



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: Maio

PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva

OFICINA: Iniciação Esportiva

TURMAS: 1, 2, 3

TEMA: Iniciação ao Basquete

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 basquete trabalhando a iniciação dos seus fundamentos básicos.

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 a modalidade de basquete trabalhando a iniciação dos seus fundamentos básicos.



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 basquete dando ênfase aos seus fundamentos básicos, o material utilizado foi bolas de basquete e borracha, cones e pratos chineses. O educador inicia o trabalho de condução de bola de modo simples formando quatro filas dividindo os alunos entre elas com uma reta a frente de cada de sete a oito metros, distribuindo uma bola para cada fila o aluno irá bater a bola andando com a mão predominante indo e voltando assim entregando a bola para o próximo aluno da fila repetindo o movimento, a partir da evolução do mesmo fundamento o educador propõe aos alunos a mesma execução, mas utilizando ambas as mãos, batendo bola na ida com a mão esquerda e voltando com a mão direita. No próximo fundamento trabalhado o educador forma três filas sendo uma bola em cada, a frente de cada fila coloca cones para aumentar a dificuldade e estimular o desenvolvimento do aluno, assim batendo bola entre os cones indo e voltando utilizando ambas as mãos baseando se no desenvolvimento individual de cada aluno. Todas essas atividades desenvolveram além de capacidades motoras como lateralidade, agilidade, reação e coordenação também irá motivar o aluno a sempre melhorar, ser mais dedicado de maneira que possa almejar superar seus limites. Foi também realizada uma integração dos educadores em outro núcleo, os alunos assistiram a uma peça de teatro no núcleo céu das artes e atividade do dia do desafio.



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 desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi satisfatório mesmo aceitando bem a modalidade alguns alunos tiveram dificuldade com o peso da bola.
- **TURMA 2:** Nas atividades desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi satisfatório a turma em si gosta muito de jogos coletivos mas demonstraram certa dificuldade em conduzir a bola com a mão que não é a predominante.
- **TURMA 3:** Nas atividades desenvolvidas durante o mês voltadas a iniciação de basquete o feedback foi positivo a turma demonstrou interesse mesmo tendo algumas dificuldades na condução de bola realizaram bem os fundamentos realizados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://www.dicaseducacaoofisica.info/atividades-basquete/>

https://www.youtube.com/watch?v=yUu_erlKMZo

<https://www.tempojunto.com/2018/05/28/brincar-de-basquete-para-continuar-desenvolvendo-a-coordenacao-motora-dos-filhos/>

<https://www.youtube.com/watch?v=U4AXX1V8qLo>



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: Maio

PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva

OFICINA: Recreação

TURMAS: 1,2, 3

TEMA: Brincadeiras e jogos recreativos com bambolê

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, desenvolvendo neste mês brincadeiras e jogos recreativos utilizando bambolês.

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 foram desenvolvidas brincadeiras e jogos recreativos utilizando bambolês com objetivo de desenvolver funções motoras como coordenação motora grossa e fina, agilidade, raciocínio e princípios como trabalho em equipe, cooperação e respeito além da vivência com diversas brincadeiras.



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 foram desenvolvidos brincadeiras e jogos recreativos utilizando bambolês. O material utilizado para a execução das atividades foram bambolês, cones, coletes e pratos chineses, todos podendo ser adaptados. A primeira atividade o educador divide a turma em três equipes com números iguais cada equipe fica com dois bambolês, a dinâmica consiste em que o aluno só se mova dentro do bambolê assim colocando o mesmo no chão, entrando nele e colocando o próximo à frente assim seguindo e voltando ao ponto de início entregando os bambolês para o próximo aluno da equipe dando sequência, saindo vencedor a equipe que terminar o percurso primeiro, às próximas atividades são duas adaptações de duas brincadeiras clássicas que são o jogo da velha e dança das cadeiras, na primeira brincadeira o educador monta três fileiras ambas com três bambolês simulando um jogo da velha e são formadas duas equipes e cada participante com um colete na mão ao apito do educador as equipes irão correr em direção aos bambolês colocando os coletes com objetivo de fechar a equipe adversária e vencer o jogo sempre com a rotação dos participantes, já na segunda atividade é montado um círculo com os bambolês no chão sempre tendo um a menos que o total de alunos ao apito do educador os alunos começam a caminhar em volta do círculo e a cada apito do educador eles entram nos bambolês assim sendo eliminado um aluno por rodada repetindo esse processo até sobrar apenas um aluno se tornando o vencedor. Toda essa vivência e prática dos jogos além de desenvolver diversas funções motoras como coordenação motora grossa e fina, agilidade, raciocínio trabalha também no aluno princípios como trabalho em equipe, saber vencer e perder, cooperação e interesse por jogos e brincadeiras típicas.

. Foi também realizada uma integração dos educadores em outro núcleo, os alunos assistiram a uma peça de teatro no núcleo céu das artes e atividade do dia do desafio.



