Os grupos podem ser convidados a visitar e a experimentar a amarelinha dos outros colegas.

Avaliação
Volte seu olhar para os aspectos relacionados com a inclusão de todos os jogadores na vivência das atividades e, ainda, com a experimentação de todas as funções existentes dentro dos jogos propostos.

Como esses jogos são atividades de performance individual dentro de uma dinâmica coletiva, faça suas observações quanto ao desempenho e o entendimento de regras dos jogadores individualmente, não sendo necessário

que a dinâmica do grupo todo seja interrompida para que alguma orientação individual seja feita.

No caso da amarelinha rápida de velocidade, observe se ocorre divisão de gênero na experimentação da seqüência em velocidade, pois é possível que o grupo de meninos escolha a amarelinha mais comprida, e as meninas escolham a menor. Caso isso aconteça, proponha que os dois grupos experimentem as duas amarelinhas.

Na amarelinha recortada, é possível que as crianças projetem uma seqüência de movimentos nas cartas e não consigam realizá-la na prática. Nesse caso, ajude-as a localizar onde está a dificuldade e a realizar uma reformulação na seqüência de forma a torná-la possível, localizando quais movimentos propostos estavam acima dos limites de realização de um ou mais alunos.

PLANO DE AULA 12

Atividade Com Giz e Chão Educação Infantil

Objetivos
- Promover momentos de vivência lúdica e socialização.
- Favorecer o aprendizado de regras.
- Trabalhar o movimento e a expressão corporal.

Conteúdo
Movimento.

Anos
Com as devidas adaptações, estas atividades podem ser feitas com turmas de creche ou de pré-escola.

Tempo estimado
O ano todo, uma vez por semana.

Material necessário
Giz (ou carvão) e pedrinhas.
Desenvolvimento
Regras do caracol
Para a creche Uma por vez, as crianças saltam, de casa em casa, em direção ao centro do caracol, que é o céu. Chegando lá, descansam e voltam à primeira casa. Elas podem pular com os dois pés e, para isso, as casas são um pouco maiores do que as usadas com as turmas do pré. Não vale pisar nas linhas ou fora.
Para a pré-escola As casas podem ser um pouco menores e numeradas e só vale pular num pé só. Cada criança lança uma pedrinha no 1 e começa a pular de casa em casa a partir do número 2. No céu, ela descansa e faz o percurso de volta, recolhendo a pedra e continuando os pulos até terminar. Já fora do caracol, ela lança a pedrinha no 2, no 3 e assim por diante. Quem pisar nas linhas, saltar fora, jogar a pedra na casa errada ou se esquecer de pegá-la perderá a vez.

Regras da toca do coelho

Para a creche O número de círculos é igual ao de crianças. Cada uma se posiciona dentro de uma toca. Juntas, todas cantam o versinho "coelho sai da toca, um, dois, três!". No fim da frase, todos saem de seu círculo e procuram um novo o mais rápido que conseguirem. Nessa faixa etária, a simples troca de toca já é um desafio.
Para a pré-escola Há um círculo a menos do que o número de crianças. Elas tiram na sorte quem será a raposa, ou seja, o pegador. O restante da turma, depois de cantar "coelho sai da toca, um, dois, três!", trocam de casa enquanto a raposa tenta capturar um coelho. Quem for pego se torna o novo pegador.

Regras do labirinto
Para a creche Uma possibilidade é estabelecer um ponto no desenho, bem distante da criança, e pedir para que ela chegue até lá. O desafio é seguir apenas pelas linhas riscadas no chão.
Para a pré-escola As crianças tiram na sorte quem será o pegador, que começa o jogo no centro do círculo. Os demais participantes escolhem posições em outros lugares do circuito. Só é permitido andar e correr sobre as linhas. Ao encontrar um amigo, é preciso dar a volta e escolher outro caminho. Quem for capturado também passa a seguir os amigos. Vence o último a ser pego. Se a classe for grande, divida a turma em blocos para evitar congestionamentos.

Regras do circuito
Para a creche As crianças percorrem trilhas riscadas no chão pisando em linhas retas e curvas. A graça é variar os modos de completar os circuitos: caminhando depressa, pulando com os dois pés, andando de lado ou com as mãos dadas com um amigo.
Para a pré-escola Além de ganhar círculos e elipses de diferentes tamanhos, o circuito pode conter elementos variados, incluídos pelo professor e também pelos pequenos. Alguns exemplos: colchonetes para cambalhotas, cordas que vão de um apoio a outro para que elas passem por baixo, túneis e rolos como obstáculos para saltos. No início da brincadeira, mostre como atravessar os obstáculos. Em um segundo momento, deixe trechos em branco para que as crianças inventem movimentos ou bifurque o caminho para que elas escolham entre um e outro desafio. Mais tarde, também é possível dividir a turma em grupos para que construam percursos sozinhos.

Avaliação
De acordo com a faixa etária das crianças, observe se elas praticam os movimentos exigidos com mais qualidade, incluem novas expressões corporais em seu repertório, aproveitam as oportunidades de socialização para avançar em questões como colaboração e competição, conseguem seguir regras cada vez mais elaboradas e constroem jogos.

PLANO DE AULA 13

Atividade com giz e chão

Objetivos
- Promover momentos de vivência lúdica e socialização.
- Favorecer o aprendizado de regras.
- Trabalhar o movimento e a expressão corporal.

Conteúdo
Movimento.

Anos
Com as devidas adaptações, estas atividades podem ser feitas com turmas de creche ou de pré-escola.

Tempo estimado
O ano todo, uma vez por semana.

Material necessário
Giz (ou carvão) e pedrinhas.

Desenvolvimento
Regras do caracol
Para a creche Uma por vez, as crianças saltam, de casa em casa, em direção ao centro do caracol, que é o céu. Chegando lá, descansam e voltam à primeira casa. Elas podem pular com os dois pés e, para isso, as casas são um pouco maiores do que as usadas com as turmas do pré. Não vale pisar nas linhas ou fora.
Para a pré-escola As casas podem ser um pouco menores e numeradas e só vale pular num pé só. Cada criança lança uma pedrinha no 1 e começa a pular de casa em casa a partir do número 2. No céu, ela descansa e faz o percurso de volta, recolhendo a pedra e continuando os pulos até terminar. Já fora do caracol, ela lança a pedrinha no 2, no 3 e assim por diante. Quem pisar nas linhas, saltar fora, jogar a pedra na casa errada ou se esquecer de pegá-la perderá a vez.

Regras da toca do coelho

Para a creche O número de círculos é igual ao de crianças. Cada uma se posiciona dentro de uma toca. Juntas, todas cantam o versinho "coelho sai da toca, um, dois, três!". No fim da frase, todos saem de seu círculo e procuram um novo o mais rápido que conseguirem. Nessa faixa etária, a simples troca de toca já é um desafio.
Para a pré-escola Há um círculo a menos do que o número de crianças. Elas tiram na sorte quem será a raposa, ou seja, o pegador. O restante da turma, depois de cantar "coelho sai da toca, um, dois, três!", trocam de casa enquanto a raposa tenta capturar um coelho. Quem for pego se torna o novo pegador.

Regras do labirinto
Para a creche Uma possibilidade é estabelecer um ponto no desenho, bem distante da criança, e pedir para que ela chegue até lá. O desafio é seguir apenas pelas linhas riscadas no chão.
Para a pré-escola As crianças tiram na sorte quem será o pegador, que começa o jogo no centro do círculo. Os demais participantes escolhem posições em outros lugares do circuito. Só é permitido andar e correr sobre as linhas. Ao encontrar um amigo, é preciso dar a volta e escolher outro caminho. Quem for capturado também passa a seguir os amigos. Vence o último a ser pego. Se a classe for grande, divida a turma em blocos para evitar congestionamentos.

Regras do circuito
Para a creche As crianças percorrem trilhas riscadas no chão pisando em linhas retas e curvas. A graça é variar os modos de completar os circuitos: caminhando depressa, pulando com os dois pés, andando de lado ou com as mãos dadas com um amigo.
Para a pré-escola Além de ganhar círculos e elipses de diferentes tamanhos, o circuito pode conter elementos variados, incluídos pelo professor e também pelos pequenos. Alguns exemplos: colchonetes para cambalhotas, cordas que vão de um apoio a outro para que elas passem por baixo, túneis e rolos como obstáculos para saltos. No início da brincadeira, mostre como atravessar os obstáculos. Em um segundo momento, deixe trechos em branco para que as crianças inventem movimentos ou bifurque o caminho para que elas escolham entre um e outro desafio. Mais tarde, também é possível dividir a turma em grupos para que construam percursos sozinhos.

Avaliação
De acordo com a faixa etária das crianças, observe se elas praticam os movimentos exigidos com mais qualidade, incluem novas expressões corporais em seu repertório, aproveitam as oportunidades de socialização para avançar em questões como colaboração e competição, conseguem seguir regras cada vez mais elaboradas e constroem jogos.

PLANO DE AULA 14

Brincadeiras com corda

Introdução
A intenção principal desta seqüência didática é promover a vivência das brincadeiras de pular corda e, por meio delas, abordar conteúdos relacionados ao Ritmo e a Expressão Corporal.

Essa seqüência de atividades se justifica também como uma interessante e divertida forma de cultivo e valorização da cultura lúdica tradicional de nosso país.

Também se mostra importante como forma de promover situações de ensino e aprendizagem ricas no sentido da construção de habilidades corporais básicas, no desenvolvimento de dinâmicas de produção em pequenos grupos e ainda como possibilidade de introduzir e desenvolver a idéia de diversificação e transformação de estruturas lúdicas convencionais.

Objetivos
Ao final da seqüência de atividades as crianças deverão ser capazes de

- Reconhecer a existência de elementos rítmicos e expressivos nas brincadeiras vivenciadas
- Reconhecer a possibilidade de variações e adaptações nas regras originais de uma brincadeira
- Realizar os movimentos básicos de saltar com um e dois pés, agachar, girar e equilibrar-se e suas relações com o ritmo em que esses movimentos são executados.
- Projetar e construir seqüências de movimentos levando em conta os seus limites corporais e os dos colegas.

Conteúdos específicos

- Brincadeira de pular corda.
- Brincadeiras realizadas em pequenos grupos, sem finalidade competitiva e sem a divisão em equipes, quando a relação entre os desempenhos individuais compõe e viabiliza a vivência grupal.

- Habilidades motoras de saltar com um e dois pés, agachar, girar, e equilibrar-se.
- Capacidades físicas de velocidade e força.
- Ritmo e expressividade.

Ano
4º e 5º anos

Tempo Estimado
4 aulas de 40 minutos, subdivididos em 10 minutos para a roda de conversa inicial 25 minutos para a vivência das brincadeiras e 5 minutos para roda de conversa final.

Material Necessário

- Espaço físico plano e desimpedindo (sala de aula, quadra, pátio, rua, ou similar)
- Cordas individuais (1,5 metro)
- Cordas coletivas (6 metros)
- CD Player

Desenvolvimento das atividades
Em todas as aulas, inicie a atividade fazendo uma explicação das regras e da distribuição dos grupos pelo espaço físico, desenhando na lousa o posicionamento de cada um e os limites a serem utilizados durante as brincadeiras.
Esse desenho deve ser um diagrama simples, com as referências do espaço e a representação da posição que cada grupo de crianças vai ocupar durante a atividade.
Em todas as aulas realize uma roda de conversa no final para avaliar junto com as crianças os avanços conquistados e as dificuldades que foram enfrentadas durante a vivência das brincadeiras.
A seqüência didática está organizada em duas aulas com propostas de brincadeiras feitas por você e uma aula em que as crianças serão desafiadas a conceber brincadeiras.

Primeira aula - Pular corda, brincadeiras tradicionais

"Um homem bateu à sua porta..."
"Com que você pretende se casar..."
"Rei, capitão, soldado, ladrão..."
"Salada, saladinha..."

Existe uma enorme diversidade de brincadeiras de pular corda em nosso país. Essas sequências variam de região para região em relação aos gestos que compõem as seqüências e às músicas cantadas durante a realização.

No entanto, o princípio geral é basicamente o mesmo, ou seja, seqüências de movimentos realizados em torno de uma corda em movimento (principalmente

saltos e giros), acompanhados de uma música cantada por todos.

Faça um levantamento com os alunos de todas as seqüências de pular corda que eles conhecem e confeccione uma lista com o nome das seqüências e a descrição dos movimentos de cada uma delas. Os alunos devem participar da confecção deste registro.

Ajude-os a se organizar em pequenos grupos de 5 elementos e distribua uma seqüência de pular corda para cada grupo realizar.

Percorra os grupos durante a atividade, observando se o ritmo de movimentação da corda é condizente com a capacidade de saltar dos participantes e oriente as crianças fazendo ajustes quando for necessário.

Segunda aula - Ritmo individual e em grupo

Distribua as cordas individuais e proponha para os alunos os seguintes desafios:

- Cada aluno deve saltar a corda individualmente, num ritmo lento, e contar qual o número de repetições de saltos que consegue realizar em seqüência, sem errar.
- Cada aluno deve fazer a mesma contagem, agora com a corda sendo batida num ritmo rápido.

É importante ressaltar que a definição de ritmo lento e rápido é realizada por critérios individuais de cada aluno.

Os resultados obtidos são anotados numa planilha, e podem ser utilizados posteriormente para avaliar a evolução da condição individual.

Em seguida, utilizando os mesmos sub-grupos da aula anterior, proponha que a corda seja batida por dois elementos e saltada pelos três outros componentes. Os dois extremos de ritmo (lento e rápido) devem ser estabelecidos pelo grupo, de forma a favorecer a eficiência da quantidade de saltos a ser conseguida por todos. Os batedores devem fazer um rodízio de função com os demais elementos do grupo, de forma que possam experimentar também o papel de saltadores.

Ao final, convide os alunos a refletir e a relatar suas experiências e ajustes necessários na vivência dos diversos ritmos propostos e comente o quanto existe de diversidade individual na determinação dos mesmos.

Terceira e quarta aulas - Corda musicada

Proponha aos alunos que, nos mesmos sub-grupos das aulas anteriores, inventem uma seqüência de saltos com a corda coletiva em movimento, utilizando uma trilha sonora escolhida por eles.
A escolha do ritmo da música a ser utilizada e a seqüência de saltos propostas serão o desafio de criação e execução de cada um dos grupos.

Como é provável que você tenha apenas um CD player, o tempo da aula deve ser distribuído de forma que todos os grupos tenham a oportunidade de conceber e ensaiar a execução de sua seqüência. Ao final das duas aulas, as apresentações podem ser exibidas para o grupo todo.

Enquanto um dos sub-grupos trabalha com o CD player, os outros podem usar o tempo para criar e ensaiar a sua seqüência, apenas cantando a música escolhida.

