



Projeto  
**Paraíso**

**ASSOCIAÇÃO PARAÍSO**  
**São José do Rio Preto - SP**

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

Av: Danilo Galeazzi- s/nº- Bairro: Residencial Machado I - CEP: 15052-240  
Telefone: (17) 9.9637 5398 - São José do Rio Preto/SP



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **PLANO DE AULA**

**MÊS: Fevereiro**

**PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva**

**OFICINA: Iniciação Esportiva**

**TURMAS: 1, 2, 3**

**TEMA: Provas de velocidade no Atletismo**

## **JUSTIFICATIVA:**

Trabalhar e desenvolver por meio da prática de exercícios físicos e atividades esportivas a melhoria da qualidade de vida física e mental da criança e o conhecimento de diversas modalidades esportivas, dando início neste mês na modalidade de atletismo com as provas de corrida.

## **OBJETIVO GERAL:**

Apresentar e ensinar com a prática de modalidades esportivas e atividades físicas conhecimento de diversas modalidades esportivas, desenvolvimento motor e seus benefícios físicos e mentais, além de princípios morais como respeito e disciplina proporcionados pelo esporte de maneira lúdica e divertida. Neste mês foi dado início na modalidade de atletismo dando ênfase na apresentação da modalidade com algumas provas de corrida, cronometrando o tempo de cada aluno assim acompanhando a evolução de cada um e realizando corridas em grupos de três e quatro alunos.



Projeto  
**Paraíso**

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **DESENVOLVIMENTO:**

As atividades foram elaboradas de forma presencial, realizando pesquisas e estudos para contribuir que esse conteúdo seja rico e de fácil entendimento. Todo esse material elaborado é transcrito para um relatório geral como forma de controle dos alunos e feedback da evolução dos alunos durante as atividades. Durante o mês foi dado início a modalidade de atletismo dando ênfase em provas de corrida, para o desenvolvimento dos fundamentos trabalhados os materiais usados foram cones e pratos chineses. Cada exercício trabalhado foi pensado para dar início as provas de corrida de curta distância, iniciando com a apresentação da modalidade de forma interativa em seguida foi estipulada a distância de dezoito metros que será a trabalhada com os alunos durante o mês montando uma pista de forma reta e plana para dar o máximo de realidade na vivência do aluno durante a prática da corrida. Feito isso foi montada uma planilha incluindo todos os alunos do projeto como forma de controle do tempo e número de corridas, assim cronometrando o tempo de cada aluno durante todo período acompanhando com cada aluno sua evolução e trabalhando na dificuldade de forma individual para sua melhoria respeitando a sua limitação e sempre incentivando o aluno a melhorar, dando início também a corrida em grupos de três e quatro alunos incluindo raias orientando o aluno a correr em linha reta respeitando sua raia assim evitando acidentes. Todas essas atividades irão desenvolver além de capacidades motoras como lateralidade, agilidade e coordenação também irá motivar o aluno a sempre melhorar e superar seus limites. Foi também realizado neste mês a festa de carnaval para as crianças do projeto.



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **FEEDBACK DA AULA:**

- **TURMA 1:** Nas atividades de atletismo elaboradas durante o mês dando ênfase as provas de corrida o feedback foi muito positivo tendo aceitação de toda turma principalmente nas corridas em grupos.
- **TURMA 2:** Nas atividades de atletismo elaboradas durante o mês dando ênfase as provas de corrida o feedback foi positivo tendo uma boa aceitação da turma, tendo um ótimo índice de melhoria de tempo de vários alunos.
- **TURMA 3:** Nas atividades de atletismo elaboradas durante o mês dando ênfase as provas de corrida o feedback foi positivo tendo uma boa aceitação da turma que em sua maioria já teve vivência com a modalidade, essa turma por ser muito competitiva e gostar de atividades relacionadas a corrida teve um alto índice de melhoria de tempo.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

<https://www.todamateria.com.br/atletismo/>

<https://blog.hokaoneonebrasil.com.br/tipos-de-corrída-para-conhecer-e-praticar/>

<http://educacaofisicanamente.blogspot.com/2012/04/atletismo-corrída.html>



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **PLANO DE AULA**

**MÊS: Fevereiro**

**PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva**

**OFICINA: Recreação**

**TURMAS: 1,2, 3**

**TEMA: Introdução ao jogo de Bétia**

## **JUSTIFICATIVA:**

Trabalhar e desenvolver por meio de brincadeiras e jogos recreativos a prática de atividades físicas de forma lúdica e interativa proporcionando além de bem-estar o conhecimento de brincadeiras e jogos típicos que fazem parte da nossa cultura, especificando nesse mês o jogo de bétia.