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 médio a turma se interessa muito em jogos recreativos e lúdicos mesmo tendo alguma dificuldade em assimilar algumas regras dos jogos conseguiram desempenha-las com destaque para o jogo da velha com bambolê que foi muito bem aceita.
- **TURMA 2:** Nas atividades recreativas elaboradas durante o mês o feedback foi positivo, essa turma tem um bom desempenho em atividades lúdicas mesmo com algumas dificuldades desenvolveram bem a proposta de cada jogo tendo uma boa aceitação na atividade corrida dos bambolês.
- **TURMA 3:** Nas atividades recreativas elaboradas o feedback foi positivo essa turma tem uma boa aceitação em brincadeiras e jogos recreativos ,tendo em sua maioria conhecimento das brincadeiras com bambolê aplicadas assim facilitando o desenvolvimento do trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://escolaeducacao.com.br/brincadeiras-com-bambole/>

<https://tireasuaduvida.com.br/brincadeiras-para-criancas/brincadeiras-com-bambole/>

<https://www.educlub.com.br/brincadeiras-com-bambole-divertidas-para-criancas/>

<https://minhasatividades.com/brincadeiras-com-bambole/>



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: Maio

PROFESSORES: César Augusto Zancheta da Silva e Lorena Murata

OFICINA: Natação

TURMAS:1,2,3

TEMA: Fundamentos Nado Crawl (Respiração + Pernadas)

JUSTIFICATIVA:

Desenvolver por meio da natação a vivência, aprendizado e aperfeiçoamento da modalidade trabalhando e aprimorando desde os fundamentos básicos ao aprendizado dos estilos de nado, também proporcionando o bem-estar e a melhoria na qualidade de vida da criança.

OBJETIVO GERAL:

Trabalhar e aperfeiçoar os fundamentos básicos da modalidade especificando e dando ênfase em cada fundamento mudando a dinâmica de cada exercício assim trabalhando em cima da particularidade e dificuldade de cada aluno. Neste mês foi dada continuidade aos fundamentos do nado crawl trabalhando os fundamentos de respiração e pernada juntos com objetivo de desenvolver, corrigir e aprimorar o aprendizado específico neste estilo de nado.



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: Neste mês de maio foram aplicadas atividades dentro e fora da piscina, pois como tínhamos um tempo frio e chuvoso em quase todas as aulas precisamos adaptar a aula para o meio teórico assim então colocando exercícios no papel como cruzadinhas, perguntas e respostas, explicação de conteúdo em sala de aula e na quadra esportiva. Nas atividades dadas dentro da piscina deu-se continuidade nos exercícios que já estavam sendo trabalhados com as turmas 1 e 2 como a respiração e a pernada para iniciantes, porém agora já com menos erros pois já entenderam as movimentações. E na turma 3 a continuação dos exercícios mais trabalhosos com prancha e logo após sem a mesma. Primeiramente o trabalho se inicia como forma de aquecimento com os alunos sentados na borda da piscina e começando a bater as pernas com pouca velocidade dando ênfase na correção das pernadas, desenvolvendo esse exercício os alunos agora dentro da água com as mãos na borda da piscina realizam a flutuação e a pernada com um pouco mais de intensidade e tendo alguns detalhes corrigidos pelos educadores. No trabalho de respiração se une o fundamento ao exercício de pernada, os alunos flutuam com as mãos na borda da piscina com a cabeça dentro da água auxiliando as pernadas com a respiração elevando a cabeça. E foi dada a continuação das atividades diferentes para os alunos que se observa uma recorrente evolução, assim como, o exercício, no qual sentados na borda da piscina elevam os braços e dão impulso com os pés dentro da água. E além dos exercícios mencionados, iniciamos o trabalho de braçadas com os alunos que já estavam em um nível elevado nas aulas. Foi também realizada uma integração dos educadores em outro núcleo, os alunos assistiram a uma peça de teatro no núcleo céu das artes e atividade do dia do desafio.



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 natação elaboradas durante o mês alguns alunos continuam tendo dificuldade a temperatura fria da água atrapalhou o desenvolvimento do trabalho, o medo de alguns alunos em colocar a cabeça dentro da água e o medo de se afogar já não existe mais graças aos exercícios e trabalhos de adaptação ao meio líquido.
- **TURMA 2:** Nas atividades de natação elaboradas durante o mês o feedback foi médio levando em consideração a temperatura fria da água, dificuldades como a flutuação e pernada continuam sendo trabalhadas e a maioria dos alunos já assimilam melhor o desenvolvimento e mostram evolução na prática.
- **TURMA 3:** Nas atividades de natação elaboradas durante o mês o feedback foi satisfatório, durante a execução dos exercícios especificando no nado crawl a turma teve uma leve evolução, nos exercícios de pernada com respiração o aluno Welber diminuiu sua dificuldade e com as novas variações de exercícios vem assimilando melhor a junção dos dois fundamentos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

<https://www.arenaclub.net.br/post/natacao-tecnica-respiracao>

<https://www.youtube.com/watch?v=vXrNKvZ88TA>

<https://www.amaralnatacao.com.br/aulas-de-natacao-ajudam-melhorar-desempenho-escolar/>

<https://www.efdeportes.com/efd213/a-natacao-como-conteudo-da-educacao-fisica.htm>