Avaliação

- Volte seu olhar para os aspectos relacionados com a inclusão de todos os jogadores na vivência das atividades e com a experimentação de todas as funções existentes dentro dos jogos propostos.
- Como essas brincadeiras são atividades de performance individual dentro de uma dinâmica coletiva, faça suas observações quanto ao desempenho e o ajuste rítmico dos jogadores individualmente ou dentro dos sub-grupos, não sendo necessário que a dinâmica do grupo todo seja interrompida para que alguma orientação seja feita.
- As observações devem ser focadas em torno das variações de ritmo e as relações deste elemento com as capacidades físicas individuais e destas, em contexto coletivo de brincadeira.

PLANO DE AULA 15

Cuidando do Corpo

Objetivos
- Identificar atitudes que contribuem para a manutenção do corpo.
- Reconhecer-se como agente responsável pelo próprio bem-estar.

Conteúdo
- Hábitos saudáveis.

Anos
3º ao 5º.

Tempo estimado
Duas aulas.

Material necessário
Cronômetro ou relógio, lápis ou caneta e folha de papel.

Flexibilização
Para trabalhar com um aluno com deficiência visual (baixa visão), amplie o objetivo desta sequência para que ele perceba que, de acordo com as características físicas de cada pessoa, com suas condições de saúde e com o local onde ela vive, é necessário adotar diferentes hábitos.
Na primeira etapa, amplie a conversa: automóveis de marcas ou modelos diferentes e submetidos a variadas condições de uso exigem diferentes cuidados. Adapte a forma de registro para o aluno com deficiência, utilizando aquela com a qual ele está mais habituado ou demonstra mais habilidade em outras situações (o uso de computador com visualização ampliada é uma possibilidade). Preveja um tempo maior para o seu registro - ele pode iniciar ou terminar a tarefa em casa.
Na segunda etapa, reserve um espaço plano e seguro para que o aluno com deficiência possa realizar a atividade. Oriente sua atuação de modo que ele faça dupla com um colega de porte físico semelhante, que seja capaz de conduzi-lo e no qual ele confie. Mostre-lhe o trajeto da corrida antecipadamente. Você deve orientá-los a correr de mãos dadas.

Desenvolvimento
1ª etapa

Dê início ao trabalho conversando com os alunos sobre a importância da saúde para o bom funcionamento do corpo. Você pode fazer uma analogia entre o corpo humano e um carro. Para que o automóvel funcione direito, é preciso que todas as suas peças estejam funcionando adequadamente também. Portanto, manutenção é fundamental. Tomados os devidos cuidados, o carro estará sempre em bom estado e o risco de problemas mecânicos será reduzido. Diga aos estudantes que com o nosso corpo é a mesma coisa, pois ele nada mais é que uma "máquina biológica". Para funcionar como se espera, suas peças (os órgãos e os sistemas que o compõem) precisam apresentar funcionamento adequado. É imprescindível, portanto, que cuidemos de sua manutenção. Lance para os alunos a seguinte pergunta: "O que devemos fazer para cuidar da saúde?". O objetivo é averiguar o nível de informação que eles têm sobre o assunto. Estimule-os a citar hábitos saudáveis, como manter uma dieta balanceada, dormir bem (pelo menos oito horas por noite), praticar esportes, se divertir etc. Em seguida, peça que registrem suas ideias no caderno. Informe as crianças que, na próxima etapa, elas deverão usar roupas confortáveis, pois será realizada uma atividade na qual terão de fazer exercícios físicos por alguns minutos.

2ª etapa

A atividade a seguir deve ser feita em um local amplo (o pátio ou a quadra de esportes da escola, por exemplo). Organize os alunos em duplas. Peça que cada uma fique em repouso por aproximadamente dois minutos. A intenção é fazer com que a frequência cardíaca das crianças diminua, chegando a um nível estável. Solicite que cada estudante meça a frequência do parceiro. A forma mais simples de medi-la é sentir a pulsação no pescoço (posicionando os dedos indicador e médio na lateral do pescoço) ou no punho (posicionando os dedos indicador e médio na parte interna do punho, próximo à base do polegar). A pulsação deve ser aferida durante um minuto, e os alunos terão de anotar no caderno o número de batimentos contados nesse intervalo - para isso, eles utilizarão um cronômetro ou um relógio. Depois que todos tiverem feito sua medição, peça que corram moderadamente durante cerca de cinco minutos. O objetivo, agora, é elevar a frequência cardíaca dos estudantes. Ao terminar a corrida, eles devem repetir a medição. Em seguida, oriente-os a compará-la com a primeira e pergunte: "Por que a frequência cardíaca aumentou após a prática de exercícios físicos?". Explique às crianças que, quando fazemos exercícios, a demanda por nutrientes e oxigênio aumenta no nosso organismo, elevando a frequência cardíaca e fazendo o sangue circular mais rápido. A frequência normal de uma pessoa em repouso varia de 60 a 100 batimentos por minuto. Frequências bem mais baixas, no entanto, podem ser normais em adultos jovens, particularmente entre aqueles que apresentam bom condicionamento físico. Por outro lado, pessoas sem preparo físico podem apresentar maior diferença entre a frequência cardíaca em repouso e depois de atividades físicas. Discuta com os alunos a influência que hábitos saudáveis podem exercer sobre a saúde corporal. Ajude-os a perceber que pessoas que se exercitam regularmente têm melhor preparo físico e, consequentemente, frequência cardíaca mais uniforme. Você pode propor que eles conversem com seus pais ou responsáveis sobre a importância de adotarmos hábitos saudáveis - favorecendo, assim, o bom funcionamento do organismo, o que proporciona melhor qualidade de vida.

Avaliação
Peça que os alunos escrevam um guia de orientação com base na seguinte pergunta: "Como os hábitos saudáveis podem influenciar na saúde do nosso corpo?". Essa é uma maneira de averiguar se as crianças perceberam que praticar exercícios, adotar uma alimentação balanceada, dormir oito horas por noite e reservar tempo para se divertir são hábitos saudáveis que ajudam a manter a saúde do corpo e afastar doenças.

PLANO DE AULA 16

Educação Física Infantil/ Equilíbrio

.

Disciplina : Educação Física

Tema da aula: Vídeo do Tarzan

Conceito: Equilíbrio, Manter a Postura de seu corpo inalterada quando este é colocado em várias posições.

Problematização:

- “Será que todos nós precisamos de equilíbrio no nosso dia-a dia?”
- “ Será que se não tivéssemos equilíbrio conseguiríamos realizar nossa tarefas diárias?”
- “Explique a importância do equilíbrio.”

Descrição das Atividades.

Parte inicial –Alongamento
Durante a realização do alongamento conversar com os alunos expressando conhecimento das atividades que serão realizadas.

Parte Principal – Atividade programada.
1ª Parte

- Caminhar sobre a corda estendida no chão.
- Caminhar sobre a corda com cone na cabeça .
- Caminhar sobre o banco sueco.
- Caminhar sobre o banco sueco a ao final equilibrar-se sobre uma perna e depois sobre a outra .

2ª Parte

Pedir para que de forma organizada as crianças mudem de lugar (sem descer do banco sueco) até ficarem em ordem crescente. Em seguida pedir para que fiquem meninas de um lado e meninos do outro.
Variações:
As crianças podem se organizar conforme o cabelo, dia do aniversário, modelo do calçado, etc.

Material Utilizado: será necessário banco sueco, cordas , cones e bastões.

Parte Final

Reflexão:"No filme o Tarzan usa equilíbrio?"
"Quais os movimentos de equilíbrio que vocês acharam mais difícil ?"
"Dê um exemplo de como usamos equilíbrio no nosso dia-a dia?"

Destaque da Reflexão
Explorar as respostas obtidas enfatizando a importância de se praticar exercícios de equilíbrio.Dizer que o equilílibrio é importante do que imaginamos, é através dele que andam, corremos, passeamos de bicicleta,etc.

Registro
Pedir para que cada aluno escreva em uma folha paras ser entregue ao professor, duas tarefas do dia-a-dia que é necessário ter bom equilíbrio e que eles explicam o por que?

PLANO DE AULA 17

Ed.Infantil Amarelinha

Plano de aula educação infantil aprender sobre o corpo brincando de amarelinha

Introdução

A intenção principal desta sequência didática é promover a vivência da brincadeira de amarelinha e, por meio dela e de algumas variações, abordar alguns conteúdos do bloco de conhecimento sobre o corpo.

Esta sequência de atividades se justifica também como uma interessante e divertida forma de cultivo e valorização da cultura lúdica tradicional de nosso país.

Também se mostra importante como forma de promover situações de ensino e aprendizagem ricas no sentido da construção de habilidades corporais básicas, no desenvolvimento de dinâmicas de produção em pequenos grupos e ainda como possibilidade de introduzir e desenvolver a ideia de diversificação e transformação de estruturas lúdicas convencionais.

O que caracteriza as atividades propostas como brincadeiras é a inexistência de configuração de um vencedor ao final como eixo motivacional, sendo que o processo de construção do espaço e a vivência da brincadeira são atrativos e interessantes em si mesmos.

Objetivos

Ao final da sequência de atividades as crianças deverão ser capazes de:

- Reconhecer a existência de regras nas brincadeiras vivenciadas
- Obedecer às regras com o auxílio do professor
- Explicar verbalmente para outra pessoa como se joga
- Reconhecer a possibilidade de variações e adaptações nas regras originais de uma brincadeira

- Realizar os movimentos básicos de arremessar, saltar com um e dois pés, girar e equilibrar-se.
- Projetar e construir sequências de movimentos levando em conta os seus limites corporais e os dos colegas.
- Perceber os efeitos da atividade física no ritmo de frequência cardíaca, notadamente nas atividades em velocidade.
- Conteúdo específicos
- Amarelinha.
- Brincadeira de regras simples.
- Brincadeiras realizadas em pequenos grupos, sem finalidade competitiva e sem a divisão em equipes, onde a relação entre os desempenhos individuais compõe e viabiliza a vivência grupal.
- Habilidades motoras de saltar com um e dois pés, arremessar, equilibrar.
- Capacidades físicas de velocidade e força.
- Frequência cardíaca.

Ano

- 1º ao 3º ano

Tempo estimado

- 5 aulas de 40 minutos, subdivididos em 10 minutos para a roda de conversa inicial, 25 minutos para a vivência do jogo e 5 minutos finais para roda de conversa.

Material necessário

- Espaço físico plano e desimpedindo, possível de ser “desenhado” com giz (sala de aula, quadra, pátio, rua, ou similar)
- Espaço físico plano e desimpedido, de terra ou areia
- Lousa e giz
- Cronômetro
- Papel e lápis
- Varetas de bambu
- Elástico de costura
- 1 martelo ou similar
- 1 Tesoura
- Canetas hidrográficas e cartolina branca

Desenvolvimento das atividades

Em todas as aulas, inicie a atividade fazendo uma explicação das regras e da distribuição dos grupos de crianças pelo espaço físico, desenhando na lousa o posicionamento de cada um e os limites a serem utilizados durante as brincadeiras.

Esse desenho deve ser um diagrama simples, com as referências do espaço e a representação da posição e do espaço que cada grupo de crianças vai

utilizar durante a atividade.

Organize sempre uma roda de conversa no final, para avaliar junto com as crianças os avanços conquistados e as dificuldades enfrentadas durante a vivência das brincadeiras.

A sequência didática está organizada em três aulas com propostas de brincadeiras feitas por você e duas aulas em que as crianças serão desafiadas a conceber brincadeiras.

Primeira aula - Amarelinha tradicional

Desenhe na lousa o percurso da amarelinha tradicional, com casas simples e duplas, numeradas de 1 a 10, separando as casas Inferno (início) e Céu (final).
Explique as regras da brincadeira e o procedimento de alternância de jogadores que, em síntese, são os seguintes:

- O jogador posicionado na casa inferno joga uma pedrinha na casa de número 1 e inicia uma sequência de saltos alternados com um pé nas casas simples e dois pés nas casas duplas até a casa céu.
- Em seguida, retorna percorrendo a sequência de trás para frente, e ao chegar na casa dupla 2 e 3, deve recolher a pedrinha que está na casa 1 e saltar sobre ela e sobre a casa inferno.
- Se completar essa sequência de saltos com êxito, joga a pedrinha novamente, agora na casa 2, e realiza a sequência de saltos da mesma forma da rodada anterior.
  No trajeto de ida e de volta, o jogador deve pisar dentro das casas sem tocar em nenhuma linha.
- Caso isso aconteça, passa a vez para o jogador seguinte e, quando chegar novamente a sua vez, retoma a sequência da casa em que acertou pela última vez.

Existem alguns desdobramentos e nuances de regras que variam de lugar para lugar e que provavelmente as crianças já conheçam. Nesse caso, esses aspectos podem ser levantados com os alunos e adotados.

Ajude as crianças a se organizarem em pequenos grupos de 3 a 5 elementos e distribua um espaço de brincadeira para que cada grupo desenhe a sua amarelinha tendo como referência o modelo apresentado.
Percorra os grupos durante a confecção dos desenhos, observando se o tamanho e a distância entre as casas são condizentes com a capacidade de saltar dos participantes e oriente as mudanças necessárias.

Após a realização dos desenhos, as crianças vão brincar nas amarelinhas enquanto você orienta individualmente os alunos, especialmente em relação aos gestos básicos de saltar e equilibrar-se.

Segunda aula - Amarelinha rápida de velocidade

Desenhe no chão duas amarelinhas em formato tradicional, como as que foram utilizadas na aula anterior, mas com dimensões aproximadamente um terço maiores no tamanho das casas.

O comprimento final de uma das amarelinhas deve ser 2 metros maior que a outra.
Com a classe organizada em dois grupos, cada um utilizando uma das amarelinhas, será proposto o desafio de realizar a sequência de saltos individualmente em velocidade.

Nessa brincadeira, o uso da pedrinha é dispensado e o foco da criança deverá estar na velocidade do deslocamento e na coordenação entre os saltos alternados de um e dois pés.
Numa primeira rodada, as crianças experimentam uma corrida cada um para tomar contato com o desafio proposto.

Nas rodadas seguintes, tome o tempo de percurso de cada aluno e anote numa planilha simples, que poderá ser retomada mais adiante para avaliar se houve evolução dos tempos com o desenvolvimento das atividades.
Ao final de cada percurso individual, proponha ao aluno a percepção de sua frequência cardíaca, por meio de apalpamento do pulso.

Terceira aula - Amarelinha suspensa

Para esta brincadeira, você vai precisar de um espaço de terra ou de areia. Sobre o desenho de uma amarelinha tradicional, espete uma vareta de bambu (de aproximadamente 35 cm de comprimento) em cada um dos vértices das casas da amarelinha, ou seja, nos cantos dos quadrados que representam cada uma das casas.