## **OBJETIVO GERAL:**

Apresentar e desenvolver brincadeiras e jogos recreativos proporcionando bem-estar e qualidade de vida, além da prática de atividades físicas e o conhecimento de brincadeiras e jogos típicos da nossa cultura que também sejam possíveis de se adaptar e praticar em casa, de maneira lúdica utilizando materiais de fácil acesso e diversas maneiras de se adaptar. Neste mês foi trabalhado o jogo de bétia com objetivo de desenvolver funções motoras como coordenação motora, agilidade, força e princípios como trabalho em equipe, cooperação e respeito além da vivência com o jogo da bétia.



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **DESENVOLVIMENTO:**

As atividades foram elaboradas de forma presencial, realizando pesquisas e estudos para contribuir que esse conteúdo seja rico e de fácil entendimento. Todo esse material elaborado é transcrito para um relatório geral como forma de controle dos alunos e feedback da evolução dos alunos durante as atividades. Neste mês foi trabalhado o jogo de bétia, a princípio foi feita a apresentação do jogo citando sua origem, como jogar, sendo um jogo muito popular nas regiões do nosso país, assim ouvindo a experiência de cada aluno sobre o conhecimento dessa atividade e propondo a eles que conversem sobre o jogo com os pais e familiares já que bétia é um jogo típico e provavelmente a maioria deles jogaram quando crianças tornando essa interação muito válida. A prática do jogo foi iniciada com a apresentação dos materiais utilizados (tacos, bolas e garrafas), assim trabalhando a princípio os fundamentos básicos. O educador colocou as garrafas a uma distância de seis metros para que os alunos tentem acertá-la assim trabalhando o fundamento de arremesso, essa dinâmica também foi utilizada para desenvolver o fundamento de rebater a bola o educador se posiciona a uma certa distância do aluno e arremessa a bola devagar em sua direção o aluno com o taco rebate a bola, o educador orienta posição das pernas e como segurar o taco para efetuar o arremesso, sempre corrigindo cada aluno conforme sua dificuldade. Toda essa vivência e prática do jogo além de desenvolver diversas funções motoras como agilidade, lateralidade e concentração, trabalha também no aluno princípios como trabalho em equipe, cooperação e interesse por jogos e brincadeiras típicas. Foi também realizado neste mês a festa de carnaval para as crianças do projeto.



# Projeto Paraíso

ASSOCIAÇÃO PARAÍSO  
São José do Rio Preto - SP

Utilidade Pública Municipal - Lei nº 7.734 de 25/11/1999/CNPJ nº 02.723.572/0001-24

## **FEEDBACK DA AULA:**

- **TURMA 1:** Nas atividades recreativas elaboradas durante o mês o feedback foi regular toda turma se interessou pelo jogo de bétia mas com certa dificuldade em rebater com taco pelo seu tamanho e peso .
- **TURMA 2:** Nas atividades recreativas elaboradas durante o mês o feedback foi bom essa turma tem muito interesse em jogos competitivos, alguns tiveram dificuldade em assimilar as regras e o aluno Elias teve dificuldade em arremessar a bola.
- **TURMA 3:** Nas atividades recreativas elaboradas o feedback foi positivo essa turma de modo geral é muito competitiva e ativa, tendo uma boa aceitação e em sua maioria já tiveram experiência com o jogo de bétia.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

<https://www.propagandashistoricas.com.br/2014/01/brincadeiras-do-passado-taco-bets.html>

[http://m.efdeportes.com/articulo/o\\_jogo\\_de\\_bets\\_aprendizagem\\_regras\\_e\\_fundamentos/263](http://m.efdeportes.com/articulo/o_jogo_de_bets_aprendizagem_regras_e_fundamentos/263)

<http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=392>