



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: Outubro**

**PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva**

**OFICINA: Iniciação Esportiva**

**TURMAS: 1, 2, 3**

**TEMA: Fundamentos do Basquete (Condução de Bola) / Fundamentos do Basquete (Passe) /Fundamento do Basquete (Passe Picado e Passe de Peito)**

## **JUSTIFICATIVA:**

Trabalhar e desenvolver através 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, especificando nesse mês a continuidade dos fundamentos básicos do basquete.

## **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 continuidade aos fundamentos básicos do basquete dando ênfase a condução a bola, passe, passe de peito e passe picado com uma maior variedade de exercícios e movimentações com intuito de aprimorar os fundamentos da modalidade e a coordenação motora do aluno.



# 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 em conteúdos online e conteúdos presenciais, foram realizadas pesquisas para elaboração do conteúdo online oferecido através do Google Forms e estudo para o conteúdo presencial. Todo esse material elaborado é transcrito para um relatório geral como forma de controle de devolutiva dos alunos e feedback da evolução dos alunos durante as atividades. Durante o mês foi dada continuidade aos fundamentos básicos do basquete trabalhando exercícios de condução de bola, passe, passe de peito e passe picado com diversas variações assim melhorando o desenvolvimento na modalidade e motor, aumentando o grau de dificuldade e corrigindo alguns erros apresentados nas atividades anteriores.

## **FEEDBACK DA AULA:**

- **TURMA 1:** Nas atividades de iniciação esportiva elaboradas durante o mês dando ênfase aos fundamentos do basquete mesmo com dificuldade da turma para se adaptar com o peso da bola a maioria dos alunos conseguiu realizar melhor os fundamentos de passe e condução de bola.
- **TURMA 2:** Nas atividades de iniciação esportiva elaboradas durante o mês o feedback foi bom durante os exercícios de condução de bola e passe os alunos demonstraram uma pequena evolução e muito interesse.
- **TURMA 3:** Nas atividades de iniciação esportiva elaboradas durante o mês o feedback foi positivo toda turma gosta muito e tem muito interesse na modalidade, toda turma respondeu muito bem aos exercícios de passe e condução de bola e suas variações.

## **PLANO DE AULA**

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

**MÊS: Outubro**

**PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva**

**OFICINA: Recreação**

**TURMAS: 1,2, 3**

**TEMA: Bola Queimada/Dodgeball/Bola Queimada com Cone/Variações de Bola Queimada**

## **JUSTIFICATIVA:**

Trabalhar e desenvolver através 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 os jogos de dodgeball e bola queimada e suas diversas variações.

## **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 os jogos de dodgeball e bola queimada com suas diversas variações com objetivo de desenvolver funções motoras como coordenação motora, reflexo e lateralidade princípios como trabalho em equipe, cooperação e respeito.

## **DESENVOLVIMENTO:**

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

As atividades foram elaboradas em conteúdos online e conteúdos presenciais, foram realizadas pesquisas para elaboração do conteúdo online oferecido através do Google Forms e estudo para o conteúdo presencial. Neste mês foi trabalhado o jogo recreativo dodgeball e bola queimada e suas variações elaboradas para desenvolver coordenação motora e a prática de exercícios físicos além de princípios educacionais como trabalho em equipe, cooperação e respeito.

## **FEEDBACK DA AULA:**

- **TURMA 1:** Nas atividades recreativas elaboradas durante o mês foi notada uma evolução e o continuo aumento do interesse da turma com atividades e brincadeiras principalmente nos jogos coletivos.
- **TURMA 2:** Nas atividades recreativas elaboradas durante o mês o feedback foi positivo tendo total engajamento da turma nos jogos coletivos, toda turma aceitou bem e demonstrou interesse nas partidas de dodgeball.
- **TURMA 3:** Nas atividades recreativas elaboradas o feedback foi positivo essa turma de modo geral sempre é muito competitiva e aceitam bem esse tipo de proposta e gostam de jogos coletivos como bola queimada e dodgeball.

## **PLANO DE AULA**

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

**MÊS: Outubro**

**PROFESSOR: César Augusto Zancheta da Silva**

**OFICINA: Natação**

**TURMAS: 1,2,3**

**TEMA: Fundamentos Básicos-Adaptação ao Meio Líquido/ Fundamentos Básicos-Respiração/  
Fundamentos Básicos-Respiração e Flutuação/ Fundamentos Básicos-Pernada**

## **JUSTIFICATIVA:**

Desenvolver através 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 já trabalhados 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 básicos da modalidade já trabalhados (adaptação ao meio líquido/respiração/flutuação/pernada) com objetivo de continuar o desenvolvimento e aprimorar o aprendizado dos alunos corrigindo erros e aumentando o grau de dificuldade.

## **DESENVOLVIMENTO:**

As atividades foram elaboradas em conteúdos online e conteúdos presenciais, foram realizadas pesquisas para elaboração do conteúdo online oferecido através do Google Forms e estudo para o conteúdo presencial. Foi dada continuidade as atividades realizadas da modalidade no mês anterior com objetivo de aprimorar e corrigir detalhes dos fundamentos básicos aplicados como correção de pernas, equilíbrio e mecânica da respiração, mudando exercícios e a dinâmica dos exercícios assim aumentando o grau da dificuldade e desenvolvendo de cada aluno.

## **FEEDBACK DA AULA :**

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

- **TURMA 1:** Nas atividades de natação elaboradas durante o mês a maior parte dos alunos ainda continua com certa dificuldade ,o receio de afundar-se dentro da piscina e o medo de se afogar foi diminuído com trabalho de dinâmicas de adaptação ao meio líquido , o aluno Daniel demonstrou uma pequena evolução perdendo um pouco de medo e dificuldade.
- **TURMA 2:** Nas atividades de natação elaboradas durante o mês o feedback continua sendo mediano alguns alunos continuam tendo algumas dificuldades mas de modo geral receberam os novos exercícios , o aluno Miguel mesmo com dificuldade demonstra muito interesse.
- **TURMA 3:** Nas atividades de natação elaboradas durante o mês o feedback continua sendo positivo, durante a execução dos novos exercícios a turma demonstrou um bom desempenho e interesse, os alunos Ana Julia e Camila mostraram um bom desempenho.