Feito isso, o elástico de costura deve ser amarrado e estendido nas varetas de bambu de modo a reproduzir o mesmo desenho da amarelinha tradicional, só que suspenso do chão, a uma distância de mais ou menos 5 cm.

Avalie se você deve realizar esta construção previamente ou se é possível envolver os alunos no processo.

O desafio nesta atividade é realizar a sequência de saltos de forma coordenada, sem pisar nos elásticos.

Como nesta atividade o grupo terá apenas uma amarelinha disponível, é recomendável que também aqui a pedrinha seja deixada de lado e o foco da atividade seja posto no desafio de realizar a seqüência de saltos em alturas progressivamente maiores. O elástico pode ser suspenso de 5 em 5 cm a cada rodada, até a altura que você considerar adequada e que, ao mesmo tempo, seja um desafio possível de ser superado com êxito pelas crianças.

Comente com as crianças que a capacidade de saltar alturas cada vez maiores está relacionada com o desenvolvimento muscular de cada um e que essa condição pode ser ampliada por meio do exercício contínuo e freqüente de um mesmo tipo de movimento, no caso, o saltar. Com essa observação é possível introduzir para o grupo a idéia de que a condição física pode ser alterada em função de uma atividade regular (treinamento).

Quarta e quinta aula - Amarelinha recortada

Para o desenvolvimento dessa atividade, você deve confeccionar previamente o seguinte material:

- Recorte a cartolina branca em retângulos, mais ou menos do tamanho de uma carta de baralho.
- Desenhe com caneta hidrográfica as casas da amarelinha tradicional, e numere-as de maneira que as “cartas” representem, as seguintes casas:
  casas simples de números 1, 4, 7 e 10 (4 cartas)
  casas duplas de números 2/3, 5/6, e 8/9 (3 cartas)
  casas Inferno e Céu (2 cartas)
  cartas em branco (4 cartas)
- Cada conjunto é composto, portanto, de 13 cartas.
  Confeccione os conjuntos de cartas necessários para distribuir um conjunto para cada grupo de 4 ou 5 crianças de cada classe.

Desenhe na lousa uma amarelinha tradicional com as casas separadas umas das outras e em outra sequência.

Explique para as crianças que as casas foram recortadas com a intenção de propiciar uma nova modalidade de construir e brincar a amarelinha.

Em seguida, distribua os conjuntos de cartas para cada grupo e proponha o seguinte desafio: Vocês devem projetar uma Amarelinha com as mesmas casas da amarelinha tradicional, em uma ordem diferente! O fundamental é que a sequência proposta seja possível de ser executada por todos do grupo. E para que isso possa ocorrer, devem considerar os limites e habilidades de cada um dos componentes na projeção e construção das sequências.

As cartas em branco devem ser utilizadas para que as crianças escolham outros movimentos além dos saltos com um e dois pés, e escolham uma forma de representar esse movimento na carta. Esses movimentos novos devem ser incluídos na sequência proposta, junto com os elementos da amarelinha tradicional.

As crianças podem projetar as suas sequências no chão mesmo, ordenando as cartas e conversando sobre a adequação da ordem dos movimentos e da distância entre uma casa e outra.

Após um tempo de projeto, quando cada grupo concluir a sua sequência, todos partem para o desenho do projeto com giz no chão e, finalmente, para a vivência de seu projeto na prática.

Os grupos podem ser convidados a visitar e a experimentar a amarelinha dos outros colegas.

Avaliação

Volte seu olhar para os aspectos relacionados com a inclusão de todos os

jogadores na vivência das atividades e, ainda, com a experimentação de todas as funções existentes dentro dos jogos propostos.

Como esses jogos são atividades de performance individual dentro de uma dinâmica coletiva, faça suas observações quanto ao desempenho e o entendimento de regras dos jogadores individualmente, não sendo necessário que a dinâmica do grupo todo seja interrompida para que alguma orientação individual seja feita.

No caso da amarelinha rápida de velocidade, observe se ocorre divisão de gênero na experimentação da seqüência em velocidade, pois é possível que o grupo de meninos escolha a amarelinha mais comprida, e as meninas escolham a menor. Caso isso aconteça, proponha que os dois grupos experimentem as duas amarelinhas.

Na amarelinha recortada, é possível que as crianças projetem uma sequência de movimentos nas cartas e não consigam realizá-la na prática. Nesse caso, ajude-as a localizar onde está a dificuldade e a realizar uma reformulação na sequência de forma a torná-la possível, localizando quais movimentos propostos estavam acima dos limites de realização de um ou mais alunos.

PLANO DE AULA 18

Educação Infantil Recreação

Série: Educação infantil
Unidade: Recreação
Tema: Movimento



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover momentos de vivência lúdica e socialização.
- Favorecer o aprendizado de regras.
- Trabalhar o movimento e a expressão corporal.

CONTEÚDOS	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS
Regras do Caracol	Uma por vez, as crianças saltam, de casa em casa, em direção ao centro do caracol, que é o céu. Chegando lá, descansam e voltam à primeira casa. Elas podem pular com os dois pés e, para isso, as casas são um pouco maiores do que as usadas com as turmas do pré. Não vale pisar nas linhas ou fora.

Coelho na toca	O número de círculos é igual ao de crianças. Cada uma se posiciona dentro de uma toca. Juntas, todas cantam o versinho "coelho sai da toca, um, dois, três!". No fim da frase, todos saem de seu círculo e procuram um novo o mais rápido que conseguirem. Nessa faixa etária, a simples troca de toca já é um desafio.
Labirinto	Uma possibilidade é estabelecer um ponto no desenho, bem distante da criança, e pedir para que ela chegue até lá. O desafio é seguir apenas pelas linhas riscadas no chão.
Circuito	As crianças percorrem trilhas riscadas no chão pisando em linhas retas e curvas. A graça é variar os modos de completar os circuitos: caminhando depressa, pulando com os dois pés, andando de lado ou com as mãos dadas com um amigo.
Vivo ou Morto	Vivo ou morto e careca e cabeludo: Todos ficam em fila. Quando o professor disser “morto” todos abaixam, quando disser “vivo” todos ficam em pé. Quem errar da um pulo para frente. Variação: fazer com os braços o “careca e cabeludo”. Quando disser “careca”, todos colocam as mãos na cabeça, e quando disser “cabeludo”, abrem os braços.

Avaliação:

Observação: Se elas praticam os movimentos exigidos com mais qualidade, incluem novas expressões corporais em seu repertório, aproveitam as oportunidades de socialização para avançar em questões como colaboração e competição, conseguem seguir regras cada vez mais elaboradas e constroem jogos.

PLANO DE AULA 19

HÁBITOS SAUDAVEIS 3º ao 5º ano

Plano de Aula Cuidando do Corpo

Objetivos
- Identificar atitudes que contribuem para a manutenção do corpo.
- Reconhecer-se como agente responsável pelo próprio bem-estar.

Conteúdo
- Hábitos saudáveis.

Anos
3º ao 5º.

Tempo estimado
Duas aulas.

Material necessário
Cronômetro ou relógio, lápis ou caneta e folha de papel.

Flexibilização

Para trabalhar com um aluno com deficiência visual (baixa visão), amplie o objetivo desta sequência para que ele perceba que, de acordo com as características físicas de cada pessoa, com suas condições de saúde e com o local onde ela vive, é necessário adotar diferentes hábitos.

Na primeira etapa, amplie a conversa: automóveis de marcas ou modelos diferentes e submetidos a variadas condições de uso exigem diferentes cuidados. Adapte a forma de registro para o aluno com deficiência, utilizando aquela com a qual ele está mais habituado ou demonstra mais habilidade em outras situações (o uso de computador com visualização ampliada é uma possibilidade). Preveja um tempo maior para o seu registro - ele pode iniciar ou terminar a tarefa em casa.

Na segunda etapa, reserve um espaço plano e seguro para que o aluno com deficiência possa realizar a atividade. Oriente sua atuação de modo que ele faça dupla com um colega de porte físico semelhante, que seja capaz de

conduzi-lo e no qual ele confie. Mostre-lhe o trajeto da corrida antecipadamente. Você deve orientá-los a correr de mãos dadas.

Desenvolvimento

1ª etapa

Dê início ao trabalho conversando com os alunos sobre a importância da saúde para o bom funcionamento do corpo. Você pode fazer uma analogia entre o corpo humano e um carro. Para que o automóvel funcione direito, é preciso que todas as suas peças estejam funcionando adequadamente também. Portanto, manutenção é fundamental. Tomados os devidos cuidados, o carro estará sempre em bom estado e o risco de problemas mecânicos será reduzido. Diga aos estudantes que com o nosso corpo é a mesma coisa, pois ele nada mais é que uma "máquina biológica". Para funcionar como se espera, suas peças (os órgãos e os sistemas que o compõem) precisam apresentar funcionamento adequado. É imprescindível, portanto, que cuidemos de sua manutenção. Lance para os alunos a seguinte pergunta: "O que devemos fazer para cuidar da saúde?". O objetivo é averiguar o nível de informação que eles têm sobre o assunto. Estimule-os a citar hábitos saudáveis, como manter uma dieta balanceada, dormir bem (pelo menos oito horas por noite), praticar esportes, se divertir etc. Em seguida, peça que registrem suas ideias no caderno.

Informe as crianças que, na próxima etapa, elas deverão usar roupas confortáveis, pois será realizada uma atividade na qual terão de fazer exercícios físicos por alguns minutos.

2ª etapa

A atividade a seguir deve ser feita em um local amplo (o pátio ou a quadra de esportes da escola, por exemplo). Organize os alunos em duplas. Peça que cada uma fique em repouso por aproximadamente dois minutos. A intenção é fazer com que a frequência cardíaca das crianças diminua, chegando a um nível estável. Solicite que cada estudante meça a frequência do parceiro. A forma mais simples de medi-la é sentir a pulsação no pescoço (posicionando os dedos indicador e médio na lateral do pescoço) ou no punho (posicionando os dedos indicador e médio na parte interna do punho, próximo à base do polegar).

A pulsação deve ser aferida durante um minuto, e os alunos terão de anotar no caderno o número de batimentos contados nesse intervalo - para isso, eles utilizarão um cronômetro ou um relógio. Depois que todos tiverem feito sua medição, peça que corram moderadamente durante cerca de cinco minutos.

O objetivo, agora, é elevar a frequência cardíaca dos estudantes. Ao terminar a corrida, eles devem repetir a medição. Em seguida, oriente-os a compará-la com a primeira e pergunte: "Por que a frequência cardíaca aumentou após a prática de exercícios físicos?".

Explique às crianças que, quando fazemos exercícios, a demanda por nutrientes e oxigênio aumenta no nosso organismo, elevando a frequência

cardíaca e fazendo o sangue circular mais rápido. A frequência normal de uma pessoa em repouso varia de 60 a 100 batimentos por minuto.

Frequências bem mais baixas, no entanto, podem ser normais em adultos jovens, particularmente entre aqueles que apresentam bom condicionamento físico.

Por outro lado, pessoas sem preparo físico podem apresentar maior diferença entre a frequência cardíaca em repouso e depois de atividades físicas.

Discuta com os alunos a influência que hábitos saudáveis podem exercer sobre a saúde corporal. Ajude-os a perceber que pessoas que se exercitam regularmente têm melhor preparo físico e, consequentemente, frequência cardíaca mais uniforme. Você pode propor que eles conversem com seus pais ou responsáveis sobre a importância de adotarmos hábitos saudáveis - favorecendo, assim, o bom funcionamento do organismo, o que proporciona melhor qualidade de vida.

Avaliação

Peça que os alunos escrevam um guia de orientação com base na seguinte pergunta: "Como os hábitos saudáveis podem influenciar na saúde do nosso corpo?".

Essa é uma maneira de averiguar se as crianças perceberam que praticar exercícios, adotar uma alimentação balanceada, dormir oito horas por noite e reservar tempo para se divertir são hábitos saudáveis que ajudam a manter a saúde do corpo e afastar doenças.

PLANO DE AULA 20

Educação Infantil Festa Infantil

Série: Educação infantil
Unidade: Recreação
Tema: Movimento

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Vivenciar diferentes tipos de deslocamentos imitando animais.
- Desenvolver a coordenação motora fina.
- Desenvolver a coordenação óculo-manual.



FESTA INFANTIL

CONTEÚDOS	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS
	Atividade com música: História da serpente: As crianças deverão permanecer sentadas no chão. O professor deverá iniciar a brincadeira sendo a serpente. Enquanto cantam a música abaixo, o professor chama uma criança de cada vez para engatar na serpente formando seu rabo (em forma de trenzinho). A brincadeira continua até que todas as crianças tenham formado o rabo. Música:- Essa é a história da serpente; - Que desceu do morro;

Brinquedo cantado serpente	- Para procurar os pedaços do seu rabo; - Você também (aponta para uma criança) - Você também (aponta para uma criança); - É um pedaço do meu rabão. * Atividade com música: Bate na mão: As crianças deverão permanecer sentadas em circulo, voltadas para o centro ou em pé. Cantando a música e realizando os gestos. Música: Bate na mão; bate no chão; bate na mão; põe a mão no cabeção. Obs: Poderá substituir o cabeção por pesão, pernão, dedão e demais partes do corpo.
Bola de jornal	Bolinha de jornal: Antes de confeccionar a bola, as crianças poderão observar as figuras, rasgar as folhas, amassar... Depois de explorado o material a criança deverá juntar o jornal e formar uma bola. Para fixar melhor o professor deverá passar uma fita. Com a bola as crianças poderão desenvolver varias atividades, como: rolar para o amigo, jogar com uma mão e pegar com a outra, chutar, arremessar, etc.
Imitando animais	Alunos espalhados pelo espaço. Dá o sinal do professor, a criança deverá imitar um animal. Exemplo: cobra (rastejar), gato (andar de quatro e miar), cachorro (andar de quatro e latir). Todos param a um novo sinal do professor. Repete-se varias vezes a brincadeira, mudando de animal.
Vamos passear	As crianças deverão andar livremente pela quadra e/ou formar uma fila, na medida que a fila for andando, as crianças repetem cada frase (abaixo) proposta pelo professor: -Vamos passear?; -Então vamos lá!; -Pra cima não dá (repete); -Pra baixo não dá (repete); -Vamos passear?; -Então vamos lá!; -Olha o túneo (todos se abaixam). O professor lançará outras situações, como a ponte, o rio, buraco, etc.

AVALIAÇÃO:

OBSERVAÇÃO: Será Realizada Mediante a Observação da Aula.

PLANO DE AULA 21

Educação Infantil Recreação

Série: Educação infantil
Unidade: Recreação
Tema: Movimento

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Desenvolver a atenção e a concentração;
- Desenvolver a agilidade;
- Desenvolver as habilidades manipulativas;



CONTEÚDOS	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS
O mestre mandou	O professor combina um sinal, e após esse sinal ele dará uma ordem, que pode tanto envolver materiais para trabalhar coordenação ou não, todos tem que cumprir: * picar a bola; sair correndo; virar estátua; imitar um animal; pegar os objetos de determinada cor.
Queimado	Alunos organizados livremente em um espaço delimitado, no qual haverá dois queimadores em cada extremidade. Os queimadores lançarão a bola com objetivo de acerta nos alunos dentro do espaço, sendo

	que estes deverão esquivar-se da bola. Os aluno tocados pela bola deixarão temporariamente abaixado até outro aluno passar por cima.
Mini futebol	Serão demarcados dois espaços referentes a dois campos de mini futebol. Gols em tamanho proporcional ao campo. Os alunos serão organizados em equipes de modo que todos brincarão.
Conduzir a bola	O primeiro aluno de cada coluna terá nas mão uma vassoura e uma bola de plástico. Ao sinal do professor, o primeiro aluno de cada coluna conduzirá a bola com a vassoura até o gol, devendo retornar a coluna, entregando os objetos ao próximo aluno que deverá realizar a mesma coisa. A atividade deve ser realizada de forma que todos participem.
O gato mia	Alunos sentados em circulo. No centro, um educando em quatro apoios (o gatinho). Aquele para quem o gatinho miar, deverá passar-lhe a mão na cabeça e dizer: “Que gatinho bonitinho”. Aquele que rir ou errar substituirá o gatinho.

AVALIAÇÃO:

OBSERVAÇÃO:Será Realizada Mediante a Observação da Aula

PLANO DE AULA 22

RECREAÇÃO MOVIMENTO

UNIDADE: Recreação
Tema: Movimento

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Desenvolver a atenção e a concentração;
- Desenvolver a agilidade;
- Desenvolver as habilidades manipulativas;



CONTEÚDOS	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS
O mestre mandou	O professor combina um sinal, e após esse sinal ele dará uma ordem, que pode tanto envolver materiais para trabalhar coordenação ou não, todos tem que cumprir: * picar a bola; sair correndo; virar estátua; imitar um animal; pegar os objetos de determinada cor.
Queimado	Alunos organizados livremente em um espaço delimitado, no qual haverá dois queimadores em cada extremidade. Os queimadores lançarão a bola com objetivo de acerta nos alunos dentro do espaço, sendo que estes deverão esquivar-se da bola. Os aluno tocados pela bola deixarão temporariamente abaixado até outro aluno passar por cima.

Mini futebol	Serão demarcados dois espaços referentes a dois campos de mini futebol. Gols em tamanho proporcional ao campo. Os alunos serão organizados em equipes de modo que todos brincarão.
Conduzir a bola	O primeiro aluno de cada coluna terá nas mão uma vassoura e uma bola de plástico. Ao sinal do professor, o primeiro aluno de cada coluna conduzirá a bola com a vassoura até o gol, devendo retornar a coluna, entregando os objetos ao próximo aluno que deverá realizar a mesma coisa. A atividade deve ser realizada de forma que todos participem.
O gato mia	Alunos sentados em circulo. No centro, um educando em quatro apoios (o gatinho). Aquele para quem o gatinho miar, deverá passar-lhe a mão na cabeça e dizer: “Que gatinho bonitinho”. Aquele que rir ou errar substituirá o gatinho.

AVALIAÇÃO:

OBSERVAÇÃO: Será Realizada Mediante a Observação da Aula

PLANO DE AULA 23

Equilibrio Educação Infantil

Turma: Infantil
Unidade: Vôlei
Tema: Saque -Manchete

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conceitual:
- Procedimental:
- Atitudinal:

Tema da aula: Vídeo do Tarzan

Conceito: Equilíbrio, manter a postura de seu corpo inalterada quando este é colocado em várias posições.

Problematização:

-"Será que todos nós precisamos de equilíbrio no nosso dai-a dia?"
-" Será que se não tivéssemos equilíbrio conseguiríamos realizar nossas tarefas diárias? "
- "Explique a importância do equilíbrio. "

INFANTIL

Parte inicial –Alongamento

Durante a realização do alongamento conversar com os alunos expressando conhecimento das atividades que serão realizadas.

Parte Principal – Atividade programada.

1ª Parte

- Caminhar sobre a corda estendida no chão.
- Caminhar sobre a corda com cone na cabeça.
- Caminhar sobre o banco sueco.

Caminhar sobre o banco sueco a ao final equilibrar-se sobre uma perna e depois sobre a outra.

2ª Parte

Pedir para que de forma organizada as crianças mudem de lugar (sem descer do banco sueco) até ficarem em ordem crescente. Em seguida pedir para que fiquem meninas de um lado e meninos do outro.

Variações:

As crianças podem se organizar conforme o cabelo, dia do aniversário, modelo do calçado, etc.

Material Utilizado: será necessário banco sueco, cordas, cones e bastões.

Parte Final

Reflexão: “No filme o Tarzan usa equilíbrio? ”

“Quais os movimentos de equilíbrio que vocês acharam mais difícil? ”

“Dê um exemplo de como usamos equilíbrio no nosso dai-a dia? ”

Destaque da Reflexão

Explorar as respostas obtidas enfatizando a importância de se praticar exercícios de equilíbrio. Dizer que o equilíbrio é importante do que imaginamos, é através dele que andam, corremos, passeamos de bicicleta, etc.

Registro

Pedir para que cada aluno escreva em uma folha paras ser entregue ao professor, duas tarefas do dia-a-dia que é necessário ter bom equilíbrio e que eles explicam o porquê?

PLANO DE AULA 24

Desenvolvimento das Habilidades Corporais

PÚBLICO ALVO CRIANÇAS DO MATERNAL 0 A 3 ANOS.

Objetivos
- Trabalhar em grupo e aprender regras de convivência, como esperar a vez, ganhar e perder.
- Desenvolver habilidades corporais (pular, virar cambalhota etc.).

Material necessário
Colchonete, corda e obstáculos para as crianças pularem, como argolas e bambolês.

Flexibilização

Para garantir a participação de crianças cadeirantes nesta atividade, o educador terá que contar com alguém que possa empurrar a cadeira. O ideal é que os próprios colegas cumpram este papel. O professor pode organizar um rodízio para empurrar a cadeira em alguns trechos do percurso, como, por exemplo, a passagem por baixo das cordas. É claro que, neste momento, a corda deve ser levantada, mas não o suficiente para a criança não ter que fazer nenhum movimento. Se ela for capaz de abaixar a cabeça ou dobrar o tronco, estes movimentos devem ser propostos.
É importante ressaltar, porém, que a simples adaptação do espaço e do material nem sempre dá conta de garantir a participação destas crianças e, sendo assim, é fundamental que o professor planeje, com antecedência, desafios possíveis para eles, e dos quais todos possam participar. As cambalhotas, por exemplo, podem ser também substituídas por "manobras radicais", assim: a partir de um sinal sonoro, todas as crianças devem sair correndo e, ao ouvir outro tipo de sinal, devem mudar de direção rapidamente, ou parar bruscamente. Atividades como essa podem garantir muita diversão se a criança com deficiência física puder fazer uma dupla com algum de seus colegas, que empurrará a cadeira. O importante é garantir a participação de todos na maioria das situações.

Desenvolvimento

No pátio, monte um circuito com vários materiais: estique cordas e peça que os pequenos passem por baixo sem encostar nelas, coloque bambolês no chão e diga que pulem de um para outro e oriente para que façam cambalhotas sobre colchonetes. Apresente o que deve ser feito em todo o circuito e acompanhe as crianças em cada um dos desafios, evitando que tenham medo ou se machuquem.

Avaliação
Observe a diferença na participação de cada criança frente aos desafios corporais propostos para planejar as próximas atividades envolvendo maiores e menores dificuldades.

PLANO DE AULA 25

Identidade e autonomia educ.infantil

Conteúdo
Identidade e Autonomia

Objetivos
- Esclarecer dúvidas e proporcionar vivências do próximo ano de escolaridade já na série anterior.
- Possibilitar a integração entre as crianças de pré-escola com as do 1º ano e seus futuros professores.
- Apresentar os espaços e as propostas do novo segmento.

Ano
Pré-escola.

Tempo estimado
Variável (depende do número de encontros definido pelo professor).

Desenvolvimento

- 1ª etapa
Antes de iniciar as atividades, pergunte às crianças da pré-escola: quais são as principais dúvidas que vocês têm sobre o 1º ano? Registre as perguntas, resuma o que vai mudar no ano seguinte e explique que elas vão participar de diversas atividades para entender na prática essa passagem.

- 2ª etapa
Marque uma conversa preliminar com os professores e os alunos do 1º ano e conduza o bate-papo com base nas dúvidas. No caso de escolas que têm apenas a Educação Infantil, vale realizar uma entrevista por e-mail com alunos de Ensino Fundamental de escolas próximas para servir como roteiro da visita.

- 3ª etapa
Para favorecer a integração entre as turmas, combine com a professora da série seguinte a organização de uma atividade de entrosamento com as crianças da Educação Infantil. Pode ser um jogo de regras simples para ser

realizado em duplas mistas (uma do pré com outra do 1º ano).

- 4ª etapa
Programe um passeio monitorado pelos alunos maiores para que os pequenos conheçam o novo espaço e os materiais utilizados no ano seguinte. Nesse dia, um lanche de integração entre os grupos pode ser realizado no espaço da cantina ou no refeitório.

- 5ª etapa
Sempre que possível, convém antecipar mudanças de hábitos. Se na pré-escola é necessário esperar o professor reunir todos antes de ir para a classe e a partir do 1º ano os alunos já seguem sozinhos, você também pode incentivá-los a fazer isso a partir do segundo semestre do ano anterior.

Avaliação

Proponha a elaboração de um diário com fotos dos momentos da visita, possibilitando que cada criança sugira registros sobre as novas experiências, contando o que aprendeu e o que espera do próximo ano. Esse diário poderá ser retomado logo no ano seguinte, com a intervenção da nova professora. Além disso, com o apoio de anotações, identifique os pequenos que estão mais preocupados e ansiosos. Tranqüilize-os com conversas individuais ou com a família.

PLANO DE AULA 26

Infantil Brinquedo Cantado

Série: Educação infantil
Unidade: Recreação
Tema: Brinquedo Cantado



OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conhecer as partes do corpo de forma lúdica de modo que o aluno possa apropriar-se desse conhecimento para adquirir uma consciência corporal;
- Respeitar a si e aos outros, e assim, aprender de forma descontraída e prazerosa,
- Desenvolvendo a coordenação motora.

PLANO DE AULA EDUCAÇÃO INFANTIL CANTIGAS DE RODA

CONTEÚDOS	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS
Brinquedo cantado	A aula iniciará com a música. Boneca de Lata. • Ao som da Música Tá pronto seu Lobo. Os alunos executarão o comando da música. • Lá na Ponte da Aliança. (os alunos desenvolverão as atividades conforme a música cantada.) (Lá na Ponte da Aliança / todo mundo passa (bis) – As lavandeiras... fazem assim (bis) assim, assim/ Os estudantes fazem assim.../ As piolhentas fazem assim.../ As gomadeiras fazem assim.../ As vaidosas fazem assim.../ Os

	soldados fazem assim.../ Os Cavaleiros fazem assim... (OBS: Repetir as profissões fazendo o gesto de cada uma) • A volta a calma será feita através da música BORBOLETINHA (fazer o gesto da borboletinha sentado, pernas dobradas

Avaliação:
Observação: observação e participação de todos nas atividades propostas, para que, ao final da aula o aluno possa reconhecer as partes do corpo, tenha assimilado o espírito de grupo, tenha respeito pelo colega e acima de tudo a coordenação motora. E FAZER COM QUE SE DIVIRTAM CANTANDO.

PLANO DE AULA 27

Lateralidade e noção espacial

OBJETIVOS:

- Localizar no espaço os objetos e pessoas que se encontram ao meu redor;
- Desenvolver as primeiras noções de referência espacial (lateralidade).

2 - Levantamento de hipóteses: Se você estiver de frente para um amigo, a mão direita dele estará do mesmo lado que a sua?

HIPÓTESES:
Acho que sim: (n° de alunos)
Acho que não: (n° de alunos)

3 – Experimentação
Aos pares, um aluno de frente para o outro, realizam movimentos coordenados de acordo com os comandos do professor:

- Dêem a mão direita;
- Ergam o braço esquerdo;
- Toquem com a mão direita, o pé esquerdo do companheiro;
- Pulem com o pé esquerdo;
- Com a mão esquerda, toquem o pé esquerdo do companheiro;

Esta experimentação pode também ser repetida com um aluno na frente do outro, ou mesmo ao lado do outro.

Os alunos podem fazer um círculo em cada grupo e o professor orientar:

- coloque a mão direita no colega que está à sua esquerda;
- coloque o pé esquerdo um passo à frente, etc.

Explorar (esquerdo, direito) e também (na frente, atrás) (em cima, embaixo).

4 – Discussão.
Questionar os grupos onde houve mais erros: na noção (em cima, embaixo); (na frente, atrás) ou (esquerdo-direito) ?
Como cada um faz para saber qual seu pé direito e qual seu pé esquerdo?

5 – Registro

Após a discussão nos grupos cada aluno produz um texto, ou um desenho sobre o que fez, o que aconteceu, o que aprendeu e quais as dificuldades encontradas. Não se esqueça de fechar a atividade com um registro coletivo de toda a turma.

PLANO DE AULA 28

Linguagem musical e expressão corporal

Introdução

Não há dúvida que as crianças pequenas adoram se movimentar. Elas vivem e demonstram seus estados afetivos com o corpo inteiro: se estão alegres, pulam, correm e brincam ruidosamente. Se estão tímidas ou tristes, encolhem-se e sua expressão corporal é reveladora do que sentem. Henri Wallon nos lembra que a criança pequena utiliza seus gestos e movimentos para apoiar seu pensamento, como se este se projetasse em suas posturas. O movimento é uma linguagem, que comunica estados, sensações, idéias: o corpo fala. Assim, é importante que na Educação Infantil o professor possa organizar situações e atividades em que as crianças possam conhecer e valorizar as possibilidades expressivas do próprio corpo.

Objetivos
- Conhecer e valorizar as possibilidades expressivas do próprio corpo
- Comunicar, através do movimento, emoções e estados afetivos

Conteúdos específicos
Expressividade / Dança

Ano
As atividades aqui propostas podem ser adaptadas para a pré-escola.

Tempo estimado
20 a 30 minutos

Material necessário
Pedaços de tecido leve (quadrados de 50x50 cm)
Aparelho de som

Espaço
Uma sala grande. Se não houver um espaço sem móveis, prepare a sala antes, afastando mesas e cadeiras, privilegiando o espaço central. A música é muito importante e a cada momento da atividade vamos apresentar uma sugestão.

Desenvolvimento da atividade
As crianças e você também - devem estar descalças e usando roupas confortáveis!

1 Comece reunindo as crianças. A música pode ser alegre, como A Canoa Virou (Palavra Cantada, CD Cantigas de Roda). Sentados no chão numa grande roda, com as pernas estendidas, proponha que brinquem de massa de pés: todos devem chegar para a frente arrastando o bumbum até que os pés de todos se toquem. Os pés se agitam se acariciam, ora mais lentamente, ora mais rapidamente. Você pode enriquecer a brincadeira, sugerindo:
- O meio da roda é uma piscina!
- O meio da roda é uma grande gelatina!
- O meio da roda é um tapete de grama!

2 Peça que todos se deitem no chão. Coloque uma música no aparelho de som. É importante que seja uma música alegre, que estimule as crianças a se movimentar, porém sem excitá-las demais. Sugestão: Loro (Egberto Gismonti, CD Circense).
Não se esqueça que, para as crianças pequenas, o entorno simbólico é muito importante para a atividade. Diga a eles que a sala vai se transformar numa grande floresta e todos serão habitantes dela...

Todos os bichos estão dormindo. Aos poucos, vão acordar.

Primeiro todos serão aranhas, que andarão com o apoio dos pés e das mãos no chão...
Depois se transformarão em minhocas, arrastando-se pelo chão com a lateral do corpo...
Logo serão cobras, arrastando-se pelo chão com o apoio da barriga...

Tatus-bola, que com um movimento de abrir e fechar sua casca percorrerão a floresta...
Leões, tigres, leopardos, de quatro patas pelo chão...

Coelhos que andam pelo espaço com pulos pequenos e cangurus que percorrem a floresta com pulos grandes e largos...

Passarinhos que batem suas asas bem pequeninas e águias que voam lá do alto com suas asas enormes e bem abertas...

3 Distribua para as crianças os pedaços de tecido coloridos, um para cada um. É importante que eles sejam leves e que produzam movimento ao serem agitados pelas crianças. Deixe que elas explorem a sala manipulando os pedaços de tecido. Sugira que as crianças pintem a sala com os tecidos, como se fossem pincéis. A sala toda tem que ficar pintada o chão, as paredes, o teto. Diga às crianças que nenhum pedaço da sala pode ficar sem pintar. Sugestão de música: Peixinhos do Mar (Milton Nascimento, CD Sentinela).

4 Sempre ao som de uma música (por exemplo Fome Come, da Palavra

Cantada, CD Canções de Brincar), sugira uma brincadeira que as crianças adoram: peça que joguem os tecidos para cima e a os peguem, a cada vez, com uma parte diferente do corpo:
- com a cabeça
- com a barriga
- com o braço
- com o cotovelo
- com os pés
- com as costas
- com o bumbum
- com as palmas das mãos etc.

5 Para terminar, um gostoso relaxamento. Sugestão de música: Palhaço (Egberto Gismonti, CD Circense).

Organize as crianças em duplas e ofereça a elas uma bolinha de algodão ou mesmo um rolinho de pintura, como os usados nas atividades de Artes Visuais. Enquanto uma criança fica deitada, a outra deve acariciar seu rosto e partes do seu corpo com o algodão ou o rolinho. Isso deve ser feito com suavidade e cuidado, e possibilita uma interação muito especial das crianças, que, assim, cuidam umas das outras após uma atividade movimentada.

Avaliação
O recém-publicado documento Orientações Curriculares Expectativas de Aprendizagens e Orientações Didáticas para a Educação Infantil da Secretaria Municipal de Educação de São Paulo observa que a avaliação que mais deve interessar o professor não é aquela que compara diferentes crianças, mas a que compara uma criança com ela mesma, dentro de certo período de tempo. Assim, o professor tem na observação o melhor instrumento para avaliar a aprendizagem dos pequenos: eles participaram da atividade? Em qual momento se envolveram mais? O que foi mais desafiador para cada criança? E para o grupo? Essas e outras perguntas ajudam inclusive o professor a planejar as próximas atividades, mantendo ou modificando suas propostas dentro do campo de experiências do Movimento para as crianças.

PLANO DE AULA 29

Psicomotricidade Infantil

Unidade: VOLEI
Tema: Psicomotricidade Infantil

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:
CONCEITUAL:

- Adquirir maior controle do próprio corpo;

PROCEDIMENTAL:

- Desenvolver maior controle da lateralidade e da espacialidade;

ATITUDINAL:

- Estimular a capacidade de reação rápida a estímulos.

CONTEUDOS:

- A Psicomotricidade
- Atividade Recreativa para as aulas de Educação Física.

AQUECIMENTO.

DINÂMICA: PIQUE CORRENTE

Alunos dispostos aleatoriamente.

Escolhe-se um para ser o “Pegador”. Ele correrá atrás dos colegas com o objetivo de tocar em qualquer um. Ao conseguir, os dois dão-se as mãos e tentarão tocar em algum colega, que ao ser tocado junta-se a corrente. A mesma não poderá se romper, devendo ser “aumentada” com cada aluno tocado. A brincadeira prosseguirá até que o último aluno seja tocado e passe a fazer parte da corrente.

PARTE PRINCIPAL.

TEMPESTADE NO MAR

Um aluno deverá ser o comandante enquanto os demais formam um círculo com cadeiras em volta dele.

O comandante dará ordens que deverão ser seguidas pelos demais alunos, até o momento que ele dirá:

"Tempestade no mar"!

(Nesse momento, todos os alunos deverão se levantar, trocando de lugar com o colega de forma aleatória, assentando-se em qualquer lugar.)

O comandante aproveitará a confusão e ocupará um lugar, e quem ficar de pé será o novo comandante.

VOLTA À CALMA:

CHOQUINHO

O professor escolhe alguém entre os participantes e aperta levemente e simultaneamente as suas mãos. Explica que todos deverão passar os estímulos à frente, até que cheguem ao último do seu grupo. Quando isto acontecer, este último deverá levantar sua mão assinalando que o "choquinho" chegou até ele.

MATERIAL UTILIZADO:

Cadeiras correspondente ao número de alunos

Espaço para a Atividade, podendo ser; Pátio, Sala de Aula ou Quadra

AVALIAÇÃO:

Observação individual do desenvolvimento da criança, investigação, reflexão e relatório.

BIBLIOGRAFIA:

Disponível em:

- http://www.trabalhosfeitos.com/topicos/plano-de-aula-sobre-psicomotricidade
- VALADARES, S.; Araújo, R. **Educação Física No Cotidiano Escolar.** 1ª ed. Minas Gerais: Fabi, 1999.
- http://www.psicomotricidade.com.br/apsicomotricidade.htm

PLANO DE AULA 30

Saúde Bucal Educação Infantil



Objetivos
- Entender as funções dos dentes.
- Conhecer uma das principais doenças bucais: a cárie.
- Aprender a maneira correta de escovar os dentes.
- Compreender algumas ações que favorecem a manutenção da saúde bucal.

Conteúdos
- Saúde bucal.
- Cárie.
- Higiene bucal.

Anos
1º e 2º.

Tempo estimado
Três aulas.

Material necessário
Projetor, computador com acesso à internet, escovas de dente, creme dental, fio dental e enxaguante bucal.

Flexibilização para deficiência física (cadeirante com pouca mobilidade de membros superiores)
Escova de dente com cabo adaptado.

Desenvolvimento
1ª etapa
Dê início aos trabalhos perguntando: "Por que o homem e muitas outras espécies animais têm dentes na boca?". A ideia é que eles reflitam sobre as

principais funções dos dentes. Basicamente, são três: triturar (possibilitando a ingestão de alimentos sólidos), auxiliar a falar claramente (a pronúncia de algumas palavras só é possível quando encostamos a ponta da língua nos dentes, como no caso das palavras sapato, casa e zangão, entre muitas outras) e estética (dentes brancos e bem cuidados são sinônimo de um belo sorriso). Converse com a garotada sobre essas funções e chame a atenção para a necessidade de cuidarmos bem dos nossos dentes. Finalize a etapa antecipando um pouco do conteúdo que será discutido na próxima fase da atividade. Isso pode ser feito lançando mais uma questão para a turma: "Quais são os cuidados que vocês consideram importantes para cuidar dos dentes e mantê-los sempre saudáveis?". O objetivo é investigar se os alunos têm alguma noção de saúde bucal e se sabem que a manutenção dos nossos dentes está diretamente ligada a ela.

Flexibilização para deficiência física (cadeirante com pouca mobilidade de membros superiores)
Estimule a participação do aluno com deficiência nas discussões com perguntas que ele possa responder simplesmente concordando ou discordando.

2ª etapa
Faça mais algumas perguntas para a turma: "O que é saúde bucal? O que vocês consideram importante fazer para cuidar da boca?". É provável que os alunos relacionem saúde bucal apenas com o estado de conservação dos dentes. Nesse caso, chame a atenção de todos para o fato de que saúde bucal é um conceito muito mais abrangente do que isso e está relacionado com a saúde da boca toda, ou seja, do conjunto formado por dentes, gengivas e língua. Explique também que, para manter a boca sempre em bom estado, é preciso escovar os dentes corretamente, usar fio dental diariamente, evitar comer entre as refeições e usar produtos de higiene, como creme dental com flúor. Para antecipar o que será discutido na próxima etapa, lance as seguintes questões: o que é cárie? Por que ela ocorre? Reserve alguns minutos para que as crianças exponham suas opiniões.

3ª etapa
Insista no questionamento: "Qual é a razão da presença de cáries?". A intenção é verificar se os alunos entendem que essa é uma das principais doenças da boca tanto entre crianças quanto entre adultos e que, na maioria das vezes, ela é causada pela má escovação dos dentes. Explique que a cárie é uma forma de deterioração do dente e que é formada pela degradação de restos de alimentos que ingerimos - onde os restos se acumulam e permanecem até que sejam eliminados pela escovação, as bactérias que vivem no interior da nossa boca entram em ação, degradando os açúcares e produzindo ácidos que, por sua vez, corroem a superfície dos dentes. É a isso que chamamos cárie. Pergunte de quais maneiras podemos evitar esse problema espera-se que as crianças sejam capazes de argumentar que, para que evitemos a formação de cáries, uma das medidas é fazer uma escovação correta dos dentes. Se julgar necessário, auxilie os alunos a chegar a essa conclusão.

4ª etapa
Nesta fase, você terá de usar um projetor conectado a um computador com acesso à internet (a atividade pode ser organizada tanto na sala de aula quanto na sala de informática, caso a escola tenha uma). Pela ordem, exiba os seguintes vídeos para os alunos: Uso do Fio Dental, Higienização da Língua, Escovação e Enxagua tório Bucal. Depois de exibir as quatro animações, promova uma discussão com a classe a fim de verificar se os alunos entenderam qual é a maneira mais adequada de higienizar a boca com o objetivo de prevenir a formação de cáries (mantendo, assim, uma boa saúde bucal). Para isso, faça mais algumas perguntas: "Por que precisamos usar fio dental? Qual é a função do creme dental e da escova de dentes durante a escovação? Qual é a função do enxaguante bucal?".

Avaliação
Divida os alunos em duplas. Inicialmente, peça que um dos integrantes de cada equipe escove os dentes do parceiro, utilizando escova de dente, creme dental, fio dental e enxaguante bucal. O estudante que teve sua boca higienizada deverá atribuir ao trabalho realizado pelo parceiro uma nota de 0 a 10, justificando-a por meio de um registro, e vice-versa. Após ambos terem produzido os respectivos registros, peça que os entreguem a você. Avalie se nesses registros aparecem as ideias discutidas nas etapas anteriores.

Flexibilização para deficiência física (cadeirante com pouca mobilidade de membros superiores)
Faça dupla com o aluno portador de deficiência física e utilize uma escova adaptada na atividade proposta como avaliação. Antes de o grupo iniciar a atividade, estudante e professor podem servir de modelo em uma demonstração para a classe de como realizar os procedimentos.

PLANO DE AULA 31

Semana de adaptação

OBJETIVOS

- Envolver as famílias que chegam à escola pela primeira vez num clima de acolhimento, segurança, cuidado e afeto.
- Incluir as crianças na construção do espaço e do tempo da escola (rotina)
- Acolher as singularidades de cada criança e incluí-las no desenvolvimento das situações planejadas.
- Mediar as experiências da criança com a cultura

CONTEÚDOS

- Inclusão das famílias no processo de adaptação
- Envolvimento das crianças na construção da rotina
- Respeito e valorização das singularidades das crianças
- Mediação das experiências da criança com a cultura

IDADE

2 e 3 anos (a sequência pode ser adaptada para acolher crianças de até 5 anos)

TEMPO ESTIMADO

Duas semanas

MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Objetos para casinha, bonecas, carrinhos, giz ou fita crepe, massinha, papel para desenho, fantasias;
- Uma caixa de papelão;
- Uma foto de cada criança;
- Fotos ou desenhos de situações da rotina;
- Livros de literatura infantil.

DESENVOLVIMENTO

A adaptação começa antes da entrada da criança na escola. Solicite, portanto, aos familiares que preencham previamente uma ficha, ou então, realize uma entrevista com perguntas que retratem quem é a criança: seu nome, se possui irmãos na escola, suas brincadeiras preferidas, comidas que aprecia ou não, se possui objetos de apego, chupeta e o que costuma gerar conforto ou desconforto emocional (por exemplo, a resistência para relacionar-se com pessoas estranhas).

Ao ler as fichas e estabelecer um primeiro contato com as crianças inicie o planejamento.

1º dia

Organize o ambiente contemplando, também, as preferências observadas nos relatos das famílias: por exemplo, um canto de casinha com carrinhos de boneca e bonecas; um outro, com carrinhos e algumas pistas desenhadas no chão com giz ou fita crepe; um canto com massinha ou materiais para desenho. O tempo de permanência da criança na escola pode ser aumentado gradativamente, mas é importante que nos primeiros dias uma pessoa de sua referência afetiva permaneça o tempo que for necessário próximo dela, mesmo que seja em outro lugar que não seja a sala de aula.
Já neste primeiro dia mostre que houve interesse em conhecer a história de cada um, faça comentários do tipo: “João, sua mãe me contou que você gosta muito de bola, você viu que aqui nesta sua escola você pode brincar de futebol? Veja quantas bolas separei para você, quer brincar comigo?”, ou: “Marina, eu já sei que você adora massinha, vamos fazer um bolo e uma festa com seus novos colegas?”.
No encerramento dessa proposta, anuncie para as crianças o que será feito a seguir. Faça um passeio pela escola e apresente os espaços e pessoas que pertencem a este lugar. Em seguida, apresente uma brincadeira cantada para as crianças e os pais. No final do dia faça uma roda de conversa com as crianças e relembre o que observou de mais significativo do movimento do grupo; narre algumas cenas que revelaram envolvimento, interesse e anuncie o que viverão no dia seguinte.
Solicite aos pais uma foto da criança para que seja organizado um canto do grupo na sala de aula.
Avaliação Observe e registre posteriormente as crianças que mais se envolveram com as propostas e as mais resistentes à aproximação dos adultos para pensar em formas de convite e construção de vínculos nas próximas situações.

2º dia

Organize os cantos de atividades diversificadas de desenho, massinha, jogos e fantasias e compartilhe com as crianças as opções que terão neste dia.
Procure circular pelos diferentes cantos e participe das situações junto com os pequenos.

Num outro momento, apresente para as crianças o canto que foi escolhido para colocar as suas fotos e envolva-as nesta situação. Crie um contexto de interação neste momento: ao colocar as fotos no painel cante músicas com os nomes das crianças ou então faça uma brincadeira referindo-se a algumas características físicas ou ações observadas no dia. Por exemplo: “esta menina que vou mostrar agora brincou muito de bola, comeu muita banana e está ao lado do Lucas. Quem será?”
Faça a leitura de uma história e mostre onde será o canto de livros do grupo.

No final, apresente uma caixa onde ficarão os objetos trazidos pelas crianças de casa.
Solicite aos pais que façam um desenho com seus filhos e tragam no dia seguinte para ser colado nesta caixa. Se possível tire uma foto do grupo para identificar este objeto que será de todos.
Avaliação Observe a movimentação das crianças nos cantos e a forma de envolvimento com as propostas. Anote como foram as reações daquelas crianças mais caladas, das que resistem aos contatos, ou mesmo daquelas que demonstram uma certa euforia diante de tanta novidade.

3º dia

Faça mais uma vez a brincadeira com as fotos das crianças e com as músicas “A canoa virou”; “João roubou pão”. Proponha mais uma vez os cantos de atividades diversificadas de massinha, casinha, pistas de carrinhos e bichos.
Monte com as crianças a caixa onde ficarão seus objetos e escolham um canto onde ela ficará guardada.
Compartilhe mais uma leitura e guarde mais um livro na biblioteca que será do grupo.
Encerre o dia recuperando oralmente o que foi vivido pelas crianças e anuncie algo que as aguardará no dia seguinte. Faça também um clima de surpresa, de expectativa para as novas experiências.
Avaliação Invista na interação com as crianças que demonstram maior dificuldade e resistência. Chame-as para pegar algum material com você para a organização do ambiente, sente-se ao lado para fazer um desenho, faça você um mesmo um desenho ou escultura de massinha para que leve para casa e observe as reações a estas formas de convite. Não se esqueça de que aquelas crianças que aparentemente estão achando que tudo é uma “festa”, merecem um olhar especial, um colo, momentos de atenção para se entregarem às propostas e para compreenderem o que está acontecendo com elas.

4º dia

Receba as crianças com os cantos de atividades diversificadas (no mínimo 3).
Faça mais uma vez a brincadeira com as fotos. Apresente em forma de desenho ou por meio de fotografias das crianças, cada situação da rotina (o professor deve organizar este material previamente). Converse com as crianças o que fazem em cada momento e organize junto com elas a sequência temporal das atividades. Diga que essas fotos ou desenhos ajudarão a saber o que farão na escola e que logo após o lanche ou então da brincadeira no

parque, por exemplo, seus pais voltarão para buscá-las. Cole o quadro da rotina num lugar de fácil acesso para as crianças.
Avaliação Ao anunciar os momentos que retratam a rotina, diga às crianças que ainda choram e demonstram sofrimento em estar neste novo ambiente, quais são as situações que viverão e quando será o momento de reverem as pessoas de sua família todos os dias. Observe as reações e sempre que chorarem recorra a esta estratégia para ajudar a tranquilizar as crianças.

5º dia.

Receba as crianças em roda e conte que escolheu montar os cantos que mais gostaram no decorrer da semana. Quando encerrar, recorra ao quadro da rotina para situar o que farão a seguir. Faça mais uma leitura e guarde mais um livro na biblioteca do grupo. Comente que, aos poucos, conhecerão muitas histórias. Em seguida, mude a atividade e faça com o grupo uma salada de frutas (se possível, peça no dia anterior que cada criança traga de casa uma fruta). Ou então, no lanche, faça um piquenique no espaço externo da escola. Encerre o dia com uma brincadeira. Conte que ficarão dois dias em casa sem vir para a escola, mas que muitas novidades as aguardam na próxima semana. Fale que brincarão muito e que o professor estará sempre presente quando precisarem de algo.

Avaliação Ajude as crianças mais resistentes à aproximação a transformarem sentimentos em palavras. Reconheça os desafios ainda existentes, mas reafirme que na próxima semana estará novamente na escola para recebê-las e investigar quais são as brincadeiras e outras situações que lhes farão se sentir bem neste ambiente. Se possível, empreste algum livro ou brinquedo e peça para que cuide bem e traga novamente para a escola na próxima semana. Isso ajudará neste processo de construção de vínculo com a escola e com o educador.

FACULDADES INTEGRADAS DE ITARARE FAFIT/FACIC

PLANOS DE AULA 32

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:

- Desenvolver a coordenação motora e equilíbrio;
- Desenvolver a cooperação;
- Compreender e obedecer comanda;
- Aprimorar a criatividade;
- Desenvolver as habilidades de agilidade e atenção;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.
Desenvolvimento:

1ªCorda no chão: estender uma corda no pátio de modo que fique em curvas, primeiro cada aluno deverão caminhar com os dois pés equilibrando se sobre a mesma, provavelmente alguns alunos apresentarão dificuldades. Segundo momento, deverão realizar a mesma tarefa, porém desta vez terá um colega de cada lado (apoiando) segurando pelo braço, para que consiga realizar a atividade com sucesso. Regra não poderá pisar fora da corda.
2ª Risonhos: Os alunos sentados em círculo no pátio. O professor combina que irá lançar a bola para o alto e enquanto a mesma estiver no ar eles deverão rir sem parar, mas quando a bola tocar no chão, todos deverão se calar imediatamente. Se alguém “estourar” deverá pagar uma prenda, ou seja, um castigo leve (pular com uma perna só, imitar um animal,...).
3ª Lencinho na mão: os alunos dispostos em círculo e abaixados ou sentados no chão. O professor escolhe um jogador que receberá um lenço (ou outro objeto que possa substituí-lo), então o aluno caminha pelo lado de fora do círculo e aleatoriamente sem que percebam deixa o lenço atrás de um colega, onde este pegará o lenço e correrá atrás do colega tentando pegá-lo. Caso isso aconteça o colega pego vira pegador. Para se salvar o fugitivo deve se sentar no lugar que o colega (pegador) estava.
4ª Bola na cabeça: Formam-se duas colunas com o mesmo nº de participantes, distribui uma bola ao primeiro jogador de cada coluna, explicando que deverão passar a bola ao colega seguinte com ambas às mãos por cima de sua própria

cabeça e segue o procedimento até o último jogador da coluna que por sua vez corre para frente e repete o exercício de modo que quem deu inicio retorne novamente na posição onde começou o jogo. A equipe ou coluna que realizar a tarefa primeira sem deixar a bola cair no solo será declarada vencedora.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 33

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:

- Aprimorar sua expressão corporal;
- Desenvolver uma boa socialização;
- Conhecer algumas partes do corpo;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Estourar balão: os participantes serão divididos em grupos e, no espaço de jogo, terão como objetivo estourar os balões dos jogadores de grupos "adversários". Os balões deverão estar presos no tornozelo dos participantes. Será vencedora a equipe do último jogador que ficar com seu balão cheio.
2ª Gato Apaixonado: Forma se um círculo com os participantes e um aluno fica ao centro representando o gato, que deverá abordar um dos colegas e dar três miados prolongados, fazendo com que este solte um riso. Se o aluno abordado rir, passa a ser o gato, se permanecer sério, o "gato" deverá abordar outro participante. Regra não poder rir.
3ª Meus pintinhos venham cá: um aluno será a "galinha", e ficará no centro da quadra. Outro será a "raposa", que ficará no centro de uma quadra. O restante dos alunos estará disposto na linha de fundo da quadra. O objetivo é atravessar o campo da raposa sem ser tocado por ela, e chegar até a galinha. Quem for pego, fica na "casinha" da raposa.
4ª Robô: divididos em duplas, onde um será o maquinista e o outro o robô. Em lugares pré-estabelecidos no corpo do coleguinha antes da brincadeira começar, o maquinista liga e desliga o seu robô. Exemplo: toque na cabeça liga, toque nas costas desliga.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre

como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 34

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:

- Aprimorar sua expressão corporal;
- Desenvolver uma boa socialização;
- Executar exercícios para a coordenação motora;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Pega-pega corrente: como um pega pega normal, a diferença é que ao ser pego, se juntará de mãos dadas com o colega e o ajudará a pegar os outros colegas, e assim sucessivamente.
2ª Cai, cai balão: Cada aluno receberá um balão cheio e amarrado e deverá mantê-lo no ar impulsionando o para cima com o próprio corpo (cabeça, mãos, pés, tronco, joelhos, cotovelos,...), aquele que deixar cair e tocar no solo sairá momentaneamente da brincadeira. Será declarado vencedor o último que manter o balão no ar. Regra: não deixar cair.
3ª Bola acima da cabeça: Formam-se duas colunas com o mesmo nº de participantes, distribui uma bola ao primeiro jogador de cada coluna, explica que deverão passar a bola ao colega seguinte com ambas as mãos por cima de sua própria cabeça e segue o procedimento até o último jogador da coluna que por sua vez corre para frente e repete o exercício de modo que quem deu inicio retorne novamente na posição onde começou o jogo. A equipe ou coluna que realizar a tarefa por primeiro, sem deixar a bola cair no solo será declarada vencedora.
4ª Lenço atrás: os alunos dispostos em círculo e abaixados ou sentados no chão. O professor escolhe um jogador que receberá um lenço (ou outro objeto que possa substituí-lo), então o aluno caminha pelo lado de fora do círculo e aleatoriamente sem que percebam deixa o lenço atrás de um colega, onde este pegará o lenço e correrá atrás do colega tentando pegá-lo. Caso isso aconteça o colega pego vira pegador. Para se salvar o fugitivo deve se sentar no lugar que o colega (pegador) estava.

Síntese integradora:
Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.
Bibliografia:
Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 35

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:
Aprimorar capacidade manipulativa;
Desenvolver a habilidade motora;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Boliche: será dividido em duas equipes, formando 2 colunas, em seguida será distribuído na frente de cada coluna 5 pinos (ou garrafas pet). O objetivo da brincadeira é que cada aluno jogue uma bola e tente derrubar os pinos (garrafas). A equipe que derrubar mais pinos será a vencedora.
2ª Bomba: o professor pede para que todos deem as mãos e formem um círculo. Em seguida, pede para soltar as mãos e continuar no lugar. O desenvolvimento da brincadeira é que uma criança do círculo ficará com uma bola, e o professor dará o sinal para que essa bola seja passada para os alunos do círculo. O professor ou até mesmo um outro aluno ficará de costas sem ver a passagem da bola, e quando o aluno/professor gritar “bomba”, a bola deve parar de rodar, e a criança que estiver com ela vai no centro do círculo e senta, e assim sucessivamente até que fique um só no círculo.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 36

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:

- Aprimorar capacidade manipulativa;
- Desenvolver a habilidade motora;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos seguido de um aquecimento, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Dança da cadeira: os alunos ficarão em círculo ao redor de cadeiras com número corresponte a uma cadeira a menos que o número de participantes. O objetivo é que ao som da música, quando esta parar de tocar todos deverão sentar em alguma cadeira e quem não sentar sairá, e se retirará uma cadeira, assim sucessivamente até que que sobre apenas um vencedor.
2ª Músicas de roda: nesse momento serão colocadas músicas para que os alunos dancem, como exemplo: estátua, bela polenta entre outras.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 37

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação.
Objetivos:

- Aprimorar capacidade manipulativa;
- Desenvolver a habilidade motora;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Espelho: serão espalhados pelo chão figuras de pessoas, e ao som de uma música os alunos andarão aleatoriamente pelo ambiente, e ao parar a música, os alunos escolherão uma figura(a que parou mais próximo) e tentarão imitar seu gesto.
2ª Handsabonete: modificação do jogo de handebol, onde as traves são substituídas por baldes e a bola por sabonete. Dois baldes serão colocados um em cada extremidade do espaço, com água até sua metade. Os alunos estarão divididos em dois grupos. O professor entregará a eles um sabonete já molhado, que servirá como bola. O sabonete será conduzido e arremessado com as mãos. O jogador com a posse do sabonete não poderá se deslocar, enquanto os outros se deslocarão livremente. O intuito dos jogadores será colocar o sabonete dentro do balde, podendo para isso fazer passes com seus companheiros. Cada vez que conseguirem pôr o sabonete dentro do balde, farão um ponto para sua equipe. O jogo recomeçará, com o mesmo sabonete, sempre molhado. Vencerá a equipe que marcar mais pontos.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Cavallari, V. R.; Zacharias, V. **Trabalhando com a recreação**. 12.ed.São Paulo:Ícone,2011.

Plano de aula 38

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação
Objetivos:

- Desenvolver a habilidade motora;
- Adquirir comportamentos e valores referentes ao ajustamento pessoal e social;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Pirata: Uma criança deve ser o pirata, que vai esconder o tesouro. O tesouro é um brinde (balas, por exemplo), colocado dentro de um saquinho. Depois que o pirata esconde o tesouro, ele diz: "Vamos ajudar o pirata trapalhão?". É a senha para que as outras crianças comecem a procurar. Elas têm cinco minutos para encontrá-lo. Se não conseguirem, o pirata dá algumas pistas de onde o escondeu. Quando o tesouro é encontrado, a criança que o achou deve escondê-lo novamente. A cada rodada, novos objetos podem ser colocados no saquinho. Quem acha o tesouro pode ficar com ele ou dividir com o pirata e os outros participantes.
2ª Quem é o líder: Sentados em círculo; um escolhido ficará de pé. O escolhido irá para longe, ficando de costas para os demais. Elege-se um líder, que fará vários gestos a serem imitados por todos. O jogador destacado retornará ao grupo, e, colocando-se no centro da roda, deverá dizer quem é o líder, tendo direito a três tentativas para acertar. Se errar, outro o substituirá. Caso acerte, o líder ocupará seu lugar.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Revistaescola.abril.com.br

Plano de aula 39

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação
Objetivos:

- Entender sadiamente as horas de lazer;
- Desenvolver a habilidade motora;
- Adquirir controle corporal;
- Desenvolver a agilidade na reação;
- Desenvolver a flexibilidade;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Forma geométrica: Fazer uma forma geométrica bem grande no chão e pedir que as crianças entrem na delimitação desse espaço. Se quiser o professor poderá fazer outra forma dentro da que já fez onde irá pedir que os alunos adentrem também, explorando ainda que se a forma é pequena eles irão ficar apertados.
2ª Morto Vivo: Em círculo, de costas, com o professor no centro. As ordens dadas podem ser: “morto”, “geleia”, “torto”, “panela de pressão”, “vivo”, ou “sentar”, “levantar”, etc.
Variação: todos, em colunas, obedeçam às ordens, em diversos ritmos; quem errar sentará no lugar onde está.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

http://educador.brasilescola.com/

Plano de aula 40

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação
Objetivos:

- Desenvolver a resistência e força das pernas;
- Desenvolver a habilidade de desviar-se dos companheiros e de assumir uma posição definida;
- Desenvolver a coordenação sensória motora;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Soldado: Disposição á vontade pelo pátio; uma criança será escolhida como "pegador". Ao sinal dado, o pegador perseguirá os demais, procurando tocar-lhes qualquer parte do corpo; os fugitivos, para evitar serem pegos, devem ficar firmes e fazer continência. O que for tocado, sem estar na posição de soldado, passa a ser o pegador.
2ª Bola à lateral: Em fileira, a primeira com a bola na mão. Ao sinal dado, a bola é passada de mão em mão com rotação do tronco. O objetivo é ir da direita para a esquerda, e vice versa.
Variante: A bola é passada e ao chegar ao último, este corre à frente da coluna e a entrega ao seguinte, e assim por diante.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

Atividades desenvolvidas nas aulas de recreação.

Plano de aula 41

Disciplina: Educação Física
Conteúdo da aula: Recreação
Objetivos:

- Entender sadiamente as horas de lazer;
- Desenvolver a habilidade motora;
- Realizar movimentos independentes e interdependentes, como os diversos segmentos do corpo;

Introdução:

No primeiro momento será feito um alongamento com os alunos, depois uma breve conversa de como será desenvolvida a aula.

Desenvolvimento:

1ª Caixa surpresa: Com uma caixa de papelão encapada, o professor irá mandar para a casa de um aluno a fim de que os pais enviem algum material que possa ser descoberto pelas crianças. O professor vai fazendo descrições do material, até que as crianças descubram o que é.
2ª Cobrinha: Dispostos em fileiras atrás da corda, que o professor trilha de forma ondulada. O grupo passa correndo, salta por cima da corda. O que for "picado" (tocado) por ela, deverá retornar ao local de partida, saltando com um pé. E assim continua o jogo
.

Síntese integradora:

Os alunos se posicionarão em círculo e será feita uma breve discussão sobre como foi a aula, o que gostaram, o que podia ser melhorado. Relaxamento.

Bibliografia:

http://educador.brasilescola.com/

PLANO DE AULA 42

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e Brincadeiras
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação equilibrar-se em diferentes situações, com ou sem deslocamento;

Desenvolvimento:

Aquecimento – **Apresentação:**
Todos os participantes deverão estar em círculo e o professor deverá iniciar, dizendo seu nome, e em seguida fazer um movimento qualquer. Todos repetem e o próximo deverá fazer o mesmo e assim sucessivamente. A atividade continua enquanto o grupo tiver motivação ou até que todos tenham se apresentado.

Passa a Bola:

Divididas em igual número, os alunos formam duas colunas. Ao primeiro jogador de cada coluna entrega-se uma bola. Dado o sinal de início, o primeiro jogador de cada grupo passará a bola por entre as pernas, entregando-a ao seu companheiro imediato ou fazendo-a rolar. Os demais ao receberem a bola irão passando-a do mesmo modo. Quando chegar ao último jogador, ele segura a bola, sai correndo e vai ocupar o lugar à frente da coluna. Assim sucessivamente.

Cada macaco no seu galho:

Será desenhado círculos no chão e pedir que cada aluno entre dentro dele, um aluno ficará sem esse será o macaco sem galho. Quando o professor disser: cada macaco no seu galho! Todos terão que trocar de lugar até mesmo o aluno que ficou sem círculo. Sobrará um novamente. Esse então será o macaco sem galho. A brincadeira continua até todos participarem.

Marcha dos Jornais

Os alunos farão fileiras sobre a linha de partida, munidos de 2 folhas de jornal, pisando sobre uma e segurando a outra. Paralela à linha de partida, troca-se a de chegada a 10 m aproximadamente da primeira.
Ao sinal, os alunos colocam no chão à sua frente a fila de jornal que seguram e passam sobre ela. Em seguida apanham a folha que ficou atrás e colocam-na a sua frente e repetem a ação anterior. Assim prossegue o jogo passando alternadamente sobre uma folha e outra até o fim do percurso. Vencerá a fileira que completar a marcha primeiro.

Jogo de arremesso

Diga para cada criança escolher uma dupla e dê a cada um, uma bola de jornal e uma sacola de plástico. As duplas têm de ficar a 1,5 m de distância. Um jogador vai segurar a sacola, e o outro, a bola de jornal. Quando você dizer "joguem", as crianças vão tentar acertar a bola na sacola de sua dupla. Se acertarem, continuam no jogo e têm de dar um passo bem grande para trás. Se errarem, começam de novo jogo. O time que for mais longe, ganha.

Sintese integradora:

Volta a calma - **Telefone sem fio:**
Os jogadores ficam em fileira, um ao lado do outro. O primeiro da fila inventa uma frase e cochicha na orelha do amigo, sem deixar que ninguém ouça. Cada uma das pessoas vai cochichar no ouvido do outro amigo até chegar no fim da fila. A última pessoa que escutar a frase vai ter que dizer o que entendeu em voz alta e o criador da palavra vai dizer se está certa. Muitas vezes a palavra chega totalmente diferente do que foi dito.

Recursos:
Bola, giz, jornal, sacolas.

PLANO DE AULA 43

Disciplna: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e Brincadeiras
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Introdução:

Com os alunos em círculo o professor vai conversar sobre a importância do respeito com os colegas e a se organizar durante as brincadeiras e, após isso vai explicar desenvolvimento das atividades.

Desenvolvimento:

Aquecimento - **Jogo dos grupos**
Os alunos irão se espalhar e caminhar pelo pátio, ao sinal do professor irão formar grupos (2,3,4 etc).
Breve alongamento antes de dar início as atividades

Conhecendo as partes do corpo
O professor diz os nomes das seguintes partes do corpo: cabeça, peito, barriga, braços, pernas, pés, explorando uma parte por vez. A criança mostra em si mesma a parte mencionada pelo professor, repetindo o nome que a designa. Primeiramente o trabalho deverá ser realizado de olhos abertos e, a seguir, de olhos fechados.

Corridas de revezamento
Divida as crianças em dois times e faça-as ficar em fila. Encha um balão para cada criança. Coloque todos os balões ao longo de 6 metros a partir da linha de partida. Quando você disser "vai", um jogador de cada time deve correr, estourar um balão e retornar pra fila. Ele voltar e passar a vez para o próximo jogador. Corre um jogador de cada vez. O primeiro time a terminar a corrida vence o jogo.

Variação: Fazer essa corrida sem balão, e fazer com que as crianças contornem um ponto e retornem pra fila dando vez para o próximo.

Perseguir a bola

Os alunos formarão duas colunas em posição fundamental. O primeiro de cada equipe com uma bola. O primeiro de cada coluna lança a bola o mais longe possível. Isto feito, todos deverão correr para reformar a coluna atrás da bola atirada pela coluna contrária. Vencerá a coluna que se reformar em primeiro lugar.

Sintese integradora:

Volta a calma **– Fui ao banheiro:**
Começa com um participante cantando a música chamando um colega para participar, até que todos possam ser chamados.
Fui ao banheiro e tava uma bagunça!!!
Foi o (nome do colega)?
Ele responde: Eu? Eu não?
Então quem foi?
Ah foi o (nome de outro colega)!

Recursos:
Bolas, bexigas.

PLANO DE AULA 44

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Introdução:

Antes de começar a brincadeira a professora vai explicar detalhadamente a brincadeira para as crianças. O professor vai fazer a coreografia primeiro para que os alunos aprendam.

Desenvolvimento:

Aquecimento - **Mãe cola**.
O professor devera selecionar um pegador, os outros alunos deverão fugir e esse pegador devera pega-los, cada vez que ele pegar um aluno esse mesmo deverá
ficar parado com as pernas afastadas, e para salva-lo os demais deverão passar por baixo da perna dele.

Pula - pula

Riscam-se duas linhas no chão, separadas por 3 metros de distância. Atrás de uma delas enfileiram-se os jogadores (agachados). Quando o mestre dizer "Pula", todos dão um pulo à frente com os pés juntos e param. A um novo sinal avançam com um outro pulo e assim prosseguem até alcançar em a linha de chegada. Quem pular fora da hora (devido às pegadinhas do mestre), deverá dar um salto para trás. Ganha quem cruzar a chegada primeiro, sendo o novo mestre.

Limpando o lago

Com uma fita adesiva, demarca-se um círculo no chão, cujo diâmetro dependerá do número de participantes, sua faixa etária e suas capacidades e habilidades. Dentro do círculo se colocam diferentes materiais descartáveis: latas, bacias de plástico, potes de iogurte, etc. Os participantes situam se no exterior do círculo. O focalizador do jogo reparte as bolas disponíveis e explica

ao grupo que se encontra em volta do lago que o mesmo foi contaminado pelos detritos que o ser humano jogou em seu interior. A contaminação está colocando em perigo a vida dos peixes, por isso o objetivo do grupo é limpar o lago no menor tempo possível. O problema é que não é possível entrar no lago, por isso a limpeza se fará arremessando as bolas contra os objetivos que flutuam no lago para tratar de leva-los até a margem. O jogo termina quando o grupo terminar de limpar o lago.

Agachados

Crianças dispostas em 3 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 A um sinal dado, o capitão atirará 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.

Jogo do pano

Será feita duas linhas paralelas no chão aproximadamente cinco metros de distância. Divide-se a turma em duas equipes, posicionando cada equipe uma ao lado da outra, atrás da linha marcada no chão. Numeram-se os alunos de modo que o número 1 de uma equipe fique em frente ao número 1 da outra equipe e assim por diante. Faz-se um X no chão entre as duas linhas, mais ou menos dois metros e meio de cada linha. Sobre este X será colocado dois panos amarrados separadamente. Ao comando do professor, que dirá um número, os alunos correspondentes deverão se dirigir até os panos, cada representante deverá pegar um pano e desamarrar o mais rápido possível, e levar o pano até um ponto determinado pelo professor, quem chegar primeiro marcará um ponto para sua equipe. Ganha a equipe que marcar o maior número de pontos.

Síntese integradora:

Volta a calma **- Não vale repetir:**

Esta atividade se inicia por um aluno do grupo, o qual deverá falar um objeto que exista no lugar onde está sendo realizada a brincadeira, o qual todos possam ver. O jogador seguinte escolherá outro objeto, não podendo ser o falado pelo primeiro aluno e assim sucessivamente. Mas tem que prestar muita atenção, pois conforme vai aumentando o número de alunos que falam os objetos, diminuem os a serem falados pelos demais do grupo. Se ninguém se enganar, segue-se outra rodada, até que exista interesse do grupo. Fica a critério do professor ou condutor da brincadeira, se os que repetirem os objetos sejam ou não eliminados. Ganha o ultimo que ficar. A brincadeira é motivante, lembrando que pode ser realizada em dia de chuva em sala de aula.

Recursos:

Giz, bolas de papel, bolas de plástico, panos.

PLANO DE AULA 45

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Introdução:

O professor vai explicar a atividade para os alunos e dizer para que serve essa atividade.

Desenvolvimento:

Aquecimento **Mãe cola**:
O professor devera selecionar um pegador, os outros alunos deverão fugir e esse pegador devera pega-los, cada vez que ele pegar um aluno esse mesmo deverá ficar parado com as pernas afastadas, e para salva-lo os demais deverão passar por baixo da perna dele.
Breve alongamento antes de dar início às atividades

Gato e rato

Os jogadores estarão espalhados pelo espaço na posição sentada. Haverá um pegador (gato) e um fugitivo (rato). Ao sinal de início do mestre, o rato deve fugir e o gato procurar pegá-lo. O rato pode quando desejar tocar a cabeça de qualquer um que estiver sentado e este será o novo rato e quem era o rato agora se senta.

PIQUE-SACI

É um pega-pega comum, mas só vale usar 1 pé pra correr, valendo alternar entre os dois.

Amarelinha

Nesta brincadeira as crianças devem pular casinhas desenhadas no chão. Desenhe a amarelinha no chão, indo do número 1 ao 10. As crianças devem decidir quem vai começar. O escolhido joga a pedra - ou o saquinho de areia -

no número 1. A seguir pula casa por casa com um pé só até chegar ao número 10. Na volta repete o trajeto, só que pegando a pedrinha. O mesmo deve ser repetido até chegar a última casa. Perde a vez quem pisar na casa em que está a pedra, pisar na risca, não pegar a pedra ou errar a casinha na hora de jogar a pedrinha.

Coelhinho sai da toca (saltitando)

Dividas os participantes em grupos de três crianças, e em círculo forme as tocas. Duas crianças dão as mãos formando a toca e a outra criança ficará dentro da toca. Ela será o coelhinho. No centro ficarão as crianças, “os coelhinhos” que estão à procura de tocas.
Quando alguém falar “Coelhinho sai da toca”. Todos os coelhinhos deverão trocar de tocas saltitando e os coelhinhos que estão no centro procurarão uma toca. Quem não conseguir entrar em alguma toca fica no centro, esperando nova oportunidade.

Sintese integradora:

Voa ou não voa

Alunos ajoelhados em semicírculo, em frente ao professor que, levantando mãos pergunta:
“Urubu voa? ” Os alunos devem levantar as duas mãos com entusiasmo, e falar bem alto “voa”
Com as mãos nos joelhos, professor pergunta: “Papagaio voa?” e leva as mãos simultaneamente, os alunos levantam as mãos e falam: “voa”
O professor indaga: “Elefante voa? ” E levanta as mãos de modo a fazer os alunos errem ou o acompanhe.
No caso do discente levantar as mãos ou dizer alguma coisa, ele se levanta e a atividade prossegue até restar somente o vencedor.

Recursos:
Giz.

PLANO DE AULA 46

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Introdução:

O professor vai fazer uma breve explicação sobre a brincadeira.

Desenvolvimento:

Aquecimento- **MÃE PEGA**:

Alunos dispersos pela quadra, um aluno é o pegador. Os alunos estarão correndo pela quadra fugindo do pegador. O aluno que for pego, passa a ser o pegador, e assim por sucessivamente.

Corrida do siri

Correm vários participantes nessa corrida de ida e volta. Os jogadores deverão correr lateralmente como a dança do siri. Ganha quem chegar primeiro.

Travessia dos puladores

Divide-se a turma em dois grupos, posicionando-os no fundo da quadra. Escolher um pegador e posicioná-lo entre as linhas de ataque. Ao sinal do professor, os alunos, saltando com um dos pés, tentarão passar para o outro lado da quadra, sem serem pegos. Os alunos pegos devem ajudar o pegador.
Variação: Mesma organização da atividade anterior, sendo que os alunos efetuarão o salto rã.

PACMAN

Pega-pega na quadra, porém só é permitido andar por cima das linhas da quadra. O "pacman" (pegador) também deverá andar apenas pelas linhas.

Quem for pego, deverá sentar no local exato onde foi pego e servirá de obstáculo para quem está fugindo, mas NÃO para o "pacman", ou seja, o pegador pode pular as pessoas que foram pegas por ele e estão sentadas no chão, mas os fugitivos não podem pular esses obstáculos. Quem for o último a ser pego será o vencedor.

Arranca o rabo

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.

Sintese integradora:

RECURSOS:
Pátio de espaço amplo, cordas e bambolês

PLANO DE AULA 47

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Desenvolvimento:

Aquecimento **- Corrida do equilibrista**

Correm um representante de cada equipe nessa corrida só de ida. O objetivo é correr com um livro na cabeça. Se o livro cair antes da linha de chegada, o corredor volta ao início e começa tudo outra vez. Se depois de muito tempo ninguém conseguir, os representantes são trocados. Ganha quem cumprir a tarefa corretamente primeiro.

Leva e trás

Jogam duas equipes. Cada equipe ficará dentro de um campo circular e terá um líder inicial. Cada líder inicial deverá ficar sozinho em um grande campo distanciado dos outros campos por um espaço. No "Já" do mestre, os líderes iniciais sairão do seu campo e deverão correr, em direção ao campo da sua equipe, da onde irá tirar uma pessoa e, segurando ela pelas mãos, a levará para o seu campo. Essa pessoa, por sua vez, deverá fazer o mesmo. Voltar ao campo da equipe e buscar mais uma, que fará a mesma coisa. A equipe que se completar primeiro, vence.

Onde está a bola

Dispor as crianças livremente, de pé, em espaço delimitado.
Escolhe uma criança para ficar a 3 m do grupo, de costas, de posse de uma bola.
Ao sinal do professor, a criança, coloca as mãos para trás, escondendo-a atrás do corpo.

Aquele que apanha a bola, colocas as mãos para trás, escondendo-a atrás do corpo. Imediatamente, as demais crianças também devem colocar as mãos para trás.
Ao sinal do professor, a criança que jogou a bola fica de frente para os colegas e tenta descobrir com quem ela está.
Se acerta, continua na mesma função. Se erra, é substituída pelo colega que pegou a bola.

Variação: Para diferenciar a atividade, depois de algum tempo o professor pode escolher mais uma criança e colocar mais uma bola em jogo.

Revezamento dos sacis

Jogam 4 participantes por equipe. O objetivo é completar um revezamento, correndo com um pé só por um espaço limitado pela linha de chegada e pela linha de partida. Atrás da linha de partida, ficarão 2 participantes de cada equipe. Enquanto os outros 2, ficarão atrás da linha de chegada. A corrida começa. O primeiro jogador da linha de partida corre, com um pé só, até a linha de chegada, onde tocará no primeiro jogador da linha de chegada. Este, deverá correr como saci até a linha de partida e bater no segundo participante da linha de partida, que deverá correr também de um pé só até a linha de chegada e tocar no último participante, que corre como saci até a linha de partida. Tudo isso será feito ao mesmo tempo pelas duas equipes. Ganha a equipe que completar a tarefa primeiro.

Síntese integradora:

Conversar sobre as atividades desenvolvidas na aula, e alongar.

Recursos:
Lenço (vendas) cadeiras, pátio com área ampla ou quadra.

PLANO DE AULA 48

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Desenvolvimento:

Aquecimento - Os alunos dispostos livremente pelo espaço selecionado pelo professor, o professor devera selecionar um pegador os demais deverão fugir, quando o pegador pegar um aluno este deverá ficar deitado no chão e para salva-lo os demais terão que abaixar se e falar acorda tartaruga dorminhoca.

Lá vai a bola: os alunos a linha de partida com as mãos sobre o joelho. O professor coloca-se por trás dos alunos com uma bola. E lança-a rasteira, na frente da turma. O primeiro aluno que alcançá-la será o novo lançador e dará continuidade ao jogo.

Esquivar-se da bola

Dispor as crianças em círculo, de pé. Escolher uma criança para ficar no centro do círculo. Entregar a bola para uma das crianças do círculo. Ao sinal do professor, a criança arremessa a bola tentando acertar o colega que está no centro. Este deve evitar ser tocado pela bola, mudando a posição do corpo (deitar, rolar, agachar, saltar, etc.). A criança que apanhar a bola deve fazer o mesmo, e assim sucessivamente. Aquele que acertar deve trocar de lugar com a criança do centro.

Abrir a porta: os jogadores de mãos dadas formam um círculo, exceto um que ficará fora.
Dado o sinal, o jogador que está fora do círculo correrá e gritará: janelinha, janelinha, portinha campainha. Nesse momento ele bate nas costas de um dos

colegas, este terá que sair e tentar pegá-lo enquanto ele tenta pegar o lugar deixado pelo colega.

Ida e volta

Dispor as crianças sentadas em semicírculo. O professor fica a uma distância de 3m, de posse de duas bolas de cores diferentes (azul e vermelha). O professor lança a bola, rolando – a no chão, para cada criança. Se o professor lança a bola azul, a criança deve receber e devolver com a mão direita. Quando o professor lançar a bola vermelha a criança deverá receber e passar com a mão esquerda.

Obs: O professor pode marcar uma das mãos das crianças com uma caneta, para que elas tenham um ponto de referência.

Síntese integradora:

Conversar sobre as atividades desenvolvidas na aula, e alongar.

Recursos:

Bolas de cores diferentes, giz, caneta, quadra ou uma área de espaço amplo

PLANO DE AULA 49

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Desenvolvimento:

Aquecimento - Limpando o lago

Com uma fita adesiva, demarca-se um círculo no chão, cujo diâmetro dependerá do número de participantes, sua faixa etária e suas capacidades e habilidades. Dentro do círculo se colocam diferentes materiais descartáveis: latas, bacias de plástico, potes de iogurte, etc. Os participantes situam se no exterior do círculo. O focalizador do jogo reparte as bolas disponíveis e explica ao grupo que se encontra em volta do lago que o mesmo foi contaminado pelos detritos que o ser humano jogou em seu interior. A contaminação está colocando em perigo a vida dos peixes, por isso o objetivo do grupo é limpar o lago no menor tempo possível. O problema é que não é possível entrar no lago, por isso a limpeza se fará arremessando as bolas contra os objetivos que flutuam no lago para tratar de leva-los até a margem. O jogo termina quando o grupo terminar de limpar o lago.

Movimentos pelas cores

Dispor as crianças em três colunas. Ao sinal do professor, as crianças devem, uma a uma, deslocar-se de acordo com a cor do cartão (amarelo, verde, vermelho e branco) que o professor lhes mostrar:
Amarelo - andar para a direita;
Vermelho - andar para a esquerda;
Verde – abaixar;
Branco – levantar.

Saltando os números

Dispor as crianças em três colunas. À frente de cada coluna, desenhar quadrados com números de uma a dez e círculo de partida, conforme o esquema representado a seguir.

Corrida Maluca

Dispor as crianças, três a três, uma atrás da outra, segurando na cintura do colega da frente. Traçar uma linha de partida atrás da qual os trios devem posicionar-se um ao lado do outro. A 20 m, traçar a linha de chegada.
Ao sinal do professor, os trios devem deslocar-se, saltando com um pé e, depois com o outro, mantendo a perna livre estendida para o lado.

Obs: O deslocamento pode ser executado com saltos com os dois pés, ora para a direita, ora para a esquerda. As mãos não podem soltar as mãos da cintura do colega.

Síntese integradora:

Volta Calma – **Zoológico:** O professor leva os alunos para o pátio e todos se assentam no chão, formando uma roda. Cada aluno escolhe ser um animal que quiser.
O professor inicia a brincadeira dizendo:
- Fui ao zoológico e vi que lá não tinha elefante.
O aluno que escolheu esse animal retruca, imediatamente:
- Elefante tinha, o que não tinha era macaco.
- Macaco tinha, o que não tinha era camelo.
E assim por diante. O aluno que não responder imediatamente, quando for citado o animal que escolheu, sairá da brincadeira ou pagará uma prenda.

Recursos:
Bolas de jornal, giz, Cartões coloridos.

PLANO DE AULA 50

Disciplina: Educação Física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Desenvolvimento:

Atenção

Dispor as crianças em círculos, distanciadas 1,5 m umas das outras. Escolher uma criança para ficar no centro do círculo, de posse da bola.
Após o sinal do professor, a criança do centro deve lançar a bola para um dos colegas do círculo. Esta procura arremessá-la a outro colega evitando que a criança do meio toque. Se a criança do centro consegue tocar a bola, passa a ocupar um lugar no círculo e vai para o centro a criança que lançou a bola.

Gato e rato

Dispor as crianças em círculo, de mãos dadas. Escolher uma criança para ser o gato (fora do círculo) e outra para ser o rato (dentro do círculo).
Ao sinal do professor, o gato passa a perseguir o rato, podendo correr livremente, tanto fora quanto dentro do círculo. Os alunos do círculo devem impedir a passagem do gato e facilitar a passagem do rato, sem soltar as mãos.

Pegar a cobra

Divide-se a turma em duas fileiras, dispostas uma de frente para a outra, de mãos dadas a uma certa distância. Deixe que os alunos determinem a cabeça e a caudada cobra. Ao comando do professor, a cabeça deverá pegar a cauda.

Síntese integradora:

Volta Calma - **Por Favor:** O professor leva a turma para o pátio ou quadra e pede aos alunos que se coloquem de pé, lado a lado, formando uma meia lua. O professor explica à turma que ele dará algumas ordens, mas que elas só deverão ser cumpridas se ele pedir “por favor”.
O professor inicia a brincadeira tentando confundir os alunos:
- Atenção turma! Por favor, assentados.
- Por favor, mãos para o alto.
- Mãos na cabeça.
- Por favor, de joelhos.
- Por favor, todos de pé.
- Levantar a perna.
- Por favor, mãos na cintura.
- Por favor, todos marchando.
- Parar de marchar... etc.

Recursos:
- Colheres de sobremesa e caramelos.
- Um brinquedo.

PLANO DE AULA 51

Disciplina: Educação física
Conteúdos: Atletismo e brincadeiras.
Objetivos:

- Entender as atividades em grupo e o respeito às diferenças;
- Aprender a se organizar através de brincadeiras e jogos;
- Vivenciar práticas de atividades físicas e jogos no aprendizado e lazer das crianças;
- Desenvolver movimentos que requeiram coordenação motora, manipulação, equilibrar-se em diferentes situações, deslocar-se de várias maneiras.

Desenvolvimento:

Aquecimento:

PACMAN

Pega-pega na quadra, porém só é permitido andar por cima das linhas da quadra. O "pacman" (pegador) também deverá andar apenas pelas linhas. Quem for pego, deverá sentar no local exato onde foi pego e servirá de obstáculo para quem está fugindo, mas NÃO para o "pacman", ou seja, o pegador pode pular as pessoas que foram pegas por ele e estão sentadas no chão, mas os fugitivos não podem pular esses obstáculos. Quem for o último a ser pego será o vencedor.

Duro e mole

Crianças dispersas, à vontade em uma determinada área, sendo perseguidas por um pegador. O pegador ao tocar qualquer uma, grita: “Dura”, e a criança fica imóvel. Outro companheiro pode salva-la, tocando-a e gritando: “Mole”. O pegador só vencerá a brincadeira se deixar todos os participantes duros.

Leva e trás

Jogam duas equipes. Cada equipe ficará dentro de um campo circular e terá um líder inicial. Cada líder inicial deverá ficar sozinho em um grande campo distanciado dos outros campos por um espaço. No "Já" do mestre, os líderes iniciais sairão do seu campo e deverão correr, em direção ao campo da sua

equipe, da onde irá tirar uma pessoa e, segurando ela pelas mãos, a levará para o seu campo. Essa pessoa, por sua vez, deverá fazer o mesmo. Voltar ao campo da equipe e buscar mais uma, que fará a mesma coisa. A equipe que se completar primeiro, vence.

Passa a Bola:

Divididas em igual número, os alunos formam duas colunas. Ao primeiro jogador de cada coluna entrega-se uma bola. Dado o sinal de início, o primeiro jogador de cada grupo passará a bola por entre as pernas, entregando-a ao seu companheiro imediato ou fazendo-a rolar. Os demais ao receberem a bola irão passando-a do mesmo modo. Quando chegar ao último jogador, ele segura a bola, sai correndo e vai ocupar o lugar à frente da coluna. Assim sucessivamente.

Balança mas não cai

Pendurar alvos no travessão na trave de futebol, arcos, garrafas, bolas ou uma tabela de basquete para que arremessem em trios, duplas, equipes e individualmente somando os pontos.

Síntese integradora:

Volta Calma - **O Cesto de Frutas:** O professor leva os alunos para o pátio e coloca-os em círculo, assentados. Cada um escolhe uma fruta que quer representar. No centro do círculo, o professor coloca um aluno em pé.
O professor dá um sinal para iniciar, e o aluno do centro pergunta em voz bem alta:
- Passou por aqui um fruteiro que levava no cesto, banana e laranja.
Os alunos que têm os nomes dessas frutas trocam rapidamente de lugar, um com o outro.
Nesse momento, aluno do centro tenta ocupar um dos lugares vagos.
Se o aluno do centro conseguir pegar o lugar vago, o dono do lugar passa a dirigir a brincadeira.
Ao invés de falar o nome das duas frutas, poderá dizer:
- O cesto virou!
Nesse caso, todos os alunos mudam de lugar.

Recursos:
Bola, uma quadra ou pátio grande.

REFERENCIAS

http://delas.ig.com.br/
POESEO, Projeto de Pratica da Disciplina de Fundamentos da Educação Física Escolar, GUARATINGUETA 2011.
CÓRIA-SABINI M. A., LUCENA R. F., Jogos e Brincadeiras na Educação Infantil p.85,86.
http://revistaescola.abril.com.br/
http://revistaescola.abril.com.br/

Trabalhando com recreação V DEPPIERI, GERONIMO 2010inicius Ricardo Cavallari, VanyZacharias.
NOVAES, EGGERT, CENTRO DE CIENCIAS DA SAUDE DEPARTAMENTO DE EDUCAÇAO FISICA, BLUMENAU MAIO 2004.
POESEO Projeto de Pratica da Disciplina de Fundamentos da Educação Física Escolar, GUARATINGUETA 2011.